

# こころとからだの相談

保健所では、次のような相談をお受けしています。  
相談はいずれも予約制です。まずは地域保健担当へ電話でお問い合わせください。

## こころの健康

不眠、幻聴、些細なことが気になって生活に支障があるなど

## アルコールや薬物依存など

お酒やギャンブルなどが原因で生活や人間関係に支障がでているなど

## 思春期・青年期のひきこもり

不登校やひきこもり、家庭内暴力、過食・拒食を繰り返すなど

## 難病療養

難病と診断され、療養生活に不安があるなど

## 障害児の療育

心身に障害がある子どもや医療的ケア児の療養生活についてなど



●お問合せ先● 多摩立川保健所 地域保健第一・第二担当

## 受動喫煙防止のための新しいルールが作られました！

2020年4月から、「改正健康増進法」及び「東京都受動喫煙防止条例」の全面施行により、喫煙目的施設を除く全ての施設において、原則屋内禁煙、基準を満たした喫煙室でのみ喫煙可能となっています。  
また、喫煙室を設置した場合は、標識の掲示が必要で、20歳未満の方は立入禁止です。

### 規制対象となる施設

第一種施設	学校、病院、児童福祉施設、行政機関の庁舎など	敷地内禁煙
第二種施設(※)	第一種施設及び喫煙目的施設以外の多数の人が利用する施設	原則屋内禁煙
喫煙目的施設	たばこの対面販売をしているなどの一定の条件を満たしたバーやスナック、たばこ販売店、公衆喫煙所	喫煙可

### (※)第二種施設について

#### 対 象

第一種施設及び喫煙目的施設以外の2人以上の人が利用する施設（例：体育館、劇場、集会場、展示場、百貨店、事務所、娯楽施設等）

#### 規制内容

- ・喫煙室を設置する場合は、「喫煙専用室」または「指定たばこ専用室」の要件(\*)を満たさなければなりません。
- ・屋外は規制の対象外です。ただし、喫煙場所を作る場合は、受動喫煙を生じさせることがない場所に設置するよう配慮しなければなりません。

\*「喫煙専用室」「指定たばこ専用室」の要件等については、下記HPを参照

## 東京都の受動喫煙防止対策相談窓口 0570-069690(もくもくゼロ)

月曜日～金曜日 9時～17時45分(祝日・年末年始除く)、相談料無料(別途通話料がかかります)

もっと詳しく知りたい方は、HPを参照してください ➡

東京都受動喫煙防止条例



●お問合せ先● 多摩立川保健所 企画調整担当