

# たばこに関すること

健康にまつわるうわさ

たばこ1本で  
**14.4分!!**  
寿命が縮まるらしいよ

茨木保健所 地域・福祉連携推進協議会

このうわさは、2014年に発表された情報に基づき作成しましたが、なんと2025年2月に発表された英国の最新研究では、紙巻きたばこを1本吸うごとに最大**22分**寿命が短縮する可能性があることが明らかとなりました。

詳しくは、[保健指導リソースガイド](#)をご覧ください。



©2014 大阪府もずやん

あなたを救う健康10カ条

7.たばこ



その7 たばこから自分と周囲の人を守りましょう

多くの病気のリスクになると指摘されている喫煙・受動喫煙について、健康への影響を正しく理解し、禁煙等の適切な行動に取り組むとともに、望まない受動喫煙を防止しましょう。