喫煙行動チェック表

吸った時間	吸ったときの状況・気分	程　度
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５
:		１・２・３・４・５

（程度は、その吸いたい度合いに〇を付けましょう）