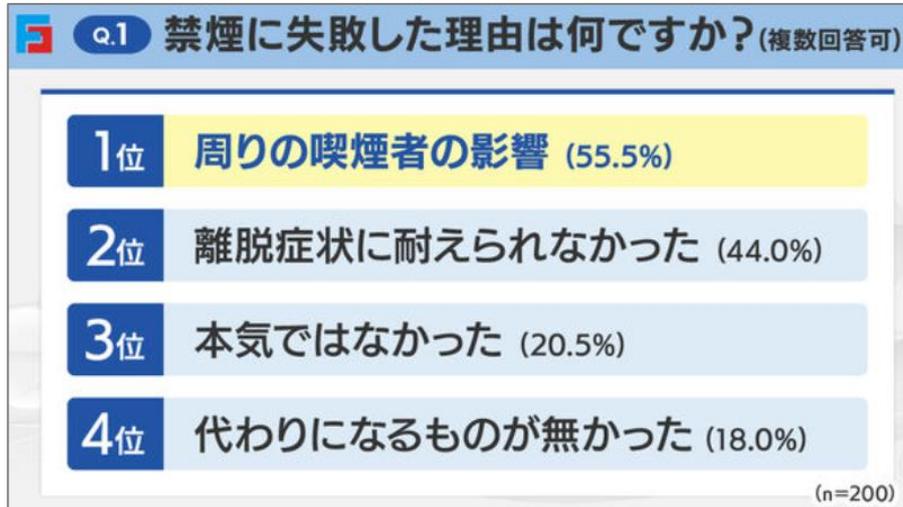
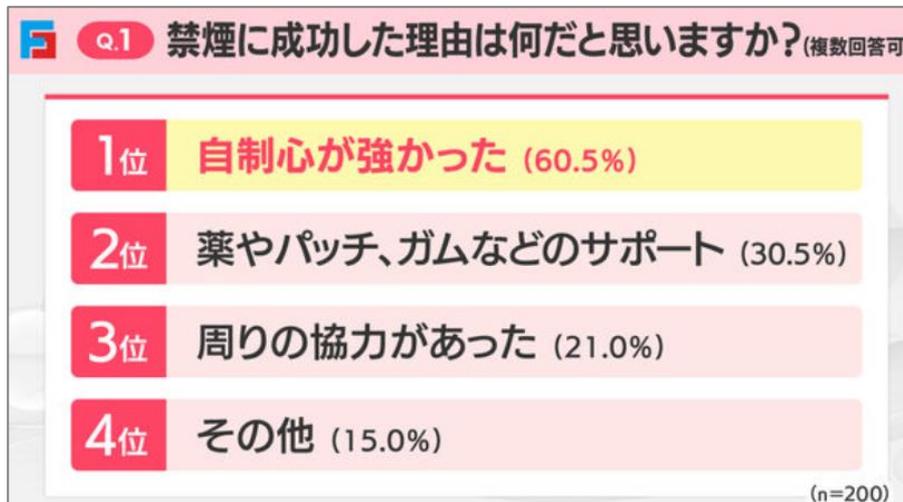


週刊 タバコの正体

ある会社がインターネットで行った禁煙に関するアンケート調査(禁煙に失敗した人200名、禁煙に成功した人200名、医療機関での禁煙に成功した人100名 計500名)の結果を紹介します。



それによると禁煙に失敗した理由のトップは「周りの喫煙者の影響」となっています。喫煙者が近くにいると、つい吸ってしまうようです。対して、成功した最大の理由は本人の自制心の強さとなっているのですが、3番目に「周りの協力があった」が入っている事に注目して下さい。



「がんばって禁煙してね」と応援してくれる人に囲まれているのと、タバコの気配を感じさせる人に囲まれているのでは大違いですよ。この違いが結果的に禁煙に向けた「自制心」を維持するのに影響したと思いませんか。



禁煙に成功すると左下のようなメリットとそれを手に入れた達成感を得ることができ気持ちが明るくなるでしょう。そしてそれは周りの人にも伝わり、生活の場がハッピーな雰囲気にならないでしょうか。

是非、皆さんには禁煙者を応援する禁煙サポーターになって欲しいと思います。

産業デザイン科 奥田恭久