

# 中央区たばこルール

## Smoking rule of Chuo City

公共の場所（区内全域の道路、公園、広場）での受動喫煙を防止するためのルールです。ルールを守り、喫煙する人もしない人も気持ちよく過ごせる環境づくりにご協力ください。

This is a rule to prevent secondhand smoke in the public area (all the roads, parks and open space in the city) Please follow the rules and help create a comfortable environment for everyone, both smokers and non-smokers.



### 喫煙をする人が守るべきルール

The rule should be followed by the person who smokes

1

公共の場所では、指定喫煙場所以外で喫煙をしない。

No smoking in the public area other than the designated smoking area



2

私有地で喫煙をする場合であっても、公共の場所にいる人にたばこの煙を吸わせない。

Even smoking in the private area, avoid letting people in public places breath secondhand smoke.



3

近くに子どもや妊婦など健康に配慮が必要な人がいるときは喫煙を控える。

Refrain from smoking when there are people around you who need to take care of their health such as children or pregnant women.



### 灰皿を設置する事業者が守るべきルール

The rule should be followed by the business person/unit who install ashtrays

1

人通りの多い場所の近くに灰皿を置かない。

Don't place ashtrays near crowded areas.



2

子どもの通学時間帯に灰皿を使わせない。

Have the people not to use the ashtrays during the children's commuting time



3

喫煙をする人が多いときは、譲り合っでの利用を呼び掛ける。

Call out the sharing of trays when many smokers are in the area



指定喫煙場所



※1 指定喫煙場所は、このマークが目印です。

\*1 This is the mark to inform here is the designated smoking area

詳しくは中央区内指定喫煙場所マップ、区ホームページをご覧ください。  
For more information, please visit Chuo city home page and look at the map of the designated smoking area

<https://www.city.chuo.lg.jp/kenkouiryuu/kenkou/tobacco/kitsuenbasho/index.html>



※2 喫煙ルールには加熱式たばこの喫煙も含まれます。吸い殻のポイ捨ても禁止です。

\*2 This rule is also applied for heated tobacco products. Littering is also prohibited.

中央区は受動喫煙防止のために取り組みます

Chuo City works on to prevent secondhand smoke.

1

声掛けをします We will call out

喫煙ルールを守っていただくため、巡回パトロール員が注意喚起を行っています。

To follow the smoking rule, we patrol and raise your attention



2

整備します Infrastructure

分煙環境を確保するため、指定喫煙場所の整備を進めていきます。

We will prepare the designated smoking area to establish the separation of the smoking area from the non-smoking area

# 喫煙の影響

たばこは喫煙する人だけでなく、周囲にいる人にもさまざまな影響を及ぼします。そのため、喫煙をするときは吸わない人への配慮が必要です。

## 1 受動喫煙を発生させます

受動喫煙とは、喫煙をしない人がたばこの火が付いているところから出る煙や喫煙をする人の息から出る煙を吸わされていることをいい、健康にも影響を及ぼします。



### 大人

肺がん  
虚血性心疾患  
脳卒中

### 妊娠・出産

乳幼児  
突然死症候群  
(SIDS)

### 子ども

ぜんそく

## 2 子どもの喫煙につながる場合があります

子どもが喫煙を始める動機は、好奇心による興味本位が多く、親が喫煙をしていると子どもの喫煙率も高くなることから、子どもの前では喫煙を控えましょう。また、子どもの喫煙は、脳の酸素不足が発生し思考力や集中力が落ちてしまうため、学力にも影響を及ぼします。



## たばこをやめたい

自分のため、家族のためにたばこをやめたい区民を支援するため、禁煙外来の治療費の一部を助成しています。禁煙外来では、医師の診察・指導のもとで治療していくため、無理なく禁煙することができます。



問合せ先

中央区保健所 生活衛生課 生活衛生事業係

TEL:03-3546-5762