

講演前

タバコについてのアンケート（講演前）

- ・この調査は禁煙教室の効果を評価すること目的としております。
- ・あてはまる選択肢に をつけるか、数値を記入してください。

お立場	1. 保健/医療関係者 2. それ以外	ご年齢	歳	性別	1.男 2.女
-----	------------------------	-----	---	----	-----------

あなたのタバコに対する意識をお尋ねします。以下の10個の意見について、あなたの気持ちに一番近いものをa～dの中で選んで下さい。

- (1) タバコを吸うこと自体が病気である。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (2) 喫煙には文化がある。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (3) タバコは嗜好品（味や刺激を楽しむ品）である。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (4) 喫煙する生活様式も尊重されてよい。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (5) 喫煙によって人生が豊かになる人もいる。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (6) タバコには効用（からだや精神に良い作用）がある。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (7) タバコにはストレスを解消する作用がある。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (8) タバコは喫煙者の頭の働きを高める。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (9) 医者はタバコの害を騒ぎすぎる。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない
- (10) 灰皿が置かれている場所は、喫煙できる場所である。
a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

あなたはタバコを吸いますか？

- a. 毎日吸う b. ときどき吸う c. 吸っていたがやめた d. 吸ったことがない

以下は現在タバコを吸っている方だけお答え下さい。

- (1) あなたは、朝目覚めてから何分位で最初のタバコを吸いますか？
a. 5分以内 b. 6～30分 c. 31～60分 d. 61分以後
- (2) あなたが映画館や図書館など禁煙と決められている場所にいる時、タバコを吸うのをがまんすることが難しいと感じますか？
a. はい b. いいえ
- (3) あなたは1日のなかで、いつ吸うタバコがもっともやめにくいと思いますか？
a. 目覚めの1本 b. それ以外
- (4) あなたは1日何本吸いますか？
a. 31本以上 b. 21～30本 c. 11～20本 d. 10本以下

(5) 他の時間帯より起床後数時間に多く喫煙しますか？

a . はい b . いいえ

(6) あなたはかぜで 1 日中寝ているような時にもタバコを吸いますか？

a . はい b . いいえ

(7) あなたがいつも吸っているタバコの銘柄と、含まれているニコチンの量を教えてください？

銘柄名：

ニコチン量 mg

(8) 初めてタバコを吸ってみたのは何歳ですか？

歳

(9) 1 日 1 本以上吸うようになったのは何歳からですか？

歳

(1 0) 禁煙した経験はありますか？

a . ある (回) b . ない

(1 1) 自分が吸うつもりより、ずっと多くのタバコを吸ってしまうことがありますか？

a . はい b . いいえ

(1 2) 禁煙や節煙 (本数を減らす) を試みてできなかったことがありますか？

a . はい b . いいえ

(1 3) 禁煙や節煙でタバコが欲しくてたまらなくなることがありましたか？

a . はい b . いいえ

(1 4) 禁煙や節煙で次のどれかがありましたか？

(イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手の震え、食欲増進、体重増加)

a . はい b . いいえ

(1 5) 上の症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか？

a . はい b . いいえ

(1 6) 重い病気にかかって、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか？

a . はい b . いいえ

(1 7) タバコのために健康問題が起きていると分かっているのに吸うことがありましたか？

a . はい b . いいえ

(1 8) タバコのために精神的問題が起きていると分かっているのに吸うことがありましたか？

a . はい b . いいえ

(1 9) 自分はタバコに依存していると感じることがありますか？

a . はい b . いいえ

(2 0) タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何回かありましたか？

a . はい b . いいえ

(2 1) あなたは禁煙することに関心がありますか？

1. 全く関心がない
2. 禁煙に関心はあるが、今後 6 ヶ月以内に禁煙しようとは思わない
3. 6 カ月以内に禁煙しようと考えているが、1 カ月以内には禁煙する予定はない
4. この 1 カ月以内に禁煙する予定である

講演前の質問はここまでです。

裏の質問は講演が終わってから答えて下さい。

講演後

タバコについてのアンケート（講演後）

あなたのタバコに対する意識をお尋ねします。以下の10個の意見について、あなたの気持ちに一番近いものをa～dの中で選んで下さい。

本心で答えて下さい。講演の内容に無理に合わせる必要はありません。

また、講演前の回答を見返さないで回答して下さい。

(1) タバコを吸うこと自体が病気である。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(2) 喫煙には文化がある。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(3) タバコは嗜好品（味や刺激を楽しむ品）である。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(4) 喫煙する生活様式も尊重されてよい。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(5) 喫煙によって人生が豊かになる人もいる。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(6) タバコには効用（からだや精神に良い作用）がある。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(7) タバコにはストレスを解消する作用がある。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(8) タバコは喫煙者の頭の働きを高める。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(9) 医者はタバコの害を騒ぎすぎる。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

(10) 灰皿が置かれている場所は、喫煙できる場所である。

a. そう思う b. ややそう思う c. あまりそう思わない d. そう思わない

今回の講演について質問します。

以前に、今回と同じ内容の本を読んだり講演を聴いたりしたことがありますか？

a. ある b. ない c. どちらとも言えない

この質問は現在タバコを吸っている方だけお答え下さい。

あなたは禁煙することに関心がありますか？

1. 全く関心がない
2. 禁煙に関心はあるが、今後6ヶ月以内に禁煙しようとは思わない
3. 6ヶ月以内に禁煙しようと考えているが、1ヶ月以内には禁煙する予定はない
4. この1ヶ月以内に禁煙する予定である

質問はここまでです。ご協力ありがとうございました。