

# 喫煙について考えよう

## いつもどんな時にたばこを吸いますか？

食後にコーヒー飲  
みながら

起きてすぐ

出社後、帰宅前  
とりあえず1本

お酒が入ると  
どうしても

仕事がかどらず  
気分転換に

お風呂上りに  
ベランダで



いつもの喫煙行動を意識  
するだけでも、喫煙を見直  
すきっかけになります！

あなたは1日に何本  
吸ってますか？



岐阜県西濃保健所

## 自分の喫煙行動を思い出してみよう！



### たばこクイズ！

問題：1箱580円のタバコを1日1箱吸うと、5年間でいくらになる？

(1)約10万円

(2)約50万円

(3)約100万円