

令和6年度

禁煙への一歩を踏み出しましょう

チャレンジ!

# 禁煙相談

健康のためにも  
禁煙を始めたいな



自分ひとりで  
禁煙したけど、  
失敗してしまった…

保健師と一緒に  
禁煙方法を考えます!



対 象 : 金沢区内にお住まいで禁煙を考えている方

内 容 : 各種測定

▷肺年齢測定(スパイロメーター)

▷呼気中一酸化炭素濃度測定(COモニター)

禁煙方法についての相談

禁煙外来・禁煙薬局のご紹介

会 場 : 金沢区役所5階503番 健康相談室

持ち物 : 健康診断の結果

- ✓無料
- ✓要予約
- ✓個別相談

## 日程表

原則、第1金曜日 ①13時30分～ ②14時30分～

4月5日(金)	10月4日(金)
5月10日(金) ※第2金曜日	11月1日(金)
6月7日(金)	12月6日(金)
7月5日(金)	1月10日(金) ※第2金曜日
8月2日(金)	2月7日(金)
9月6日(金)	3月7日(金)

### <申込・問い合わせ先>

金沢福祉保健センター福祉保健課 健康づくり係

電話番号 045(788)7840

FAX 045(784)4600

# 知っていますか？ 新しい喫煙ルール

望まない受動喫煙をなくすため、**2020年4月に改正健康増進法が全面施行**されます。  
一人ひとりの行動で、受動喫煙のない横浜をつくりましょう。

## 新ルール

〈実施中〉

- 喫煙する際の周囲への配慮義務
- 原則敷地内禁煙 ※学校、医療機関、児童福祉施設等、行政機関等

〈2020年4月〜〉

原則屋内禁煙(上記以外の全ての施設)

違反時には  
罰則が科せられる場合があります

禁煙エリアでの喫煙  
(加熱式たばこを含む)  
〈対象〉すべての人  
最大**30万円**

禁煙エリアへの  
灰皿等の設置  
〈対象〉施設管理権原者  
最大**50万円**

### ルール1 屋外でも家庭でも、喫煙する際は周囲への配慮を忘れずに。

受動喫煙は、日常の様々な場面で起こります。子どもたちや周りへの気遣いが、吸わない人の健康被害をなくします。



### ルール2 人が集まる施設内でたばこは吸えません。喫煙は、決められた場所で。

#### 屋内も敷地内も原則禁煙



例外あり 敷地内の屋外では、要件を満たした喫煙場所を設けることは可能です。

#### 屋内は原則禁煙



例外あり 屋内でも、基準を満たした喫煙室や、ホテルや旅館等の客室、住居、喫煙が主目的の飲食店、法に基づく届出済の小規模飲食店等では喫煙することができます。

### ルール3 店舗や施設の入口で、「禁煙」か「喫煙可」が分かります。

店舗や施設、喫煙場所の入口には標識の掲示が義務付けられます。



標識例

### ルール4 20歳未満の方を、喫煙エリアに入れないで。

受動喫煙による健康被害の影響が大きい20歳未満の方を、喫煙エリアに立ち入らせてはなりません。

(店舗の従業員や配送業者等も含まれます)



たばこをやめたいと思ったら…

横浜市禁煙情報サイト  
「禁煙NOTE」



横浜市内は、喫煙に関して、改正健康増進法のほか、「神奈川県公共的施設における受動喫煙防止条例」、「横浜市空き缶等及び吸い殻等の散乱の防止等に関する条例」による規定が適用されます。