出典：産業医科大学産業生態科学研究所　編著
喫煙の科学ー職場の分煙テキストブックより

参考資料１

１．職場の喫煙対策と、職員の喫煙についてのアンケート例

この調査は、職場の喫煙対策を検討する上での資料を得ることを目的とします。併せて、禁煙サポート・プログラムも企画していますので、喫煙されている方は関連の設問にもお答えください。

氏名 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ 年齢（　　）歳　性別（1．男　2．女）

所属課 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

以下の設問について、あてはまる項目の番号を○で囲ってください。

問１．あなたの所属する職場で、どのような喫煙対策が行われていますか？

1）行われていない

2）行われている　（以下から、該当する対策ひとつを選んでください）

1．職場内は、休憩室・ロビーを含め、すべて禁煙

2．喫煙場所を定め、他の場所は禁煙

3．一般に喫煙できるが、特定の場所のみ禁煙（会議室など）

4．禁煙タイム・喫煙タイムを設定

5．その他（　　）

問２．現在の喫煙対策について（行われていないことも含め）、どのように思われますか？

1．積極的に受け入れている　2．やむを得ず受け入れている

3．反対である　4．関心がない

5．その他（　　）

問３．あなたの参加する会議は禁煙ですか、喫煙可能ですか？

1．禁煙である

2．出席者により禁煙の会議と喫煙可能な会議とがある

3．常に喫煙が可能である

問４．職場の空気環境

ア．職場の空気がたばこの煙で汚れていると感じることがありますか？

1．いつも汚れていると感じる　2．ときどき汚れていると感じる

3．あまり感じない　4．まったく感じない

イ．たばこの煙が漂う室内の職場に、１日どの程度いますか。

1．ほとんどいない　2．１時間未満

3．１時間以上４時間未満　4．４時間以上

ウ．職場内（室内）にたばこの煙が漂うことについて、あなたはどのように感じますか？

1．かなり不快に感じる　2．多少、不快に感じる　3．不快ではない

エ．職場での喫煙対策は必要だと思いますか？

1．必要なし　2．必要あり　3．どちらでもない

「2．必要あり」と答えた人は、職場にはどのような対策を希望しますか？

1．職場はロビーなどを含めすべて禁煙にする
2．喫煙室・喫煙コーナーを設け、他の場所は禁煙とする
3．禁煙タイムを設ける

問5．たばこの影響を、どのように考えますか？

ア．喫煙者本人の体の健康に

1．非常に悪い　2．悪い　3．良い面もある　4．わからない

イ．喫煙者本人の心の健康（精神的な安定・イライラの解消）に

1．役立たない　2．多少役立つ　3．とても役立つ　4．わからない

ウ．周囲の人の健康に

1．非常に悪い　2．悪い　3．良い面もある　4．わからない

エ．周囲の人に

1．非常に迷惑　2．多少迷惑　3．迷惑ではない　4．わからない

問6．たばこの煙のため、次のような経験をしたことがありますか？
該当するものすべてに○をつけてください。

1．のど（せき、たん、痛みなど）、目（かゆみ、涙など）、
鼻（くしゃみ、鼻汁など）に関する症状
2．頭重感、頭痛
3．イライラして仕事に支障が出る
4．気分が悪くなる
5．その他の症状（　　）
6．何も感じたことはない

問7．受動喫煙（他人が吸っているたばこの煙を吸うこと）の健康影響として、どのようなことを知っていますか？　該当するものすべてに○をつけてください。

1．ぜん息など呼吸器疾患の人に与える影響
2．リウマチなど関節炎への影響
3．心臓病の人に与える影響
4．女性（とくに妊婦）に与える影響
5．肺がんの発生率が増加すること
6．胃がんの発生率が増加すること
7．他の人にストレスを与えること
8．1から7のことについて、あまりよく知らない

問８．もし仮に、あなたが自分の職場の喫煙対策を自由に決められるとしたら？

１．職場はすべて禁煙にする
２．喫煙場所を定め、その他の場所は禁煙にする（喫煙室・喫煙コーナー）
３．喫煙時間を定め、その時間外は禁煙にする（喫煙タイム・禁煙タイム）
４．喫煙制限はしない
５．わからない
６．その他（　　）

問９．あなたはたばこを吸いますか。

１．これまで吸ったことはない（質問はこれで終わりです。ご意見は次ページに）
２．過去に吸っていたがやめた（質問はこれで終わりです。ご意見は次ページに）
３．現在、吸っている（以下の質問にも引き続きお答えください）

●「現在、吸っている」方

問10．現在の喫煙状況

ア．平均的な１日（勤務がある日）の喫煙本数は？

１日（　　）本
内訳は、職場で（　　）本、自宅で（　　）本、その他で（　　）本

イ．主に吸うたばこの種類は何ですか？

１．低タールたばこ　２．通常(高タール)たばこ　３．その他(パイプ・葉巻等)

問11．今までにたばこをやめたことがありますか？

１．はい　２．いいえ　〈問12へ〉

「１．はい」と答えた方のみ、ア）～ウ）の質問にお答えください。

ア．今までに何回やめたことがありますか？

１．１回だけ　２．２回　３．３回　４．４回　５．５回以上

イ．今までに最も長くやめたのはどのくらいの間ですか？

１．１週間未満　２．１週間以上１カ月未満
３．１カ月以上３カ月未満　４．３カ月以上６カ月未満
５．６カ月以上１年未満　６．１年以上

ウ．最近１年以内に１日以上禁煙したことがありますか？

１．はい　２．いいえ

問12．あなたは、禁煙したり、喫煙本数を減らすことにどのくらい関心がありますか？

1．まったく関心がない　〈問13へ〉
2．禁煙するつもりはないが、喫煙本数を減らしたい　〈問14へ〉
3．関心はあるが、今後6カ月以内に禁煙しようとは考えていない　〈問14へ〉
4．今後6カ月以内に禁煙しようと考えているが、
　この1カ月以内に禁煙する予定はない　〈問14へ〉
5．この1カ月以内に禁煙する予定である　〈問14へ〉

問13．禁煙に関心がない理由は何ですか？　該当するものすべてに○をつけてください。

1．やめると手持ち無沙汰になる
2．やめるとイライラする
3．やめると太る
4．気分転換ができなくなる
5．くせになっている
6．たばこをおいしいと感じる
7．健康にそれほど悪いと思わない
8．とくに理由はない
9．その他（　　）

問14．禁煙や喫煙本数を減らしたいと思う理由は何ですか？　該当するものすべてに○をつけてください。

1．現在、自分の健康状態が悪い
2．たばこがおいしく感じられない
3．健康に悪い
4．吸いにくい環境になっている
5．家族からやめるよう勧められた
6．医師・保健婦からやめるよう勧められた
7．その他の人からやめるよう勧められた
8．他人の迷惑になる
9．お金がかかる
10．その他（　　）

職場の喫煙対策についてご意見があればご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

※問12の選択肢は「禁煙セルフヘルプガイド」を参照しました。