

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！
一人ひとりの行動で、受動喫煙ゼロのまちに！

新ルール

< 2020年4月から >

屋内**原則禁煙**< 下記以外の全ての施設 >

< 施行済 >

- ・ 喫煙する際の周囲への配慮義務
- ・ 敷地内原則禁煙(学校、医療機関、児童福祉施設、行政機関等)

違反時には **罰則最大30万円**

学校・医療機関等の敷地内や
禁煙店での喫煙
(加熱式たばこを含む)

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。子どもたちや周りの人への気遣いが、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 >



< 屋内は原則禁煙 >



例外あり 敷地内の屋外に、要件を満たした喫煙場所を設けることができます。

例外あり 屋内でも、基準を満たした喫煙室や、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、ホテル・旅館の客室、住居では喫煙することができます。

ルール3 店舗や施設の入口の標識で喫煙できるか確認を。

店舗や施設、喫煙室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歳未満の人を喫煙できる場所に入れないで。

受動喫煙による健康への影響が大きい20歳未満の人※を、喫煙できる場所(喫煙室・店内全体で喫煙可能な店等)に立ち入らせることはできません。
※店舗の従業員や配送作業者等を含む



問い合わせ先

相模原市保健所 健康増進課
受動喫煙対策担当 ☎ 042-769-8055

< 受付時間 > 8:30 ~ 17:00
(土日・祝日を除く)



市受動喫煙対策
ホームページ

2020年3月発行

相模原市内は、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」、「相模原市路上喫煙の防止に関する条例」、「相模原市ごみの散乱防止によるきれいなまちづくりの推進に関する条例」の規定が適用されます。

この機会に、たばこをやめませんか

やめない・やめられないのは意思が弱いから？

「気分が落ち着く」と感じることはたばこの効用ではなく、「ニコチン依存の症状」です。ニコチン依存症から抜け出すことはヘロインやコカインなどの**麻薬をやめることと同じくらい難しい**といわれています。**たばこをやめられないのは決してその人の意思のせいではないのです。**

参考：日本医師会 <https://www.med.or.jp/forest/kinen/medical/>

禁煙補助剤で、より簡単に

「比較的楽に」「より確実に」「費用もあまりかからずに」禁煙するには、**禁煙外来**や**禁煙補助剤**を利用することをおすすめします。

医療保険が使える場合、1日1箱のたばこ代に比べて安く済みます。※

こんな方法も効果的です

禁煙補助剤は離脱症状を抑えることができます。

「禁煙開始日を決める」

「周りに禁煙することを宣言する」「吸いたくなってきたときの対処法を考えておく」

※禁煙治療に医療保険が適用されるには一定の条件があります。

「今まで禁煙にチャレンジしたけれどうまくいかなかった・・・」という方。

2・3度のつまづきは通常みられることです。何度も失敗しながら技術を習得し上手にできるようになっていきます。

今までに失敗の経験がある人は、**それだけ禁煙のゴールは近い**と思いませんか。

成功すればご自身はもちろん、周りの人の健康にも良い影響があります。

失敗しても損はありません。**気軽に始めてみる**ことをおすすめします。



禁煙してみようかな、と思ったら →



参考：禁煙支援マニュアル(第二版) 厚生労働省健康局がん対策・健康増進課編

ストップ！路上喫煙 ～路上での禁煙にご協力ください～

◎相模原市では、市民の皆さん等に市内全域で路上喫煙をしないよう努めていただくとともに、市内各鉄道駅周辺などの**指定する地区（路上喫煙禁止地区・重点禁止地区）**での**路上喫煙を禁止**する「路上喫煙の防止に関する条例」を施行しています。

◎橋本駅・相模原駅・相模大野駅・淵野辺駅・小田急相模原駅周辺においては「指定喫煙場所」を設置していますが、利用する際は**必ずパーティションの内側で喫煙**するようにお願いします。



▲禁止地区



▲重点禁止地区

問い合わせ先

相模原市
交通・地域安全課

☎ 042-769-8229

<受付時間>
8:30 ~ 17:00
(土日・祝日を除く)

市路上喫煙
防止条例に関する
ホームページ

