

こころとからだの相談

ご本人、ご家族、支援機関の方などから、次のような相談をお受けしています。
まずは地域保健担当へ電話でお問い合わせください。

こころの健康相談

こころの健康

不眠、気分の落ち込みが続く、些細なことが気になって生活に支障がある、精神的な病気が心配など

依存症など

お酒や薬、ギャンブル・ゲーム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など

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

*夜間の相談はこちら

東京都夜間こころの電話相談 03-5155-5028

毎日、午後5時から午後10時まで（受付は午後9時30分まで）

難病の療養

難病のリハビリや療養生活、家族の休養について

*難病情報検索サイト

東京都難病ポータルサイト

長期療養児の療育

重症心身障害児や医療的ケア児などの療育や療養生活について



●お問合せ先● 多摩立川保健所 地域保健第一・第二担当

受動喫煙防止対策にご協力ください！

受動喫煙による健康影響とは！

たばこの煙には様々な有害物質が含まれていて、それを吸うことにより、肺がんや虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群などの病気になるリスクが高まることが明らかとなっています。厚生労働省の報告では、日本では受動喫煙による年間死亡者数が推定約1万5千人とされています。

屋内は原則、禁煙がルールです！

受動喫煙を防止するため、健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例で受動喫煙防止のためのルールを定めています。ルールでは、他人に受動喫煙を生じさせないように努めるとともに、様々な施設で、原則、屋内禁煙となっています。（※一部例外があります。）



多くの施設において
屋内は原則禁煙



20歳未満の方は
喫煙エリアへ立入禁止



屋内での喫煙には
喫煙室の設置が必要



全ての飲食店において
標識掲示が義務付け

一般的な居酒屋、レストランなどは喫煙目的店に該当しません！

健康増進法上、シガーバーなどの利用者に対して喫煙をする場所を提供することを主な目的とする施設は、一定の要件を満たしたうえで喫煙目的室を設けることが出来ます。飲食や遊戯等、喫煙以外の行為を主な目的とする施設は喫煙目的施設に該当せず、喫煙目的室を設置することはできません。

喫煙を禁止されていない屋外でも配慮義務があります！

喫煙を禁止されていない場所で喫煙をする場合や、喫煙を禁止されていない場所に喫煙場所を設置する場合でも、周囲に受動喫煙を生じさせないように配慮する義務があります。路上喫煙については区市町村が独自に喫煙ルールを定めている場合があります。詳しくは、所在地の区市町村にご確認ください。



多摩立川保健所にばこ対策キャラクター
「禁煙おんちゃん」

●お問合せ先● 多摩立川保健所 市町村連携課