

の運動量 (kcal) などが得られ、これらを身体活動量の妥当性の基準値として用い、質問紙から推定される身体活動量との関連を検討する。なお、質問紙から得られる身体活動量としては、各質問項目単独でも検討するが、質問紙で把握される各種活動に対して運動強度を当てはめ、その所要時間を積算することにより推定される一日消費エネルギー量について検討する。また、ライフコーダから得られる身体活動量を目的変数として、質問紙の項目を説明変数にした多変量解析を行い、有用な質問項目を抽出する。なお、調査の概要は図2に示した。

3. 考察

身体活動を評価する方法の中で、**gold standard** として、二重標識水法 **doubly labeled water (DLW) method** による **calorimetry** が最近注目されている³⁾。被験者は普段の生活が許容される点、**indirect calorimetry** と結果が一致する点で優れた方法だが、費用が高額なこと、総エネルギー消費量しか算出できないこと、検査機関が不足すること、などフィールドなどでは実施が困難な方法といえる。これまで質問紙の妥当性の検討を行う際、**gold standard** の代用として採用されてきたのは生活活動調査である。その中で **24 時間活動記録** や **7day-recall** が比較的フィールドに導入されやすいので頻用されてきたが、活動内容や強度、時間に関する情報が被験者の記憶に基づくため、妥当性・再現性に一定の限界が内在すると考えられる。また、1週間以上の活動記録は被験者に多大の負担をかけ、精度の高いデータを多数例について収集する場合には問題がある。

一方、直接的に身体の動きをモニタリングし、被験者に記録等の負担がなく比較的簡便に定量的なデータを得る方法として、歩数計や加速度計がある。とくに加速度計は、日常生活で最も一般的な活動である歩行について、実験レベルで呼気分析による妥当性が確認されている。また、運動強度別に解析でき、健康に効果のある運動強度の検討が行える。欠点としては、坂道、自転車、水中活動などは測定が困難であり、装着コンプライアンスの不安もあるが、客観的な指標としての有用性は高いと考えられる。なお、調査票を組み合わせることができた対象については、各方法間の互換性を検討する。

現時点では、質問紙の妥当性は未検討だが、新しい質問紙には都市勤労者の身体活動量を把握する上で有用な項目は含まれている。また、その項目の内容は本研究班に参加する事業所の勤務者の身体活動量に共通するものと考えられる。したがって、今回採用する質問紙の妥当性について大きな問題は生じないと予想されるが、一部の対象にライフコーダと調査票による妥当性研究と同時並行して行う予定である。これによって、現在介入研究に参加している勤務者について、より精度の高い身体活動量を把握できると期待される。

4. 参考文献

- 1) 内藤義彦: わが国における男性勤労者の身体活動量と循環器検診成績の関連—身体活動量の把握方法の開発とその応用. 日本公衛誌 41 : 706-719, 1994.
- 2) Pate RR, Pratt M, Blair SN, et al: Physical activity and public health - A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. JAMA. 1995;273:402-407.
- 3) 内藤義彦,佐藤眞一,北村明彦,飯田 稔: 身体活動と生活習慣,日本臨床, 58(2000 年増刊), 169-173, 2000.
- 4) 内藤義彦. 質問紙による身体活動量評価法. 運動疫学研究, 2001, 3:7-17.

G. 謝辞

質問紙の妥当性に関する検討のために、滋賀医科大学の岡村智教先生、明治生命および日立甲府の健康管理担当者の皆様には大変お世話になりました。この場を借りまして御礼申し上げます。

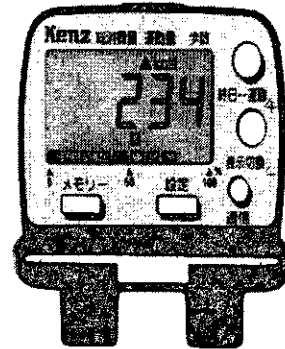
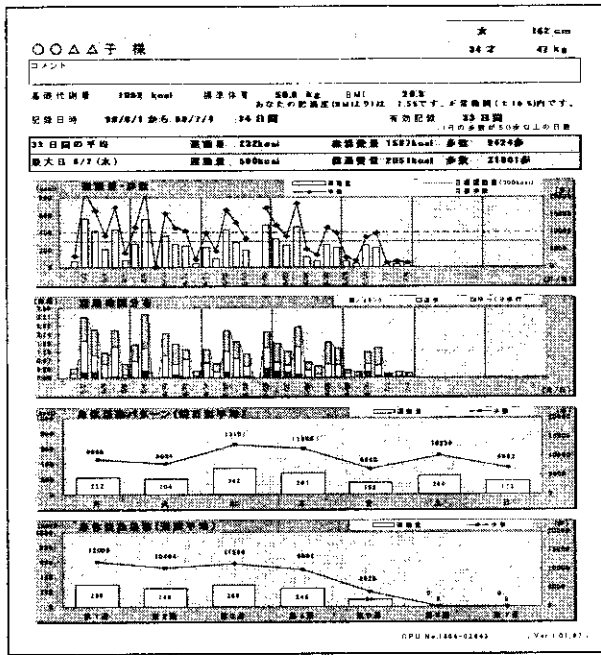
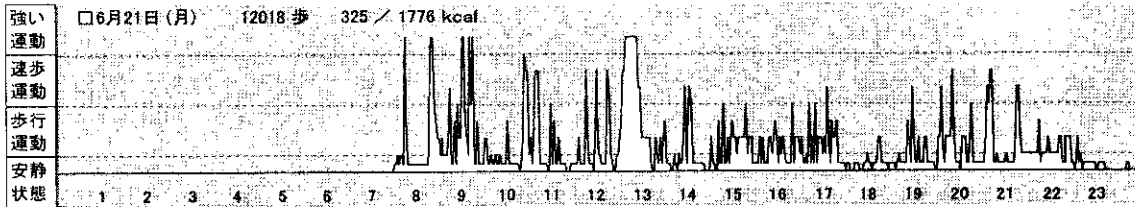


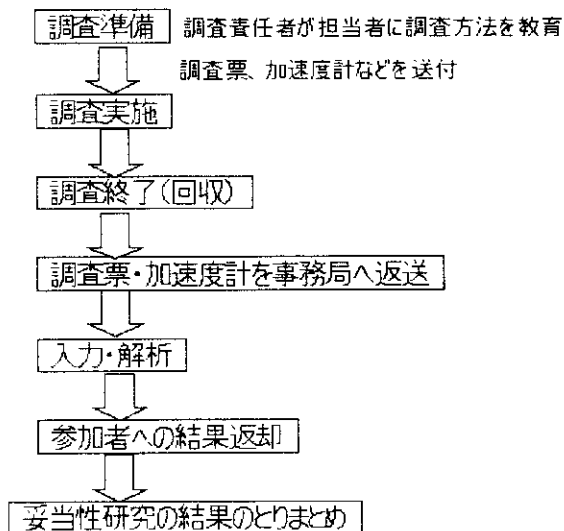
図1 ライフコーダの本体および出力

結果



妥当性研究の流れ

図2 妥当性研究の流れ



付図

巻は： _____

身体活動調査問紙

最近のあなたの身体活動(運動習慣や日常生活でどの程度身体を動かしているのか)について、
1. 睡眠 2. 仕事 3. 移動(通勤、買い物など) 4. 家事 5. 余暇活動(運動、運動以外の趣味・娯楽、ボランティアなどの社会的活動)に分けておうかがいします。

○睡眠

あなたはふだん1日どのくらい寝ていますか？昼寝も含めて、床に就いて起きあがるまでの時間をお答えください。
()時間()分/日

○仕事(家事、ボランティアは除いて考えてください)

現在、仕事をしている方に伺います。

1)週何日、合計何時間働いていますか。 週()日 合計()時間

2)仕事(昼休み、休憩時間を除く)、座っている時間はどのくらいですか。

1. ほとんど座っている
2. 半分より多く座っている 3. ほとんど半分くらい 4. 半分より少ない 5. ほとんど座らない

↓
以下の3)~4)は上記2-5)に回答して方のみ回答ください。

3)立って仕事をしている時間のうち(昼休み、休憩時間を除く)、歩いている状態と、歩かずに立ったままの状態とでは、どちらが多いですか。

1. 歩いている方が多い 2. 歩いているのと、立ったままが半々くらい 3. 歩かないで立ったままの方が多

4)仕事の中で、重いもの(10kg以上)を持ち上げたり、運んだり、あるいはそれと同じ程度の強さの力仕事をすることをどのくらいありますか。 週()日 合計()時間

○通勤、買い物などの移動

1)あなたは外出(通勤、買い物、外食、近所への使いなど)で1日平均どのくらい歩きますか？(買い物中などのぶらぶら歩行、定期的運動としてのウォーキングなどは除いて考えてください) ()時間()分/日

状況に応じて省略可能

2)あなたは外出(通勤、買い物、外食、近所への使いなど)で1日平均どのくらい自転車に乗りますか？(定期的運動などの余暇に行うサイクリングは除いて考えてください) ()時間()分/日

○家事(買い物、仕事として行う家事は除いて考えてください)

1)あなたは食事の準備や後片付けなどの炊事を1日どのくらい行いますか、1日あたりの時間をお答えください。
()時間()分/日

2)あなたは洗濯を週何回行いますか。また、1回あたりの、洗濯物を運んだり干したり、取り込んだりといった、実際に身体を動かしている時間はどのくらいですか。 週()回 1回当たり()分

3)あなたは掃除を週何回行いますか。また、1回あたりの、実際に身体を動かしている時間はどのくらいですか。 週()回 1回当たり()分

状況に応じて省略可能

4)あなたは育児や介護で例のような強さの活動を1日にどれくらい行っていますか。実際に身体を動かしている時間をお答えください。例)子供をおんぶする。高齢者や障害者の移動、更衣、入浴、排泄を助ける。
()時間()分/日

※この問紙は、厚生労働省健康局健康増進課作成

○余暇（運動、運動以外の趣味・娯楽、ボランティアなど）

<運動>

あなたは月1日以上かつ月合計60分以上の頻度で運動をしていますか。次の散歩、ラジオ体操、ストレッチ、つりなども含まれます。

1. している 月あたり()日 2. していない

以下は運動をしている方のみお答えください。

例) 内容(ラジオ体操) 1ヶ月(4)日、1日につき(15)分、(のんびり)、息が弾む程度、はげしく
内容() 1ヶ月()日、1日につき()分、(のんびり)、息が弾む程度、はげしく
内容() 1ヶ月()日、1日につき()分、(のんびり)、息が弾む程度、はげしく
内容() 1ヶ月()日、1日につき()分、(のんびり)、息が弾む程度、はげしく

<運動以外の余暇活動>

1)あなたは余暇に家庭菜園、日曜大工、洗濯、ボランティアなど、比較的体を動かす活動をどれくらい行っていますか。内容、頻度、時間をお答えください。

例) 内容(日曜大工) 1ヶ月(4)日、1日につき(15)分
内容() 1ヶ月()日、1日につき()分
内容() 1ヶ月()日、1日につき()分
内容() 1ヶ月()日、1日につき()分

2)あなたは余暇にテレビ視聴、新聞や読書、音楽鑑賞、将棋や囲碁、パソコン操作などあまり身体を動かさない活動を1日にどれくらい行っていますか。1日あたりの時間をお答えください。()時間()分/日

○その他の身体活動の質問

1) 普段の生活や仕事の中であなたの運動(身体活動)は足りていると思いますか。

- 1.十分 2.だいたい充足 3.やや不足 4.かなり不足

2) 日頃からからだを動かすように意識していますか。

- 1.いつも意識している 2.まあまあ意識している 3.あまり意識していない 4.ほとんど意識していない

状況に応じて省略可能

3) 以下の設問のうち、運動に関するあなたの現在の状態に最もよく当てはまるもの一つに○をしてください。

(ここでの定期的な運動とは、週3回以上、かつ1回につき20分以上の運動とします)

- 現在全く運動していないし、6ヶ月以内に運動を開始するつもりもない
- 現在全く運動していないが、6ヶ月以内に運動を開始しようと考えている
- 現在少しは運動を行っているが、定期的とはいえない
- 現在定期的に運動を行っているが、定期的な運動を始めてまだ6ヶ月以内である。
- 現在定期的に運動を行っており、定期的な運動を6ヶ月以上継続している

状況に応じて省略可能

4) 3)で1、2、3とお答えになった方におたずねします。

◎あまり運動しない理由は何ですか。当てはまる項目すべてに○印を記入して下さい。

- 現在の活動量で十分
- 時間が無い
- 仕事で疲れている
- 他にしたいことがある
- 仲間がいない
- 指導者がいない
- 面倒である
- 施設・設備を利用しにくい
- 体調が悪い
- お金がない
- 運動は盡れるので
- 運動するのは好きではない
- その他: _____

以上で、身体活動に関する質問はおわりです。この回答に基づき、皆様の日常生活における身体活動の過不足を評価するとともに、今後の身体活動面の課題を提示いたします。

生活習慣病予防センター 生活習慣病予防推進課 健康課

3. 喫煙分野に関連した分析

田中 英夫（大阪府立成人病センター調査部調査課）

1 喫煙に関するベースラインデータ（1年目） 介入群と対照群との比較：男

(1)現在の喫煙状況（質問 20）

喫煙中、過去喫煙、非喫煙の割合は、介入群で 52%、19%、29%、対照群で 53%、18%、29%と同じであった。

(2)喫煙中の者での 1 日平均喫煙本数（質問 21-1）

介入群で 21.3 本、対照群で 19.6 本であった。介入群は対照群に比べて本数の多い者の割合が高く、この傾向は、特に 40 歳代と 50 歳代に明らかにみられた ($p=0.001$)。

(3)喫煙開始年齢（質問 21-2）

喫煙中の者で、19 歳以下で喫煙を開始した者の割合は、対照群 39%、介入群 33%となった。

(4)いつも吸っているたばこの種類（質問 21-3）

両群とも紙巻きたばこが 98%と同じであった。

(5)2 週間以内の禁煙の自信（質問 21-4）

喫煙中の者に 2 週間以内の禁煙の自信を尋ねたところ、全年齢では両群に差を認めなかったが、40 歳代では「かなりある」と答えた者の割合が介入群で 12%と、対照群の 6%に比べて高かった。

(6)禁煙についての考え（質問 21-5）

禁煙の準備性について、「禁煙する気はない」から「禁煙しようとしている最中である」までの 6 段階で尋ねたところ、両群で準備性の分布に差はみられなかった。

(7)禁煙しようとしている理由（質問 21-5-6）

禁煙しようとしている理由を複数回答で尋ねたところ、両群とも「健康のため」が 69%、67%と最も多く、次いで「家族・身近な人のため」が 30%、28%、「お金がかかるため」が 19%、20%と続いた。30 歳代以下では 40 歳代以上に比べて「お金」を理由にあげた者

の割合が高かった。

(8)今までにタバコをやめようとしたことは（質問 21-6）

喫煙中の者での禁煙（失敗）経験者の割合は、介入群 35%、対照群 34%と差がみられなかった。

(9)今までに何回やめましたか（質問 21-6-3）

禁煙（失敗）経験者の失敗した回数の平均は、両群とも 1.7 回であった。

(10)再喫煙理由（質問 21-6-3）

禁煙（失敗）経験者の再喫煙理由（複数回答）は、両群とも「イライラ、ストレス解消」が 49%、53%と最も多く、「酒を飲んだとき」が 34%、34%、「周囲が吸うため」が 22%、20%と続いた。

(11)社内完全禁煙を守る自信（質問 21-7）

「もし社内が完全禁煙になったとすれば、それを守る自信がありますか？」という質問を 3 段階で尋ねたが、両群で自信の程度に差を認めなかった。

(12)完全禁煙のための援助（質問 21-8）

「完全に禁煙するためには、どのような援助がほしいと思いますか？」を複数回答で尋ねたところ、両群とも「何もいらない」が 62%、56%と最も高く、次いで「カウンセリング」が 18%、19%となった。

(13)周囲への気兼ね（質問 21-9, 21-10, 21-11）

たばこを周囲に気兼ねなく吸えるかに関する意識を 3 段階で尋ねた。周囲が職場であるとした場合、「気兼ねなく吸える」と答えた者の割合は、介入群 60%、対照群 58%であった。40 歳代に限ると、介入群は対照群に比べてこの割合が高くなった（60%対 52%）。周囲が家庭であるとした場合、この割合は対照群 55%、介入群 50%と対照群でやや高く、どの年齢層でも、対照群で高くなった。周囲が公共の場ときは「気兼ねなく吸える」と答えた割合は介入群 38%、対照群 40%であった。両群とも 30 歳未満の喫煙者は 30 歳以上の喫煙者と比べてこの割合が 15%～18%も高かった。

(14)禁煙した者への質問（質問 22-1, 22-2）

禁煙した者でのやめてからの期間は介入群、対照群各々「6ヶ月未満」が 10%、7%、

「6ヶ月～1年未満」が5%、5%、「1年以上2年未満」が11%、10%、「それ以上」が75%、78%と同じであった。禁煙した理由（複数回答）で最も多かったものは、「健康のため」で両群とも62%、次いで「家族・身近な人のため」が両群とも26%、「咳・痰・喉の痛み」が両群とも19%、「病気のため」が14%、15%と続いた。

表 現在の喫煙状況 男 (質問20)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群 (n=2939) (平均39.1歳)	元から吸わない	216 (37.9)	351 (32.0)	166 (23.2)	111 (21.2)	277 (22.3)	852 (29.0)
	喫煙中	316 (55.4)	572 (52.1)	367 (51.3)	269 (51.3)	636 (51.3)	1535 (52.2)
	やめた	38 (6.7)	174 (15.9)	183 (25.6)	144 (27.5)	327 (26.4)	552 (18.8)
	計	570 (100.0)	1097 (100.0)	716 (100.0)	524 (100.0)	1240 (100.0)	2939 (100.0)
対照群 (n=3801) (平均38.7歳)	元から吸わない	224 (31.5)	520 (35.4)	234 (24.0)	138 (21.6)	372 (23.0)	1118 (29.4)
	喫煙中	439 (61.7)	724 (49.2)	520 (53.4)	327 (51.1)	847 (52.5)	2013 (53.0)
	やめた	48 (6.8)	227 (15.4)	220 (22.6)	175 (27.3)	395 (24.5)	670 (17.6)
	計	711 (100.0)	1471 (100.0)	974 (100.0)	640 (100.0)	1614 (100.0)	3801 (100.0)
X ² 検定		p=0.052	p=0.200	p=0.366	p=0.988	p=0.511	p=0.475

表 1日平均喫煙本数 男 (質問21-1)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群 (n=1525) (平均21.3歳) (SD:9.29)	1-10本	68 (21.7)	92 (16.2)	34 (9.3)	27 (10.2)	61 (9.7)	223 (14.6)
	11-20本	200 (63.7)	361 (63.4)	165 (45.1)	118 (44.5)	283 (44.8)	850 (55.7)
	21-30本	37 (11.8)	90 (15.8)	119 (32.5)	66 (24.9)	185 (29.3)	313 (20.5)
	31-40本	7 (2.2)	24 (4.2)	37 (10.1)	44 (16.6)	81 (12.8)	114 (7.5)
	41-100本	2 (0.6)	2 (0.4)	11 (3.0)	10 (3.8)	21 (3.3)	25 (1.6)
計	314 (100.0)	569 (100.0)	366 (100.0)	265 (100.0)	631 (100.0)	1525 (100.0)	
対照群 (n=2008) (平均19.6歳) (SD:7.71)	1-10本	76 (17.3)	128 (17.7)	53 (10.2)	31 (9.5)	84 (10.0)	288 (14.3)
	11-20本	300 (68.3)	466 (64.5)	292 (56.4)	207 (63.7)	499 (59.2)	1268 (63.1)
	21-30本	55 (12.5)	114 (15.8)	133 (25.7)	68 (20.9)	201 (23.8)	370 (18.4)
	31-40本	8 (1.8)	13 (1.8)	31 (6.0)	16 (4.9)	47 (5.6)	68 (3.4)
	41-100本	0 (0.0)	2 (0.3)	9 (1.7)	3 (0.9)	12 (1.4)	14 (0.7)
計	439 (100.0)	723 (100.0)	518 (100.0)	325 (100.0)	843 (100.0)	2008 (100.0)	
T検定		p=0.351	p=0.014*	p=0.000*	p=0.000*	p=0.000*	p=0.000*

表 喫煙開始年齢 男 (質問21-2)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群 (n=1518) (平均19.7歳) (SD:2.82)	17歳以下	67 (21.5)	41 (7.2)	16 (4.4)	6 (2.3)	22 (3.5)	130 (8.6)
	18-19歳	88 (28.2)	149 (26.2)	88 (24.2)	51 (19.2)	139 (22.1)	378 (24.9)
	20-24歳	154 (49.4)	358 (63.0)	243 (66.9)	185 (69.8)	428 (68.2)	947 (62.4)
	25歳以上	3 (1.0)	20 (3.5)	16 (4.4)	23 (8.7)	39 (6.2)	63 (4.2)
	計	312 (100.0)	568 (100.0)	363 (100.0)	265 (100.0)	628 (100.0)	1518 (100.0)
対照群 (n=1999) (平均19.6歳) (SD:2.92)	17歳以下	101 (23.1)	74 (10.3)	20 (3.9)	15 (4.6)	35 (4.2)	210 (10.5)
	18-19歳	149 (34.1)	204 (28.3)	151 (29.3)	61 (18.9)	212 (25.3)	565 (28.3)
	20-24歳	184 (42.1)	416 (57.7)	310 (60.2)	215 (66.6)	525 (62.6)	1128 (56.4)
	25歳以上	3 (0.7)	27 (3.7)	34 (6.6)	32 (9.9)	66 (7.9)	96 (4.8)
	計	437 (100.0)	721 (100.0)	515 (100.0)	323 (100.0)	838 (100.0)	1999 (100.0)
T検定		p=0.042*	p=0.875	p=0.663	p=0.813	p=0.747	p=0.542

表 いつも吸っているたばこの種類 男 複数回答 (質問21-3)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群		n=316	n=572	n=367	n=269	n=636	n=1535
	紙巻きたばこ	311 (98.4)	561 (98.1)	358 (97.5)	260 (96.7)	618 (97.2)	1501 (97.8)
	葉巻たばこ	1 (0.3)	1 (0.2)	3 (0.8)	3 (1.1)	6 (0.9)	8 (0.5)
	パイプ	- (-)	- (-)	3 (0.8)	1 (0.4)	4 (0.6)	4 (0.3)
	その他	4 (1.3)	8 (1.4)	3 (0.8)	3 (1.1)	6 (0.9)	18 (1.2)
対照群		n=439	n=724	n=520	n=327	n=847	n=2013
	紙巻きたばこ	435 (99.1)	713 (98.5)	507 (97.5)	317 (96.9)	824 (97.3)	1975 (98.1)
	葉巻たばこ	2 (0.5)	5 (0.7)	3 (0.6)	3 (0.9)	6 (0.7)	13 (0.6)
	パイプ	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
	その他	2 (0.5)	5 (0.7)	9 (1.7)	4 (1.2)	13 (1.5)	20 (1.0)

表 2W以内の禁煙の自信 男 (質問21-4)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群	ほとんどない	216 (68.4)	399 (69.9)	266 (72.7)	191 (72.1)	457 (72.4)	1077 (70.4)
	少しある	78 (24.7)	120 (21.0)	58 (15.8)	55 (20.8)	113 (17.9)	314 (20.5)
	かなりある	22 (7.0)	52 (9.1)	42 (11.5)	19 (7.2)	61 (9.7)	138 (9.0)
	計	316 (100.0)	571 (100.0)	366 (100.0)	265 (100.0)	631 (100.0)	1529 (100.0)
対照群	ほとんどない	293 (66.7)	509 (70.5)	383 (73.8)	222 (68.5)	605 (71.8)	1409 (70.2)
	少しある	109 (24.8)	135 (18.7)	105 (20.2)	83 (25.6)	188 (22.3)	433 (21.6)
	かなりある	37 (8.4)	78 (10.8)	31 (6.0)	19 (5.9)	50 (5.9)	165 (8.2)
	計	439 (100.0)	722 (100.0)	519 (100.0)	324 (100.0)	843 (100.0)	2007 (100.0)
X ² 検定		p=0.749	p=0.407	p=0.006*	p=0.347	p=0.006*	p=0.576

表 禁煙についての考え 男 (質問21-5)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群	禁煙する気はない	87 (27.5)	129 (22.6)	80 (21.8)	65 (24.3)	145 (22.8)	366 (23.9)
	減煙する気はある	140 (44.3)	256 (44.8)	177 (48.2)	137 (51.1)	314 (49.4)	712 (46.4)
	今後6ヶ月以内は考えていない	63 (19.9)	139 (24.3)	92 (25.1)	46 (17.2)	138 (21.7)	343 (22.4)
	今後1ヶ月以内は考えていない	17 (5.4)	23 (4.0)	10 (2.7)	13 (4.9)	23 (3.6)	63 (4.1)
	1ヶ月以内に禁煙する予定	1 (0.3)	8 (1.4)	2 (0.5)	1 (0.4)	3 (0.5)	13 (0.8)
	禁煙しようとしてる	8 (2.5)	16 (2.8)	6 (1.6)	6 (2.2)	12 (1.9)	36 (2.3)
	計	316 (100.0)	571 (100.0)	367 (100.0)	268 (100.0)	635 (100.0)	1533 (100.0)
対照群	禁煙する気はない	105 (23.9)	181 (25.0)	110 (21.3)	63 (19.4)	173 (20.6)	459 (22.9)
	減煙する気はある	208 (47.4)	333 (46.0)	294 (56.9)	172 (53.1)	466 (55.4)	1009 (50.3)
	今後6ヶ月以内は考えていない	93 (21.2)	162 (22.4)	86 (16.6)	69 (21.3)	155 (18.4)	410 (20.4)
	今後1ヶ月以内は考えていない	12 (2.7)	26 (3.6)	16 (3.1)	9 (2.8)	25 (3.0)	64 (3.2)
	1ヶ月以内に禁煙する予定	8 (1.8)	7 (1.0)	7 (1.4)	7 (2.2)	14 (1.7)	29 (1.4)
	禁煙しようとしてる	13 (3.0)	15 (2.1)	4 (0.8)	4 (1.2)	8 (1.0)	36 (1.8)
	計	439 (100.0)	724 (100.0)	517 (100.0)	324 (100.0)	841 (100.0)	2007 (100.0)
X ² 検定		p=0.134	p=0.732	p=0.019*	p=0.109	p=0.028*	p=0.062

表 禁煙しようとしている理由 男 複数回答 (質問21-5-6)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群		n=89	n=186	n=110	n=66	n=176	n=455
健康	57 (64.0)	132 (71.0)	74 (67.3)	48 (72.7)	122 (69.3)	313 (68.8)	
病気	19 (21.3)	16 (8.6)	6 (5.5)	5 (7.6)	11 (6.3)	46 (10.1)	
家族・身近な人のため	31 (34.8)	62 (33.3)	30 (27.3)	14 (21.2)	44 (25.0)	138 (30.3)	
咳・痰・喉の痛み	12 (13.5)	33 (17.7)	19 (17.3)	13 (19.7)	32 (18.2)	77 (16.9)	
お金	26 (29.2)	41 (22.0)	14 (12.7)	3 (4.5)	17 (9.7)	84 (18.5)	
周りの人に止められた	4 (4.5)	8 (4.3)	1 (0.9)	1 (1.5)	2 (1.1)	14 (3.1)	
周りの人の迷惑だから	11 (12.4)	33 (17.7)	21 (19.1)	12 (18.2)	33 (18.8)	78 (17.1)	
職場の禁煙取り組み	0 (0.0)	3 (1.6)	4 (3.6)	1 (1.5)	5 (2.8)	8 (1.8)	
特に理由なし	3 (3.4)	7 (3.8)	2 (1.8)	3 (4.5)	5 (2.8)	15 (3.3)	
その他	0 (0.0)	4 (2.2)	0 (0.0)	1 (1.5)	1 (0.6)	5 (1.1)	
対照群		n=126	n=210	n=113	n=89	n=202	n=539
健康	94 (74.6)	137 (65.2)	77 (68.1)	54 (60.7)	131 (64.9)	363 (67.3)	
病気	22 (17.5)	18 (8.6)	3 (2.7)	10 (11.2)	13 (6.4)	53 (9.8)	
家族・身近な人のため	31 (24.6)	70 (33.3)	29 (25.7)	21 (23.6)	50 (24.8)	152 (28.2)	
咳・痰・喉の痛み	19 (15.1)	35 (16.7)	18 (15.9)	14 (15.7)	32 (15.8)	86 (16.0)	
お金	41 (32.5)	51 (24.3)	9 (8.0)	4 (4.5)	13 (6.4)	105 (19.5)	
周りの人に止められた	3 (2.4)	6 (2.9)	3 (2.7)	2 (2.2)	5 (2.5)	14 (2.6)	
周りの人の迷惑だから	15 (11.9)	29 (13.8)	20 (17.7)	17 (19.1)	37 (18.3)	82 (15.2)	
職場の禁煙取り組み	0 (0.0)	2 (1.0)	0 (0.0)	5 (5.6)	5 (2.5)	7 (1.3)	
特に理由なし	1 (0.8)	7 (3.3)	2 (1.8)	1 (1.1)	3 (1.5)	11 (2.0)	
その他	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)	

表 今までにタバコをやめようとしたことは？ 男（質問21-6）

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群	ない	77 (24.4)	143 (25.0)	89 (24.3)	70 (26.4)	159 (25.2)	381 (24.9)
	考えたがしてない	137 (43.4)	222 (38.9)	153 (41.8)	105 (39.6)	258 (40.9)	619 (40.5)
	あり	102 (32.3)	206 (36.1)	124 (33.9)	90 (34.0)	214 (33.9)	529 (34.6)
	計	316 (100.0)	571 (100.0)	366 (100.0)	265 (100.0)	631 (100.0)	1529 (100.0)
対照群	ない	113 (26.0)	205 (28.3)	132 (25.5)	72 (22.4)	204 (24.3)	523 (26.2)
	考えたがしてない	210 (48.3)	272 (37.6)	196 (37.9)	123 (38.3)	319 (38.1)	801 (40.1)
	あり	112 (25.7)	247 (34.1)	189 (36.6)	126 (39.3)	315 (37.6)	676 (33.8)
	計	435 (100.0)	724 (100.0)	517 (100.0)	321 (100.0)	838 (100.0)	2000 (100.0)
X ² 検定		p=0.143	p=0.414	p=0.501	p=0.347	p=0.335	p=0.699

表 今までに何回やめましたか 男（質問21-6-3）

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群 (n=515) (平均1.7回) (SD:0.71)	1回	44 (44.4)	81 (40.5)	57 (47.1)	33 (37.5)	90 (43.1)	217 (42.1)
	2-3回	47 (47.5)	100 (50.0)	55 (45.5)	47 (53.4)	102 (48.8)	253 (49.1)
	4-5回	6 (6.1)	11 (5.5)	7 (5.8)	6 (6.8)	13 (6.2)	31 (6.0)
	6回以上	2 (2.0)	8 (4.0)	2 (1.7)	2 (2.3)	4 (1.9)	14 (2.7)
	計	99 (100.0)	200 (100.0)	121 (100.0)	88 (100.0)	209 (100.0)	515 (100.0)
対照群 (n=663) (平均1.7回) (SD:0.69)	1回	43 (39.4)	108 (44.4)	76 (41.5)	53 (42.1)	129 (41.7)	281 (42.4)
	2-3回	59 (54.1)	121 (49.8)	89 (48.6)	57 (45.2)	146 (47.2)	327 (49.3)
	4-5回	6 (5.5)	12 (4.9)	12 (6.6)	10 (7.9)	22 (7.1)	40 (6.0)
	6回以上	1 (0.9)	2 (0.8)	6 (3.3)	6 (4.8)	12 (3.9)	15 (2.3)
	計	109 (100.0)	243 (100.0)	183 (100.0)	126 (100.0)	309 (100.0)	663 (100.0)
T検定		p=0.572	p=0.123	p=0.315	p=0.940	p=0.498	p=0.839

表 再喫煙の理由 男 複数回答（質問21-6-3）

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群		n=102	n=206	n=124	n=90	n=214	n=529
	ストレス解消	43 (42.2)	120 (58.3)	56 (45.2)	40 (44.4)	96 (44.9)	260 (49.1)
	周囲が吸う	42 (41.2)	39 (18.9)	18 (14.5)	14 (15.6)	32 (15.0)	114 (21.6)
	酒を飲んだとき	43 (42.2)	63 (30.6)	46 (37.1)	27 (30.0)	73 (34.1)	180 (34.0)
	病気が治った	4 (3.9)	15 (7.3)	10 (8.1)	10 (11.1)	20 (9.3)	40 (7.6)
	体重が増えた	3 (2.9)	12 (5.8)	14 (11.3)	11 (12.2)	25 (11.7)	43 (8.1)
	特に理由なし	22 (21.6)	36 (17.5)	20 (16.1)	14 (15.6)	34 (15.9)	93 (17.6)
	その他	3 (2.9)	8 (3.9)	5 (4.0)	5 (5.6)	10 (4.7)	22 (4.2)
対照群		n=112	n=247	n=189	n=126	n=315	n=676
	ストレス解消	56 (50.0)	144 (58.3)	98 (51.9)	58 (46.0)	156 (49.5)	357 (52.8)
	周囲が吸う	43 (38.4)	48 (19.4)	26 (13.8)	19 (15.1)	45 (14.3)	136 (20.1)
	酒を飲んだとき	49 (43.8)	71 (28.7)	64 (33.9)	45 (35.7)	109 (34.6)	229 (33.9)
	病気が治った	7 (6.3)	16 (6.5)	13 (6.9)	9 (7.1)	22 (7.0)	46 (6.8)
	体重が増えた	8 (7.1)	14 (5.7)	16 (8.5)	15 (11.9)	31 (9.8)	53 (7.8)
	特に理由なし	17 (15.2)	47 (19.0)	25 (13.2)	20 (15.9)	45 (14.3)	110 (16.3)
	その他	3 (2.7)	14 (5.7)	5 (2.6)	12 (9.5)	17 (5.4)	34 (5.0)

表 社内完全禁煙を守る自信 男（質問21-7）

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群	ほとんどない	133 (42.1)	221 (38.8)	142 (38.9)	96 (35.8)	238 (37.6)	595 (38.9)
	少しある	116 (36.7)	214 (37.6)	128 (35.1)	99 (36.9)	227 (35.9)	559 (36.6)
	かなりある	67 (21.2)	134 (23.6)	95 (26.0)	73 (27.2)	168 (26.5)	375 (24.5)
	計	316 (100.0)	569 (100.0)	365 (100.0)	268 (100.0)	633 (100.0)	1529 (100.0)
対照群	ほとんどない	200 (45.8)	265 (37.0)	190 (36.7)	86 (26.8)	276 (32.9)	741 (37.1)
	少しある	166 (38.0)	274 (38.2)	219 (42.3)	141 (43.9)	360 (42.9)	803 (40.2)
	かなりある	71 (16.2)	178 (24.8)	109 (21.0)	94 (29.3)	203 (24.2)	452 (22.6)
	計	437 (100.0)	717 (100.0)	518 (100.0)	321 (100.0)	839 (100.0)	1996 (100.0)
X ² 検定		p=0.212	p=0.763	p=0.067	p=0.055	p=0.023*	p=0.080

表 完全禁煙のための援助 男 複数回答 (質問21-8)

	30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群	n=316	n=572	n=367	n=269	n=636	n=1535
何もいらない	197 (62.3)	343 (60.0)	239 (65.1)	168 (62.5)	407 (64.0)	952 (62.0)
家族や親友など身近な人の応援	36 (11.4)	63 (11.0)	21 (5.7)	23 (8.6)	44 (6.9)	143 (9.3)
職場の同僚の支援	24 (7.6)	40 (7.0)	19 (5.2)	10 (3.7)	29 (4.6)	94 (6.1)
禁煙方法のパンフレット	29 (9.2)	38 (6.6)	36 (9.8)	17 (6.3)	53 (8.3)	121 (7.9)
カウンセリング	54 (17.1)	113 (19.8)	60 (16.3)	43 (16.0)	103 (16.2)	272 (17.7)
その他	11 (3.5)	37 (6.5)	18 (4.9)	12 (4.5)	30 (4.7)	79 (5.1)
対照群	n=439	n=724	n=520	n=327	n=847	n=2013
何もいらない	252 (57.4)	395 (54.6)	296 (56.9)	180 (55.0)	476 (56.2)	1126 (55.9)
家族や親友など身近な人の応援	62 (14.1)	69 (9.5)	46 (8.8)	26 (8.0)	72 (8.5)	203 (10.1)
職場の同僚の支援	40 (9.1)	49 (6.8)	37 (7.1)	16 (4.9)	53 (6.3)	142 (7.1)
禁煙方法のパンフレット	48 (10.9)	71 (9.8)	58 (11.2)	29 (8.9)	87 (10.3)	206 (10.2)
カウンセリング	85 (19.4)	148 (20.4)	88 (16.9)	62 (19.0)	150 (17.7)	383 (19.0)
その他	33 (7.5)	61 (8.4)	29 (5.6)	25 (7.6)	54 (6.4)	148 (7.4)

表 職場でたばこを気兼ねなく吸えますか 男 (質問21-9)

	30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群						
吸える	204 (64.6)	346 (60.6)	219 (60.0)	137 (51.1)	356 (56.2)	912 (59.6)
吸えない	67 (21.2)	141 (24.7)	101 (27.7)	89 (33.2)	190 (30.0)	402 (26.3)
どちらでもない	45 (14.2)	84 (14.7)	45 (12.3)	42 (15.7)	87 (13.7)	217 (14.2)
計	316 (100.0)	571 (100.0)	365 (100.0)	268 (100.0)	633 (100.0)	1531 (100.0)
対照群						
吸える	308 (70.6)	406 (56.2)	263 (51.5)	166 (51.7)	429 (51.6)	1145 (57.5)
吸えない	67 (15.4)	189 (26.2)	175 (34.2)	108 (33.6)	283 (34.0)	540 (27.1)
どちらでもない	61 (14.0)	127 (17.6)	73 (14.3)	47 (14.6)	120 (14.4)	308 (15.5)
計	436 (100.0)	722 (100.0)	511 (100.0)	321 (100.0)	832 (100.0)	1993 (100.0)
χ ² 検定	p=0.105	p=0.230	p=0.042*	p=0.941	p=0.186	p=0.397

表 家庭でたばこを気兼ねなく吸えますか 男 (質問21-10)

	30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群						
吸える	196 (62.0)	265 (46.5)	160 (43.6)	132 (49.3)	292 (46.0)	758 (49.5)
吸えない	77 (24.4)	215 (37.7)	160 (43.6)	91 (34.0)	251 (39.5)	547 (35.7)
どちらでもない	43 (13.6)	90 (15.8)	47 (12.8)	45 (16.8)	92 (14.5)	227 (14.8)
計	316 (100.0)	570 (100.0)	367 (100.0)	268 (100.0)	635 (100.0)	1532 (100.0)
対照群						
吸える	307 (70.4)	371 (51.5)	251 (48.8)	164 (50.6)	415 (49.5)	1095 (54.8)
吸えない	91 (20.9)	251 (34.9)	190 (37.0)	126 (38.9)	316 (37.7)	659 (33.0)
どちらでもない	38 (8.7)	98 (13.6)	73 (14.2)	34 (10.5)	107 (12.8)	243 (12.2)
計	436 (100.0)	720 (100.0)	514 (100.0)	324 (100.0)	838 (100.0)	1997 (100.0)
χ ² 検定	p=0.030*	p=0.183	p=0.140	p=0.068	p=0.360	p=0.004*

表 公共の場でたばこを気兼ねなく吸えますか 男 (質問21-11)

	30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群						
吸える	168 (53.2)	203 (35.6)	121 (33.0)	82 (30.6)	203 (32.0)	579 (37.8)
吸えない	80 (25.3)	226 (39.6)	179 (48.8)	148 (55.2)	327 (51.5)	637 (41.6)
どちらでもない	68 (21.5)	142 (24.9)	67 (18.3)	38 (14.2)	105 (16.5)	316 (20.6)
計	316 (100.0)	571 (100.0)	367 (100.0)	268 (100.0)	635 (100.0)	1532 (100.0)
対照群						
吸える	238 (54.5)	281 (39.0)	171 (33.3)	111 (34.2)	282 (33.7)	801 (40.1)
吸えない	104 (23.8)	267 (37.0)	249 (48.5)	162 (49.8)	411 (49.0)	785 (39.3)
どちらでもない	95 (21.7)	173 (24.0)	93 (18.1)	52 (16.0)	145 (17.3)	413 (20.7)
計	437 (100.0)	721 (100.0)	513 (100.0)	325 (100.0)	838 (100.0)	1999 (100.0)
χ ² 検定	p=0.889	p=0.441	p=0.994	p=0.426	p=0.647	p=0.317

表 やめてからどれくらい経ちましたか 男 (質問22-1)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群	6ヶ月未満	9 (24.3)	24 (14.0)	10 (5.8)	6 (4.8)	16 (5.4)	50 (9.6)
	6ヶ月～1年未満	4 (10.8)	15 (8.8)	3 (1.7)	4 (3.2)	7 (2.3)	26 (5.0)
	1年以上～2年未満	9 (24.3)	21 (12.3)	15 (8.7)	10 (7.9)	25 (8.4)	56 (10.8)
	それ以上	15 (40.5)	111 (64.9)	145 (83.8)	106 (84.1)	251 (83.9)	388 (74.6)
	計	37 (100.0)	171 (100.0)	173 (100.0)	126 (100.0)	299 (100.0)	520 (100.0)
対照群	6ヶ月未満	10 (21.7)	18 (8.2)	15 (7.1)	2 (1.2)	17 (4.5)	45 (7.0)
	6ヶ月～1年未満	6 (13.0)	14 (6.4)	8 (3.8)	7 (4.2)	15 (4.0)	35 (5.4)
	1年以上～2年未満	11 (23.9)	26 (11.8)	16 (7.6)	9 (5.4)	25 (6.6)	62 (9.6)
	それ以上	19 (41.3)	162 (73.6)	172 (81.5)	148 (89.2)	320 (84.9)	501 (77.9)
	計	46 (100.0)	220 (100.0)	211 (100.0)	166 (100.0)	377 (100.0)	643 (100.0)
X ² 検定		p=0.985	p=0.180	p=0.601	p=0.220	p=0.511	p=0.349

表 禁煙した理由 男 複数回答 (質問22-2)

		30歳未満	30歳代	40歳代	50歳代	40-59歳	全社員
介入群		n=38	n=174	n=183	n=144	n=327	n=552
	健康	24 (63.2)	110 (63.2)	112 (61.2)	88 (61.1)	200 (61.2)	342 (62.0)
	病氣	1 (2.6)	17 (9.8)	33 (18.0)	23 (16.0)	56 (17.1)	76 (13.8)
	家族・身近な人のため	7 (18.4)	56 (32.2)	46 (25.1)	32 (22.2)	78 (23.9)	142 (25.7)
	咳・痰・喉の痛み	5 (13.2)	37 (21.3)	37 (20.2)	23 (16.0)	60 (18.3)	104 (18.8)
	お金	7 (18.4)	27 (15.5)	15 (8.2)	10 (6.9)	25 (7.6)	59 (10.7)
	周りの人に止められた	3 (7.9)	11 (6.3)	5 (2.7)	3 (2.1)	8 (2.4)	22 (4.0)
	周りの人の迷惑だから	6 (15.8)	20 (11.5)	13 (7.1)	14 (9.7)	27 (8.3)	57 (10.3)
	職場の禁煙取り組み	0 (0.0)	1 (0.6)	5 (2.7)	11 (7.6)	16 (4.9)	18 (3.3)
	特に理由なし	6 (15.8)	17 (9.8)	18 (9.8)	11 (7.6)	29 (8.9)	53 (9.6)
	その他	3 (7.9)	15 (8.6)	10 (5.5)	3 (2.1)	13 (4.0)	34 (6.2)
対照群		n=48	n=227	n=220	n=175	n=395	n=670
	健康	27 (56.3)	133 (58.6)	142 (64.5)	116 (66.3)	258 (65.3)	418 (62.4)
	病氣	7 (14.6)	23 (10.1)	28 (12.7)	43 (24.6)	71 (18.0)	101 (15.1)
	家族・身近な人のため	13 (27.1)	58 (25.6)	67 (30.5)	37 (21.1)	104 (26.3)	175 (26.1)
	咳・痰・喉の痛み	10 (20.8)	45 (19.8)	41 (18.6)	33 (18.9)	74 (18.7)	129 (19.3)
	お金	15 (31.3)	35 (15.4)	20 (9.1)	12 (6.9)	32 (8.1)	82 (12.2)
	周りの人に止められた	5 (10.4)	10 (4.4)	5 (2.3)	5 (2.9)	10 (2.5)	25 (3.7)
	周りの人の迷惑だから	5 (10.4)	28 (12.3)	28 (12.7)	29 (16.6)	57 (14.4)	90 (13.4)
	職場の禁煙取り組み	1 (2.1)	5 (2.2)	3 (1.4)	3 (1.7)	6 (1.5)	12 (1.8)
	特に理由なし	7 (14.6)	29 (12.8)	22 (10.0)	8 (4.6)	30 (7.6)	66 (9.9)
	その他	2 (4.2)	22 (9.7)	19 (8.6)	18 (10.3)	37 (9.4)	61 (9.1)

2 喫煙に関するベースラインデータ（1年目） 介入群と対照群との比較：女

(1)現在の喫煙状況（質問 20）

喫煙中、過去喫煙、非喫煙の割合は、介入群で 11%、4%、85%、対照群で 7%、5%、88%と、喫煙率は介入群において有意に高く、この傾向は 40 歳～59 歳に限っても同じであった。

(2)喫煙中の者での 1 日平均喫煙本数（質問 21-1）

介入群で 12.7 本、対照群で 10.9 本であった。介入群は対照群に比べて本数の多い者の割合が高く、この傾向は、40 歳代～50 歳代に限ると特に顕著であった。

(3)喫煙開始年齢（質問 21-2）

喫煙中の者での喫煙開始平均年齢は介入群 22.3 歳、対照群 22.1 歳とほぼ等しかった。

(4)いつも吸っているたばこの種類（質問 21-3）

両群とも紙巻きたばこが 96%と同じであった。

(5)2 週間以内の禁煙の自信（質問 21-4）

喫煙中の者に 2 週間以内の禁煙の自信を 3 段階で尋ねたところ、「少しある」が 32%と 33%、「かなりある」が 10%と 6%となった。

(6)禁煙についての考え（質問 21-5）

禁煙の準備性について、「禁煙する気はない」から「禁煙しようとしている最中である」までの 6 段階で尋ねたところ、両群で準備性の分布に差はみられなかった。

(7)禁煙しようとしている理由（質問 21-5-6）

禁煙しようとしている理由を複数回答で尋ねたところ、両群とも「健康のため」が 71%と最も多く、次いで「家族・身近な人のため」が 14%、18%であった。その他の理由をあげた者の割合は低かった。

(8)今までにタバコをやめようとしたことは（質問 21-6）

喫煙中の者での禁煙（失敗）経験者の割合は、介入群 51%、対照群 49%と差がみられなかった。なお、この割合は両群とも、各群の男での禁煙（失敗）経験者の割合（35%と

34%) に比べて高かった。

(9)今までに何回やめましたか (質問 21-6-3)

禁煙 (失敗) 経験者の失敗した回数の平均は、介入群 1.7 回、対照群 1.9 回と、差を認めなかった。

(10)再喫煙理由 (質問 21-6-3)

禁煙 (失敗) 経験者の再喫煙理由 (複数回答) は、両群とも「イライラ、ストレス解消」が 65%、70%と最も多かった。介入群ではこれに次いで「酒を飲んだとき」の 31%、「周囲が吸うため」の 29%と続いた。一方、対照群はこれに次いで「周囲が吸うため」22%、「酒を飲んだとき」19%、「体重が増えた」19%と続いた。

(11)社内完全禁煙を守る自信 (質問 21-7)

「もし社内が完全禁煙になったとすれば、それを守る自信がありますか？」という質問を 3 段階で尋ねたところ、「かなりある」と答えた者の割合は介入群 55%、対照群 62%であった。ただし、40 歳～59 歳に限ると介入群 63%、対照群 94%となり、対照群でかなり高くなった。

(12)完全禁煙のための援助 (質問 21-8)

「完全に禁煙するためには、どのような援助がほしいと思いますか？」を複数回答で尋ねたところ、両群とも「何もいない」が 66%、61%と最も高く、次いで「家族や親友など身近な人の応援」が 14%、20%となった。「パンフレット」や「カウンセリング」のニーズは低かった。

(13)周囲への気兼ね (質問 21-9, 21-10, 21-11)

たばこを周囲に気兼ねなく吸えるかに関する意識を 3 段階で尋ねた。周囲が職場であるとした場合、「気兼ねなく吸える」と答えた者の割合は、介入群 36%、対照群 28%であった。なお、この割合は各群の男での「気兼ねなく吸える」と答えた者の割合 (60%と 58%) に比べて低かった。周囲が家庭であるとした場合、この割合は対照群 49%、介入群 55%であった。周囲が公共の場るときは「気兼ねなく吸える」と答えた割合は、介入群 30%、対照群 48%と、対照群で有意に高く、これを 40 歳～59 歳に限ると介入群 16%、対照群 50%と顕著な差がみられた。

(14)禁煙した者への質問（質問 22-1, 22-2）

禁煙した者でのやめてからの期間は介入群、対照群各々「6ヶ月未満」が 21%、27%、「6ヶ月～1年未満」が 14%、3%、「1年以上2年未満」が 18%、29%、「それ以上」が 46%、41%とほぼ同じであった。なお、やめて1年未満の者の割合は、各群とも男に比べて高かった。禁煙した理由（複数回答）で最も多かったものは、「健康のため」で、介入群 58%、対照群 50%であった。介入群ではこの後「家族・身近な人のため」、「特に理由なし」と続いた。対照群では「特に理由なし」、「周りの人に止められた」と続いた。

表 介入群と対照群の比較 女

	介入群 (n=868, 平均年齢36.6歳)		対照群 (n=754, 平均年齢38.2歳)	
	40-59歳	全社員	40-59歳	全社員
現在の喫煙状況 (質問20)				
元から吸わない	279 (88.0)	740 (85.3)	276 (89.6)	660 (87.5)
喫煙中	32 (10.1)	95 (10.9)	18 (5.8)	56 (7.4)
やめた	6 (1.9)	33 (3.8)	14 (4.5)	38 (5.0)
計	317 (100.0)	868 (100.0)	308 (100.0)	754 (100.0)
X ² 検定	p=0.030*		p=0.030*	
現在たばこを吸っている人への質問				
1日平均喫煙本数 (質問21-1)	n=91 (平均12.7本, SD:7.29)		n=56 (平均10.9本, SD:5.61)	
1-10本	17 (56.7)	50 (54.9)	16 (88.9)	38 (67.9)
11-20本	11 (36.7)	34 (37.4)	2 (11.1)	16 (28.6)
21-30本	2 (6.7)	6 (6.6)	0 (0.0)	2 (3.6)
31-40本	0 (0.0)	1 (1.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
計	30 (100.0)	91 (100.0)	18 (100.0)	56 (100.0)
T検定	p=0.0516		p=0.110	
喫煙開始年齢 (質問21-2)	n=94 (平均22.3歳, SD:5.87)		n=55 (平均22.1歳, SD:5.27)	
17歳以下	0 (0.0)	6 (6.4)	0 (0.0)	5 (9.1)
18-19歳	1 (3.1)	15 (16.0)	0 (0.0)	6 (10.9)
20-24歳	20 (62.5)	57 (60.6)	10 (58.8)	33 (60.0)
25歳以上	11 (34.4)	16 (17.0)	7 (41.2)	11 (20.0)
計	32 (100.0)	94 (100.0)	17 (100.0)	55 (100.0)
T検定	p=0.897		p=0.862	
いつも吸っているたばこの種類 複数回答 (質問21-3)	n=32	n=95	n=18	n=56
紙巻きたばこ	31 (96.9)	91 (95.8)	16 (88.9)	54 (96.4)
葉巻たばこ	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
パイプ	- (-)	- (-)	- (-)	- (-)
その他	1 (3.1)	1 (1.1)	2 (11.1)	2 (3.6)
2W以内の禁煙の自信 (質問21-4)				
ほとんどない	19 (59.4)	55 (58.5)	10 (55.6)	34 (61.8)
少しある	9 (28.1)	30 (31.9)	6 (33.3)	18 (32.7)
かなりある	4 (12.5)	9 (9.6)	2 (11.1)	3 (5.5)
計	32 (100.0)	94 (100.0)	18 (100.0)	55 (100.0)
X ² 検定	p=0.927		p=0.670	
禁煙についての考え (質問21-5)				
禁煙する気はない	5 (15.6)	14 (14.9)	5 (27.8)	12 (21.4)
減煙する気はある	12 (37.5)	39 (41.5)	4 (22.2)	16 (28.6)
今後6ヶ月以内は考えていない	7 (21.9)	25 (26.6)	5 (27.8)	19 (33.9)
今後1ヶ月以内は考えていない	2 (6.3)	7 (7.4)	2 (11.1)	6 (10.7)
1ヶ月以内に禁煙する予定	0 (0.0)	2 (2.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
禁煙しようとしてる	6 (18.8)	7 (7.4)	2 (11.1)	3 (5.4)
計	32 (100.0)	94 (100.0)	18 (100.0)	56 (100.0)
X ² 検定	p=0.624		p=0.421	
禁煙しようとしている理由 複数回答 (質問21-5-6)	n=15	n=41	n=9	n=28
健康	11 (73.3)	29 (70.7)	8 (88.9)	20 (71.4)
病気	1 (6.7)	3 (7.3)	1 (11.1)	3 (10.7)
家族・身近な人のため	1 (6.7)	6 (14.6)	1 (11.1)	5 (17.9)
咳・痰・喉の痛み	1 (6.7)	3 (7.3)	0 (0.0)	1 (3.6)
お金	0 (0.0)	2 (4.9)	0 (0.0)	1 (3.6)
周りの人に止められた	1 (6.7)	2 (4.9)	0 (0.0)	0 (0.0)
周りの人の迷惑だから	3 (20.0)	5 (12.2)	1 (11.1)	2 (7.1)
職場の禁煙取り組み	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
特に理由なし	0 (0.0)	3 (7.3)	0 (0.0)	2 (7.1)
その他	0 (0.0)	1 (2.4)	0 (0.0)	1 (3.6)

表 介入群と対照群の比較 女

	介入群 (n=868, 平均年齢36.6歳)		対照群 (n=754, 平均年齢38.2歳)	
	40-59歳	全社員	40-59歳	全社員
今までにタバコをやめようとしたことは? (質問21-6)				
ない	5 (15.6)	13 (13.8)	3 (17.6)	6 (10.9)
考えたがしてない	11 (34.4)	33 (35.1)	7 (41.2)	22 (40.0)
あり	16 (50.0)	48 (51.1)	7 (41.2)	27 (49.1)
計	32 (100.0)	94 (100.0)	17 (100.0)	55 (100.0)
X ² 検定	p=0.839		p=0.785	
今までに何回やめましたか (質問21-6-3)				
	n=44 (平均1.7回, SD:0.71)		n=27 (平均1.9回, SD:0.80)	
1回	5 (35.7)	15 (34.1)	0 (0.0)	8 (29.6)
2-3回	8 (57.1)	26 (59.1)	4 (57.1)	16 (59.3)
4-5回	0 (0.0)	1 (2.3)	1 (14.3)	1 (3.7)
6回以上	1 (7.1)	2 (4.5)	2 (28.6)	2 (7.4)
計	14 (100.0)	44 (100.0)	7 (100.0)	27 (100.0)
T検定	p=0.115		p=0.453	
再喫煙理由 複数回答 (質問21-6-3)				
	n=16	n=48	n=7	n=27
ストレス解消	9 (56.3)	31 (64.6)	5 (71.4)	19 (70.4)
周囲が吸う	3 (18.8)	14 (29.2)	1 (14.3)	6 (22.2)
酒を飲んだとき	5 (31.3)	15 (31.3)	1 (14.3)	5 (18.5)
病気が治った	0 (0.0)	1 (2.1)	0 (0.0)	1 (3.7)
体重が増えた	3 (18.8)	4 (8.3)	4 (57.1)	5 (18.5)
特に理由なし	1 (6.3)	5 (10.4)	2 (28.6)	4 (14.8)
その他	1 (6.3)	2 (4.2)	0 (0.0)	3 (11.1)
社内完全禁煙を守る自信 (質問21-7)				
ほとんどない	4 (12.5)	18 (19.4)	0 (0.0)	8 (14.5)
少しある	8 (25.0)	24 (25.8)	1 (5.9)	13 (23.6)
かなりある	20 (62.5)	51 (54.8)	16 (94.1)	34 (61.8)
計	32 (100.0)	93 (100.0)	17 (100.0)	55 (100.0)
X ² 検定	p=0.054		p=0.666	
完全禁煙のための援助 複数回答 (質問21-8)				
	n=32	n=95	n=18	n=56
何もいない	23 (71.9)	63 (66.3)	11 (61.1)	34 (60.7)
家族や親友など身近な人の応援	3 (9.4)	13 (13.7)	2 (11.1)	11 (19.6)
職場の同僚の支援	1 (3.1)	5 (5.3)	0 (0.0)	4 (7.1)
禁煙方法のパンフレット	1 (3.1)	3 (3.2)	1 (5.6)	5 (8.9)
カウンセリング	1 (3.1)	5 (5.3)	2 (11.1)	0 (0.0)
その他	3 (9.4)	4 (4.2)	8 (44.4)	1 (1.8)
職場でたばこを気兼ねなく吸えますか (質問21-9)				
吸える	9 (29.0)	33 (35.5)	1 (6.7)	15 (28.3)
吸えない	15 (48.4)	32 (34.4)	6 (40.0)	22 (41.5)
どちらでもない	7 (22.6)	28 (30.1)	8 (53.3)	16 (30.2)
計	31 (100.0)	93 (100.0)	15 (100.0)	53 (100.0)
X ² 検定	p=0.067		p=0.610	
家庭でたばこを気兼ねなく吸えますか (質問21-10)				
吸える	17 (53.1)	46 (48.9)	13 (72.2)	31 (55.4)
吸えない	8 (25.0)	27 (28.7)	1 (5.6)	13 (23.2)
どちらでもない	7 (21.9)	21 (22.3)	4 (22.2)	12 (21.4)
計	32 (100.0)	94 (100.0)	18 (100.0)	56 (100.0)
X ² 検定	p=0.210		p=0.707	
公共の場でたばこを気兼ねなく吸えます (質問21-11)				
吸える	5 (15.6)	28 (30.1)	8 (50.0)	26 (48.1)
吸えない	20 (62.5)	38 (40.9)	3 (18.8)	10 (18.5)
どちらでもない	7 (21.9)	27 (29.0)	5 (31.3)	18 (33.3)
計	32 (100.0)	93 (100.0)	16 (100.0)	54 (100.0)
X ² 検定	p=0.010*		p=0.015*	

表 介入群と対照群の比較 女

	介入群 (n=868, 平均年齢36.6歳)		対照群 (n=754, 平均年齢38.2歳)	
	40-59歳	全社員	40-59歳	全社員
現在たばこをやめている方への質問				
やめてからどれくらい経ちましたか (質問22-1)				
6ヶ月未満	2 (50.0)	6 (21.4)	3 (25.0)	9 (26.5)
6ヶ月～1年未満	0 (0.0)	4 (14.3)	0 (0.0)	1 (2.9)
1年以上～2年未満	0 (0.0)	5 (17.9)	3 (25.0)	10 (29.4)
それ以上	2 (50.0)	13 (46.4)	6 (50.0)	14 (41.2)
計	4 (100.0)	28 (100.0)	12 (100.0)	34 (100.0)
X ² 検定	p=0.449		p=0.314	
禁煙した理由 複数回答 (質問22-2)				
	n=6	n=33	n=14	n=38
健康	4 (66.7)	19 (57.6)	6 (42.9)	19 (50.0)
病気	0 (0.0)	1 (3.0)	1 (7.1)	3 (7.9)
家族・身近な人のため	1 (16.7)	9 (27.3)	1 (7.1)	5 (13.2)
咳・痰・喉の痛み	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (7.1)	2 (5.3)
お金	1 (16.7)	4 (12.1)	1 (7.1)	2 (5.3)
周りの人に止められた	0 (0.0)	1 (3.0)	1 (7.1)	6 (15.8)
周りの人の迷惑だから	1 (16.7)	2 (6.1)	0 (0.0)	0 (0.0)
職場の禁煙取り組み	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
特に理由なし	2 (33.3)	6 (18.2)	4 (28.6)	11 (28.9)
その他	0 (0.0)	4 (12.1)	0 (0.0)	3 (7.9)

3 喫煙に関するベースラインデータ（1年目）と2年目との比較。介入群・対照群別

(1)喫煙状況の変化（質問 20）

1、2年目とも喫煙状況に回答していた者を対象に集計した。男の介入群では「喫煙中」が54.3%から53.5%に、1.3%低下し、対照群では53.3%から52.8%に0.5%低下した。介入群の50歳代では「やめた」が26.6%から30.7%へと4.1%増加したが、対照群の50歳代では29.1%から27.6%へと、増加がみられなかった。

女では、介入群では「やめた」が4.6%から5.5%へと0.9%増加したが、対照群ではやめたと回答した者の割合は増加しなかった。

(2)平均喫煙本数の変化（質問 21-1）

1、2年目とも現在喫煙中と回答し、かつ、1、2年目とも喫煙本数の記載があった者を対象に集計した。男では、介入群も対照群も、喫煙本数に変化がみられなかった。

女では、介入群で0.9本（13.8→12.9）減少していたが、対照群では変化がみられなかった。

(3)禁煙についての考えの変化（質問 21-5）

1、2年目とも「喫煙中」と回答した者を対象に集計した。全年齢で見ると、男では介入群で「1ヶ月以内に禁煙する予定」の者が、0.5%から0.7%、「禁煙しようとしている」と答えた者が1.1%から1.6%へとわずかに増加した。20歳代、30歳代では両群とも「禁煙する気はない」と答えた者の割合が上昇していた。

女では40-59歳の介入群で「禁煙する気はない」と答えた者の割合が増加した他は、両群とも明らかな変化をみなかった。

(4)禁煙しようとしている理由の変化（質問 21-5-6）

「喫煙中」と回答し、かつ、その時点で禁煙するつもりがある（前関心期～準備期に相当）と回答した者を分母とし、調査票に用意された、禁煙しようとしている10個の理由の各々に○をした者の割合をみた（複数回答）。男では、介入群も対照群も、1年目から2年目の間に、「健康のため」と「職場での禁煙の取り組み」を禁煙しようとしている理由に上げた者の割合が増加していた（「健康」：介入群67.6%→75.0%、対照群64.9%→70.8%、「職場」：介入群1.1%→4.8%、対照群1.3%→3.7%）。介入群の50歳代では、「職場での禁煙の取り組み」を理由に上げた者が0人から4人に増加していた。

女では「家族・身近な人のため」を理由に上げた者の割合の増加が両群とも最も顕著で