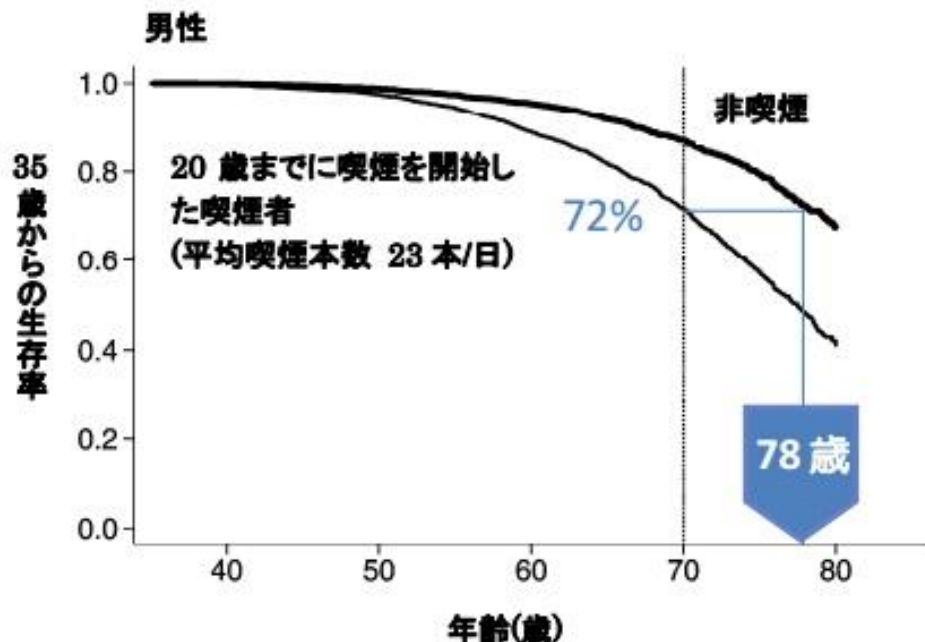


# 週刊 タバコの正体

**喫煙習慣があると、男性で8年、女性で10年、寿命が縮まる**



1920～45年に生まれた男性の 35歳からの生存率(非喫煙者と20歳までに喫煙を開始した者の比較)

糖尿病ネットワーク ニュースサイトから

左は、ある医学誌で2012年に発表された喫煙と寿命の関連を調査したグラフです。グラフによると20歳までに喫煙を開始した人の70歳での生存率は72%ですが、非喫煙者の生存率が72%となるのは78歳です。つまり、タバコを吸い続けると8年も寿命が縮まるのです。

20歳前から1日に20本、50年間タバコを吸い続けると、その合計は36万5,000本になります。これで10年寿命が縮まるとすると、タバコ1本では14.4分、20本入りのタバコ1箱では、なんと4.8時間の命を削っていることになります。

しかも、そのために1箱580円もお金をかけているのです。仮に30年間、タバコを買い続け吸い続けると600万円以上も出費して自分の寿命を数年も縮める事になるのです。

1年	$580円 \times 365日 \times 1 = 211,700円$
5年	$580円 \times 365日 \times 5 = 1,058,500円$
10年	$580円 \times 365日 \times 10 = 2,117,000円$
20年	$580円 \times 365日 \times 20 = 4,234,000円$
30年	$580円 \times 365日 \times 30 = 6,351,000円$

家族旅行に行ける

新車を買う

新居購入の頭金にできる

SGホールディングスグループ健康保険組合 HP から

自分の命を縮めるために何百万円もかける人なんていないでしょうが、タバコを吸い始めてしまうと結果的に同じ行為をしているようなものなのです。一度しかない人生を大切に生きるために、タバコは必要ないですよ。

産業デザイン科 奥田 恭久