

5月31日 世界禁煙デー

～ 禁煙週間は 5月31日（水）から6月6日（火）～

⚠️ 若いほど脳にダメージ ⚠️



**新しい脳みそ
自販機で買うってわけには
いかんです**

**「脳」はあなたのからだのなかで
一番ゆっくり成長する器官
25歳前後で発達が完成する**

**成長過程にあるとき
タバコに含まれるニコチンを摂取すると
脳へのダメージが更に大きくなる
若いほどニコチン依存も形成されやすい**

**あなたが25歳よりも若い喫煙者だったら
今日すぐ やめたほうが良い
もちろん、25歳以上でも**

出典 : CDC <https://www.cdc.gov/tobacco/>