

『禁煙についてのアンケート』の結果をご報告します

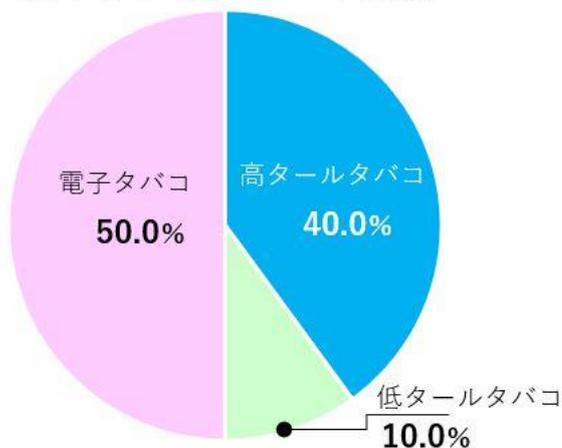
当社では従業員の皆さまの声を健康経営の中の禁煙事業に反映させていただくため、今年12月に「職場の喫煙対策と喫煙についてのアンケート」を実施いたしました。その結果80名の方から回答や多くのコメントをいただきましたので、その結果の一部をご報告いたします。

実施方法 GMAX-DB・紙による任意アンケート調査(従業員)

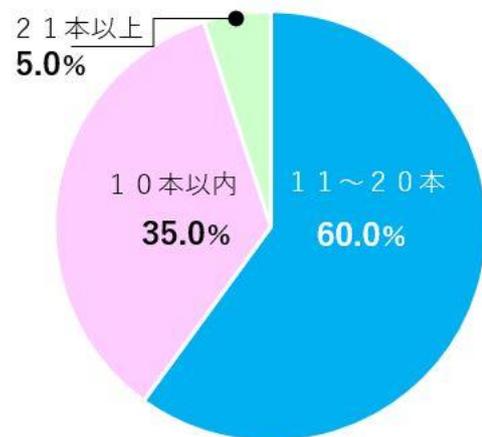
実施期間 2020年11月25日～12月18日

喫煙者

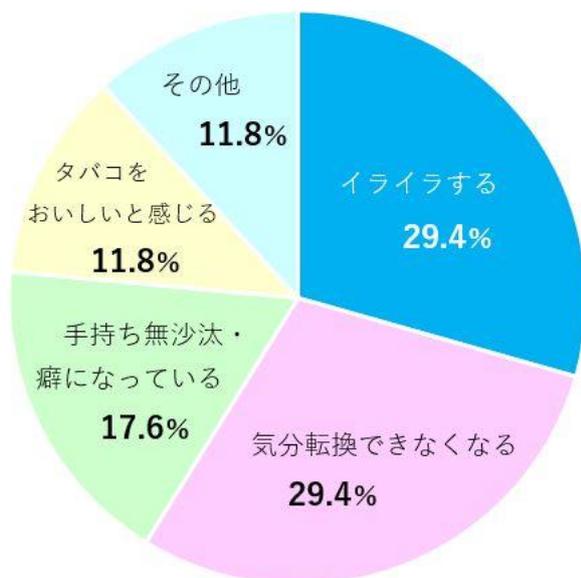
吸っているタバコの種類



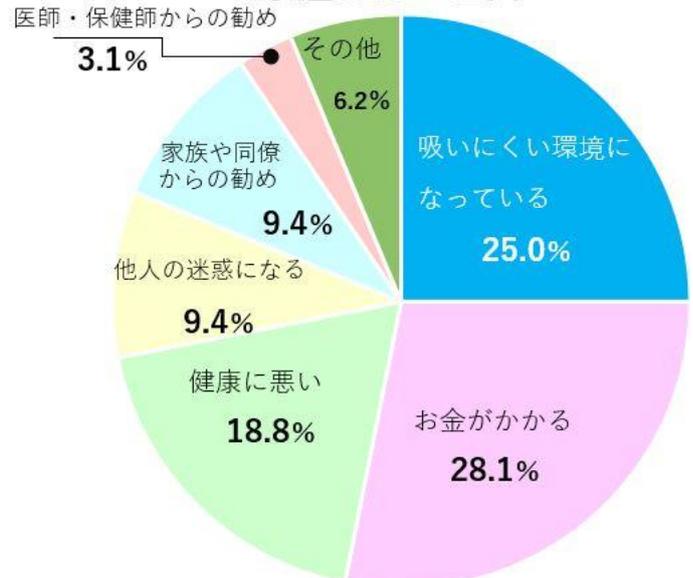
1日あたりの喫煙本数



やめられない理由



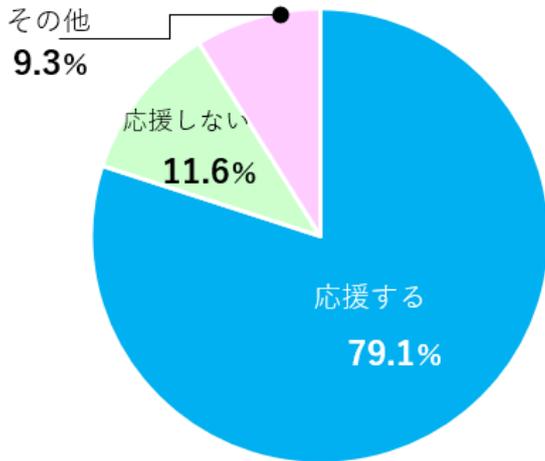
禁煙したい理由



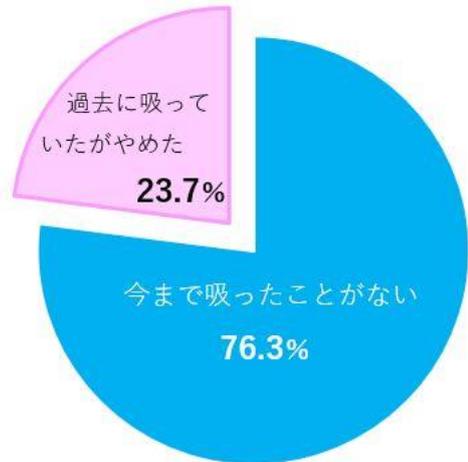
喫煙は自分やご家族への健康の悪影響を与えるだけでなく、タバコの値上げや喫煙場所がなくなっていく環境はさらに進みます。タバコは種類に関係なく依存性の強さはほぼ同じです。非喫煙者の8割の方が禁煙を応援しています。ぜひ健康経営の取組みの中で禁煙のお手伝いをさせてください。

非喫煙者

禁煙を始めた人を応援するか

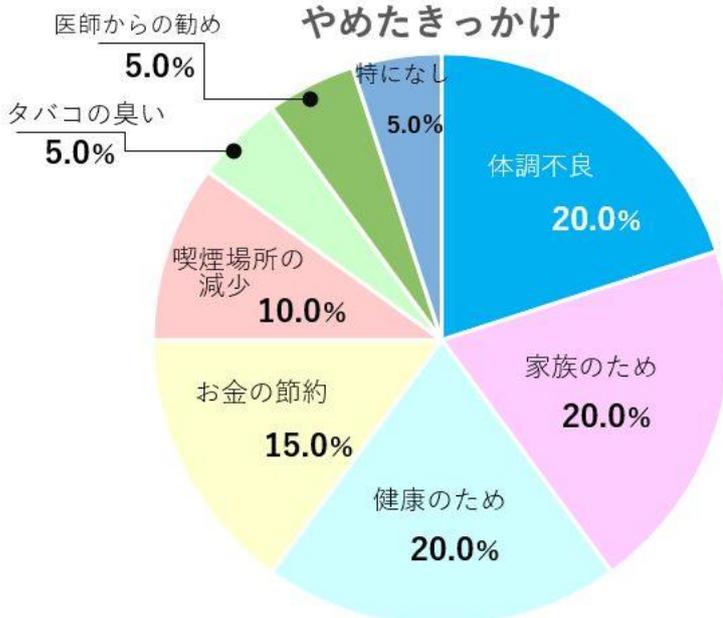


喫煙の経験

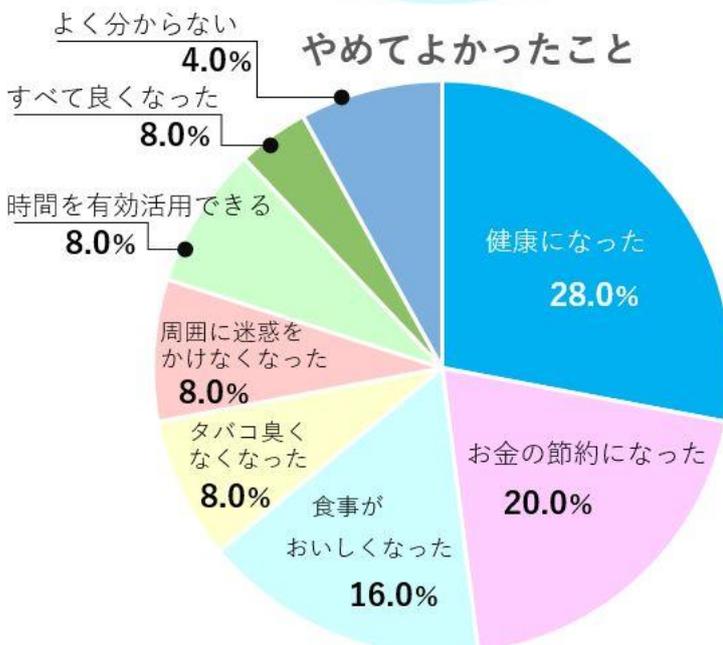


喫煙経験がある人の『やめたきっかけ』と『やめてよかったこと』

やめたきっかけ



やめてよかったこと



喫煙をやめたきっかけとして自分自身の体調不良や医師の勧めもあるものの、結婚や出産を機に自分のためだけではなくご家族のために禁煙を決意された方が多いようです。

「20歳過ぎから吸っていましたが、結婚してから妻の前では吸わないようにして、それなら体のことを考えタバコをやめようかと思い、持っていたタバコの箱を潰して捨てました。(最後の1本と思って吸っている人は止められないと思います)その後からは一切吸っていません。」

やめてよかったこととして『健康になった』が上位に上がりました。身体的では咳・痰が出なくなった、疲労感の軽減、味覚が戻り食事がおいしくなった、精神面ではイライラ感が緩和されたとのことのご意見がありました。今までタバコ購入していたお金が節約できたと経済面でもメリットがあったようです。喫煙することで時間をロスしていることが分かった、周囲にタバコの煙で迷惑をかけなくなった、中には「すべて良くなった」とのご意見もありました。

アンケートにご協力いただいた従業員の皆さま、ありがとうございました。皆さまからいただいたアンケート結果・ご意見は今後の健康経営推進に活かしていきたいと思っております。