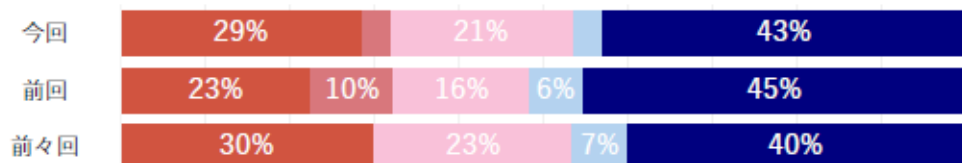


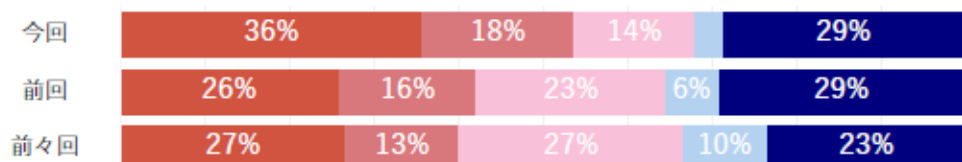
■ 職員の生活習慣における行動傾向

	飲み物			食べ物			運動			禁煙			心の健康			睡眠			適正飲酒		
	今回	前回	前々回	今回	前回	前々回	今回	前回	前々回	今回	前回	前々回	今回	前回	前々回	今回	前回	前々回	今回	前回	前々回
維持期	43%	45%	40%	29%	29%	23%	57%	42%	47%	11%	13%	20%	64%	55%	30%	68%	58%	50%	54%	58%	50%
行動期	4%	6%	7%	4%	6%	10%	7%	19%	10%				4%	10%	3%	7%	19%	20%	7%	3%	7%
準備期	21%	16%	23%	14%	23%	27%	7%	10%	7%	7%	3%	3%	7%	23%	20%	4%	3%	13%		6%	7%
関心期	4%	10%		18%	16%	13%	14%	23%	27%	7%	6%	10%	11%	6%	27%	7%	13%	10%	4%	3%	7%
無関心期	29%	23%	30%	36%	26%	27%	14%	6%	10%	21%	23%	23%	14%	6%	20%	14%	6%	7%	36%	29%	30%
喫煙経験なし										54%	55%	43%									

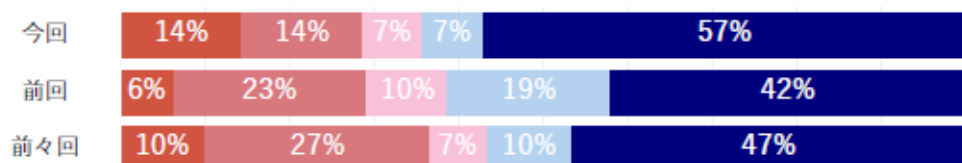
飲み物



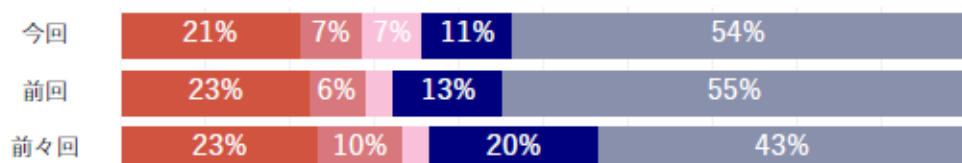
食べ物



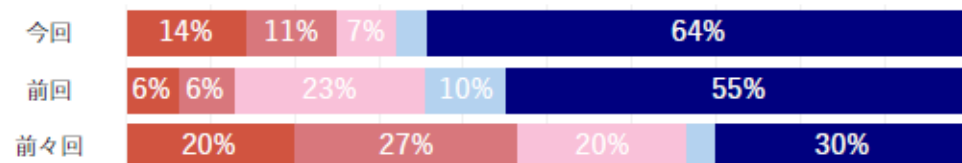
運動



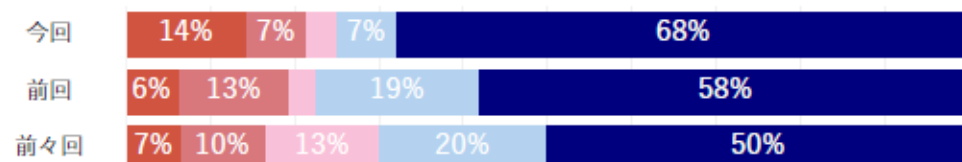
禁煙



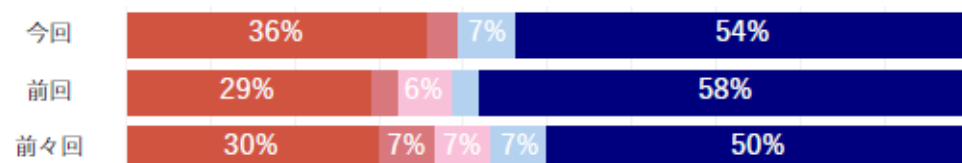
心の健康



睡眠



適正飲酒



■ 無関心期 6ヵ月以内に健康づくりを始める意思なし
■ 関心期 6ヵ月以内に健康づくりを始めたい
■ 準備期 1ヵ月以内に健康づくりを始めたい
■ 行動期 6ヵ月以内に健康づくりを始めている
■ 維持期 6ヵ月以上前から健康づくりを始めている