

熱中症特別警戒アラートが出た場合は、命を守る行動をとってください

熱中症特別警戒アラートは広域的に過去に例のない危険な暑さになったときに発表されます。

熱中症特別警戒アラートが発表されたら…

- ・室内でエアコンを使用するなど、涼しい環境で過ごしましょう。
- ・水分と塩分を補給しましょう。
- ・不要不急の外出は控えましょう。
- ・高齢者・乳幼児などの熱中症にかかりやすい方は特に注意しましょう。

クーリングシェルター(暑さから逃れるための施設)もご利用ください

熱中症特別警戒アラートが発表された時は、クーリングシェルターを表のとおり開設します。

自宅にエアコンがあり、涼しい環境が確保できる場合には、クーリングシェルターへの移動は必要ありません。涼しい環境の確保が難しい方はご活用ください。

なお、表の施設以外にも、順次クーリングシェルターに指定する施設を増やしていきます。

④クーリングシェルターに指定する施設について＝1015274、熱中症特別警戒アラートについて＝1014963、TOKYOクールシェアスポットの運用について＝1015274④環境政策課☎(338)6831

施設名	日時	定員
AFFIDAMENTO BAGEL(山王下1-12-12福満ビル2階)	土曜日9:00～17:00	約10人
トヨタモビリティ東京多摩ニュータウン店(関戸6-5-2)		5人
トヨタモビリティ東京U-Car多摩ニュータウン店(関戸6-6-11)	10:00～18:00(第1・3月曜日、火曜日、月1回日曜日を除く)	5人
トヨタモビリティ東京多摩永山店(永山1-2-1)		5人
トレーニングスタジオest.多摩諏訪店(諏訪3-14-10 ホワイトハウス1階)	平日10:00～16:00	2人
トレーニングスタジオest.多摩鶴牧店(鶴牧5-1-1 エステート鶴牧101)	月曜日～土曜日10:00～16:00	2人
東京南農協同組合多摩支店(関戸6-11-1)	平日9:00～15:00(祝日、振替休日を除く)	約3人
京王聖蹟桜ヶ丘ショッピングセンター(関戸1-10-1)	10:00～20:00(休館日は除く)	約10人

施設名	日時	定員
愛宕児童館	平日＝10:00～18:00、土曜日・夏季長期休業日＝9:30～18:00(日曜日、祝日は休館)	若干名
愛宕かえで館	9:30～21:30(第2・4火曜日は休館)	24人
一ノ宮児童館	月～土曜日＝9:00～19:00、第2・4日曜日＝10:00～17:00(祝日は休館)	若干名
多摩センター駅出張所	8:30～17:00(日曜日・祝日は休所。祝日が土曜日の場合は開所)	5人
中央図書館	9:30～20:00(第1・3木曜日は休館(祝日を除く))	100人
パルテノン多摩	9:00～22:00(施設点検日は休館)	約42人
TOM HOUSE	9:30～21:30(第1・3火曜日は休館)	15人
市民活動・交流センター	9:00～20:30[毎月第2月曜日は休館(祝日の場合は翌平日)]	約30人
貝取こぶし館	9:30～21:30(第2・4月曜日は休館)	30人
乞田・貝取ふれあい館	9:30～21:30(第1・3月曜日は休館)	12人
諏訪児童館	9:00～18:00(日曜日・祝日は休館)	若干名
武道館	9:00～20:00(第3月曜日は休館(祝日の場合は翌平日))、日曜日・祝日＝9:00～18:00	5人
資源化センター(エコプラザ多摩)	平日8:30～17:00	10人
関戸図書館	平日＝9:30～19:30(木曜日は休館(祝日を除く))、土曜日・日曜日・祝日＝9:30～17:00	30人
健康センター	平日8:30～17:30	20人
関・一つむぎ館	9:30～21:30(第1・3月曜日は休館)	27人
関戸公民館	9:00～22:00(第1・3月曜日は休館(祝日を除く))	50人
市役所本庁舎	平日8:30～17:00	約30人
からきだ菖蒲館	9:30～21:30(第2・4月曜日は休館)	20人
唐木田図書館	10:00～17:00(月曜日・祝日は休館)	10人
豊ヶ丘図書館	10:00～17:00(木曜日・祝日は休館)	10人
永山公民館	9:00～22:00(第1・3木曜日は休館(祝日を除く))	50人
永山図書館	9:30～19:30(木曜日は休館(祝日を除く))、土曜日・日曜日・祝日＝9:30～17:00	30人
永山児童館	月曜日～土曜日＝9:00～19:00、第2・4日曜日＝10:00～17:00(祝日は休館)	若干名
総合体育館	9:00～21:00(第3月曜日は休館(祝日の場合は翌平日))	20人
聖ヶ丘図書館	10:00～17:00(木曜日・祝日は休館)	10人
ひじり館	9:30～21:30(第1・3木曜日は休館)	10人
二幸産業・NSP健幸福祉プラザ	平日8:30～22:00(第2土曜日とその翌日の日曜日は休館)※いこいの広場については19:00まで(平日・土曜日のみ開設)	30人
アクアブルー多摩	月曜日～土曜日＝9:00～21:45(第2・4火曜日は休館(7月の第2火曜日は開館))、日曜日・祝日＝9:00～19:45(7・8月は9:00～21:45)	20人
ココスモ連光寺	9:30～17:00(日曜日、祝日、第2・4月曜日は休館)	20人
三方の森コミュニティ会館	9:30～17:00(日曜日、第2・4月曜日は休館)	20人
大栗川・かるがも館	9:30～21:30(第2・4月曜日は休館)	5人
グリーンライブセンター	9:30～17:00(月曜日は休館(祝日の場合は翌平日))	約15人

吸う人も
吸わない人も
協力しあえるまちへ



なくそう！受動喫煙！



④1002835④健康推進課☎(376)9139・FAX(371)1235

市の条例では喫煙制限区域を規定しています

多摩市受動喫煙防止条例では、市内4駅周辺に定めた受動喫煙防止重点区域の他、日中の公園および子どもが利用する施設などの周辺路上を禁煙としています。

また、喫煙制限区域以外の場所も、市民の責務として「他人に受動喫煙を生じさせることがないよう努めなければならない」とする努力義務が定められています。

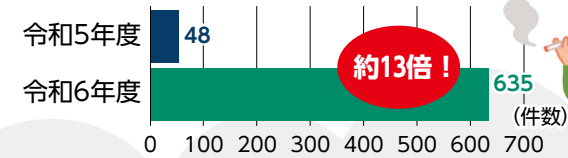
多摩市受動喫煙防止条例リーフレット▶



巡回指導員による指導件数

受動喫煙防止重点区域等巡回指導員による指導件数が急増しています！市では、条例により喫煙制限としている区域に受動喫煙防止重点区域等巡回指導員を派遣し、条例違反が確認された方への声かけ指導を行っています。

令和6年度は、635件の声かけ指導を行いました。

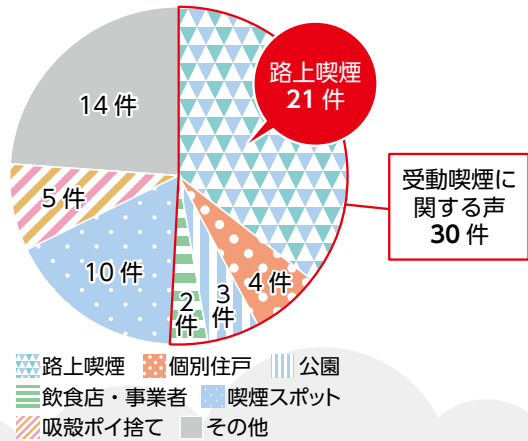


市にはこんな声が届いています

令和6年度に市民の皆さんから寄せられた「たばこ」に関する声は、延べ59件でした。なかでも多かったのは、「路上喫煙に困っている(21件)」であり、いただいた声の3割を超えています。

また、「受動喫煙が生じている」との声は30件であり、その発生場所も路上に限らず、公園や個別住戸、事務所など多岐にわたっています。望まない受動喫煙を防ぐために、引き続き皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

たばこに対していただいたご意見



禁煙したい方を応援します！

■たばこは全身の疾患にかかわります

喫煙はがんやCOPD(慢性閉塞性肺疾患)だけでなく、脳卒中や虚血性心疾患などの循環器疾患、2型糖尿病、歯周病、早産など数多くの健康への影響があります。また、紙巻きたばこだけでなく、加熱式たばこにもニコチンや発がん性物質が含まれています。

禁煙を長く続けることで、あらゆる病気のリスクを減らすことができます。たばこがやめにくいのは、「ニコチン」という物質がニコチン依存症という病気を引き起こすためです。

医療の力を借りて、あなたも禁煙への一歩を踏み出してみませんか？

禁煙治療費を助成しています

医療機関で受けた禁煙治療費の2分の1を市が助成します。



禁煙治療を利用した方の声

▲治療前の登録申請はこちら

喫煙場所を探さなくて良くなった！
たばこ代の節約にも♪

ストレスが少なく、効果を感じました！

※禁煙治療内服薬が出荷停止中のため、ニコチンパッチによる治療が主となっています。治療の詳細は、医療機関でご確認ください

