

なくそう！望まない受動喫煙「マナーからルールへ」

改正された健康増進法が、いよいよ本年4月1日から全面施行されます。

望まない受動喫煙をなくすため、改正健康増進法が令和2年4月1日から全面施行され、多くの人が利用する全ての施設において、**原則屋内禁煙**となります。喫煙には、事業者の分類に沿った喫煙室が必要です。

病院・学校
敷地内禁煙
(屋外に喫煙場所設置可)

飲食店
原則
屋内禁煙
(喫煙専用室及び喫煙可能室のみ喫煙可)

オフィス・事業所
原則
屋内禁煙
(喫煙専用室のみ喫煙可)

- ・病院、学校、行政機関は既に令和元年7月1日から「敷地内禁煙」です。
- ・20歳未満の方は喫煙エリアへ立入禁止です。
- ・屋内での喫煙には、**喫煙室の設置が必要**です。
- ・喫煙室には**標識掲示が義務付け**になります。
- ・従業員に対する受動喫煙対策も講ずることが必要です。
- ・義務違反時には指導、命令、罰則等が適用されることがあります。
- ・詳細は県ホームページ及び厚生労働省「受動喫煙対策サイト」を参照ください。または、健康づくり支援課、最寄りの保健所（保健部）にご相談ください。
(TEL: 097-506-2757)



もっと野菜シルブプレ♪
レシピブック vol.6



ブロッコリーはビタミンCが重量比でレモンより多く含まれています

材料(4人分)

ブロッコリー 1/2株
トマト 1/2個

うま塩調味料

白だし 大さじ1
カボス果汁 小さじ2
黒すりごま 小さじ2
オリーブオイル 大さじ1

※カボスの香りでおいしく減塩♪

レシピ

- 1 ブロッコリーは小房に切る
フライパンに50ccの水を入れて火にかけブロッコリーを加えたらフタをして2分、蒸し焼き
キッチンペーパーの上に房を下にして移して水分を取って冷ます
- 2 トマトはくし切りにする
- 3 ボウルに調味料を合わせて冷めたブロッコリーとトマトを入れてさっと混ぜ合わせる

※仕上げに柚胡椒や、甜麺醬、ラー油などお好みでアレンジできます♪

おおいた歩得ダウンロードはこちらから→

※機種により使用できない場合があります

