私の卒煙証書

所属部署：

氏名：

1)いつ頃、卒煙されましたか。

|  |
| --- |
|  |

2)なぜ、卒煙しようと決意されたのですか。

|  |
| --- |
|  |

3)卒煙に向けて、どのようなことをされましたか。

|  |
| --- |
|  |

4)卒煙の決意後、どのくらいの期間で卒煙されましたか。

|  |
| --- |
|  |

5)途中でリタイヤしそうになったことはありますか。また、その対処法があれば教えてください。

|  |
| --- |
|  |

6)愛煙家の皆さんへメッセージ

|  |
| --- |
|  |