

「タバコがストレスを解消する」

**これは大きな勘違い!!**

もう1本吸えば  
リラックスできるぜ～  
一時的にだけだな…

ケケケ…

喫煙所探しの

**時間**



病気の  
リスク



周りの  
目

ニコチン切れの

**イライラ**

やめられない

**罪悪感**



タバコにかかる

**お金**



**タバコによるストレス、  
そろそろ断ち切りませんか？**

**5月31日は、世界禁煙デーです**

東京都電機健康保険組合