

日時：2019年1月24日（木） 帯広空港内3F会議室
参加：合計18名 JALグループ社員 13名 他空港関係者 5名



講師,熱弁をふるう!

皆さん真剣に受講中!





講師の質問に楽しく答えています～！



禁煙プログラム アンケート

2019.01.24 JAL Wellness 担当

本日は、タバコ禁煙講座にご参加いただき、誠にありがとうございます。
下記アンケートへのご協力をお願いいたします。

1. 参加者 (JALグループ社員 13名 ・ JALグループ社員以外 5名)
2. たばこを吸いますか (吸う 10名 ・ 吸わない 8名) ⇒ 吸わない方は7.へ
3. 1日に何本吸いますか (10本未満 2名 ・ 11~20本 7名・ 20本以上 1名)
4. 喫煙歴は (10年未満 1名 ・ 10~20年程度 6名 ・ 20年以上 3名)
5. 禁煙する予定はありますか? (ある 2名 ・ 考え中 5名 ・ ない 3名)
6. 今まで禁煙に取り組んだ事は? (ある__回程度 1回3名 2,3,4回各1名 ・ ない 4名)
7. 健康への意識はありますか? (ある 15名 ・ ない 3名)
8. たばこの有害性は? (知っている 13名 ・ 多少わかる 5名 ・ わからない 0)
9. 本日の講習について (有意義 9名 ・ 多少意識できた 9名 ・ 時間の無駄 0)

皆さまにご協力頂いた
アンケート結果です

10.たばこに対するイメージを教えてください。

【吸う方の意見】

- ・匂いが臭い。・止めた方が良い。・たばこが高い。・悪。・悪いイメージがある(体、周りに)
- ・臭い、不健康、止められない。・良い印象ではない。
- ・体に悪いことは理解しているが、なかなか止められない。

【吸わない方の意見】

- ・個人の健康だけではなく周囲の人々や公共の施設等への対応が必要となるため、出来れば皆で禁煙した方が良い。
- ・病気になりやすいイメージしかありません。受動喫煙しない環境にぜひなってほしい。
- ・たばこを吸う人は吸わない人へのことをCAREすべきと思う。
- ・吸わないので良いイメージはない。でも自分が吸いたくて管理できるならいいのかと思いました。
- ・吸いすぎなければ(1日2本ぐらい)ストレス解消になり、それほど悪いものではないと思っている。
- ・身体に悪い。高い。
- ・吸わない方の健康障害(煙が体内に入る)

11.講座に参加した感想、その他感じた事がございましたらご記入下さい。

【吸う方の意見】

- ・病気になれば止めることが出来ると思うが、病気になる前にいつかは止めないといけないと思った。
- ・良い機会でした。Good job!・楽しめました。
- ・健康のためには禁煙した方が良いと思う。
- ・なるほどと感じる所がありました。
- ・悪いイメージしかなかったが、税金等の見方だと良い面もあると感じた。
- ・止められないにしても、吸わなくても良い時にも吸っているの、そこから吸わない様にする。

【吸わない方の意見】

- ・自分自身は吸わないが、それ以外の生活習慣を変えていく上での参考になった。
- ・たばこはずっと縁のない生活をしたいです。
- ・たばこ以外でも考え方を変えて健康に取り組むように努力したい。
- ・病院、デパート関係、たばこを吸う所を無くしているの、無くした方が良いと思う。

ご協力ありがとうございました。



第5回Wellnessは、帯広市の行政プログラムを利用し禁煙講座を受講しました。今回はJALグループ社員以外にも、帯広空港で働く多くの仲間に声をかけて開催し、参加者全員が改めて己の健康管理に目を向ける良いキッカケになりました！これからも継続的に活動を始め、心身共に健康であり続ける帯広空港を目指します。