

Hawaii every month?毎月ハワイ？

Utt#	Por C	Contents of Utterance	発言内容	Code	コード
1	P	Hello Ms. Fortune. I am Cindy. I am a health coach here at the clinic working with your primary care doctor. How are you doing today?	こんにちは、フォーチュンさん。私はシンデイと いて、このクリニック でああなたの主治医と一緒 に働いている健康指導の 担当者です。今日は調子 はいかがですか？	NC Q	
2	C	OK I guess.	まあまあってところか ら。		
3	P	Dr. Jones asked me to come and talk with you about your new diagnosis of silent reflux. I'm sure she told you about that.	もうお聞きになってるか と思いますが、ジョーン ズ先生から喉咽頭逆流症 という新たな診断結果に ついて話をするように頼 まれたのです。	GI	情報提 供
4	C	Yes, she said you might be able to help me do something besides the medication. I am really worried about my voice and it's hard to believe it has anything to do with what I eat.	ええ、聞いてます。あな たに相談することで服薬 以外に何かできることが あるかもって言ってまし た。自分の声のことがす っごく心配なの。食べて たものとは何も関係ない なんて信じられない。		
5	P	Well that's why they call it "silent". You probably have had it for quite some time and didn't even know it. It can take a long time for the symptoms like yours to show up. You do really need to take some action now to get it under control.	そうですね。いきなり症 状が出て驚いたと思いま す。でも気づかなかっ ただけで、おそらくずっと 前から患われていたんだ と思います。病気になっ	PERS UADE	勧奨

			てからあなたと同じ様な症状が出るまで長い時間がかかるとのこと。対処するには、今行動を起こさないとはいけませんね。		
6	C	Hard to imagine I can control something I don't even know is there? It's like wow! I really hope the pills will take care of it in a few months. She said it could heal up in a few months. But it might not.	そこにあるってはっきりわからないものに対処するなんて想像できないし、嘘でしょって感じ。何ヶ月か薬を飲むだけで治らないかしら。先生は何ヶ月かすれば治るでしょうって言ってたわ。でも治らなかつたらどうしよう。		
7	P	There are several things that I will encourage you to do to help the healing process. Some of them are pretty simple, like elevating your head at night so the acid doesn't come up from your stomach up into your throat. Probably the most important thing not eating for 3 hours before you go to bed. So you know people who snack in front of the TV or late at night...that can be a problem. That bowl of ice cream after dinner. Those are the types of things that can increase the acid. When do you usually stop eating in the evening?	幾つか治癒を促進させるのにお勧めなものがあります。簡単なものでは胃酸が喉に逆流しないように頭を高くして寝ること。一番大切なのは就寝3時間前までに食事をすませることです。テレビを見ながらとか、夜遅くにお菓子を食べてる人たちがいますね。あんなのが問題なのです。夕食後のアイスクリームも。これらが胃酸を増加させるものの典型です。いつも何時に食事をすませていますか？	PERSUADE (could include a GI) Q	勧奨 (情報提供と質問を含む)
8	C	We usually eat dinner around 6 and I go to bed about 9. I'm not really a snacker. I don't really	大抵6時に夕食をとって9時頃には寝てます。夕		

		eat much after dinner.	食後に間食することは滅多にありませんね。		
9	P	Oh, so that's good. So doesn't sound like it will be a problem for you.	あら、それはすごいですね。夕食後に間食しないことは簡単ですね。	CR	
10	C	Well at least some of the time. You know when you have company or something it is a lot harder.	ええでも、例外を除いてってことですよ。ほら誰かと出かけた時とか、昼間嫌なことがあった時とかは別です。		
11	P	Right. Right. And speaking of company, alcohol and caffeine, those are both big irritants to the throat. And the alcohol will relax that sphincter, the rubber band at the top of the stomach. And that makes it a lot easier for the acid to get up and escape into the throat. It is the acid that is really causing the problem with your voice and the coughing as well. You know that right? You understand how that works.	はいはい。わかりました。出かけた時といえ、お酒とコーヒーは喉に大敵なんです。アルコールは括約筋という胃のてっぺんにあるゴムの口みたいなところをゆるめる働きがあります。そうなることで胃酸が喉まで逆流しやすくなってしまいうんです喉に悪さをして咳の原因を作るのは胃酸なんです。どんな仕組みになってるかお分りいただけただけでしょうか？	GI PERS UADE Q	情報提供、勸奨
12	C	Yeah, she explained that. And I have been, she explained it could be causing my cough. We don't know for sure but it's pretty irritating. The coughing is pretty irritating. Cause it happens a lot when I am trying to talk. I talk for a living. That's what I do. I use it for my livelihood. So it's pretty scary.	ええ。先生もそう言っていました。確かに咳も出ました。そんな仕組みで咳が出てるって説明してくれて。咳って本当に嫌ね。話そうとする時ほど出てくるのよ。ほら私、話すことが仕事でしょ。		

			話してナンボだから咳とか声枯れとか商売上がったりになっちゃうの。だからとっても怖いわ。		
13	P	Right. Right. It will take awhile for it to heal. The medication helps and so do the things I recommended. Like staying away from alcohol and caffeine and elevating your head at night. There is another thing you really should consider. That is losing weight. The extra weight around your belly, that belly fat puts a lot of pressure digestive track. And that definitely makes things worse Would that be something you could do?	そうですね。わかりました。喉は治るまでに少し時間がかかりますね。お薬も私が先ほど提案した、お酒とコーヒーを控えて頭を高くして眠ることも役に立ちます。それにダイエットすることも役に立つので頭に置いておいた方がいいですね。お腹周りの余分な脂肪をなくすこと。お腹周りの脂肪は消化のプロセスを圧迫するんです。これが本当にことを悪くするんです。ちょっと体重を落とせますか？	GI PERSUADE (Q is part of the Persuade)	情報提供、勧奨(質問は勧奨の一部)
14	C	I know how to do it. And actually, the last time I did have a weight loss effort I lost 10 pounds for a trip to Hawaii and I did notice that I wasn't coughing as much. At least that is my memory of it. Maybe it helped. I don't know. Of course the weight came back.	いい方法があるわ。実際、この間ハワイ旅行で5キロ痩せたんです。覚えてる限り咳もあんまり出てなかった気がする。多分ハワイ旅行が役に立ったんだわ。わからないけど。もちろんハワイから戻って体重も戻ったけどね。		
15	P	Right. Right. Well we'll send you to Hawaii every other month!	はいはい。では、ひと月ごとにハワイに行きましょうか！	NC	

16	C	Well that would be good.	それはいいわね。		
17	P	Well that is good also. Well I'm glad you know how to lose weight because that will be helpful. So what are your plans for taking care of this?	体重を落とすことは体にいいことだから、減量の方法を知ってるってことはとても役に立ちますね。では具体的には何をしましょうか？	AF Q	是認 質問
18	C	Well, I'm definitely going to take the medication. She wanted me to try it for at least a few months to see how it was doing so I will continue that. And I think I will focus on trying to manage not eating after dinner. Getting that time in after dinner.	そうね。まず薬は必ず飲むわ。先生が最低でも何ヶ月か飲んでみて様子を見ましようって言うたから続けてみる。それに、夕食後に何も食べないでいられるように努力するつもり。夕食後の魔の時間をやり過ごすの。		
19	P	OK. Good. I know you have another appointment with Dr. Jones in three months. I'll make sure to check in with you when you come in.	それはいいですね。3ヶ月後にジョーンズ先生の予約が入ってます。次回いらっしゃった時にまた一緒に確認しましょう。	NC	
20	C	OK. That sounds good.	わかりました。		

Global ratings

CCT 2

SST 4

Par 2

Emp 2

I guess I don't have a choice

Utt#	Por C	Contents of Utterance	発言内容	Code	コード
1	P	Hey Mike. How are you doing today?	こんにちは、マイク。今日の調子はいかがですか？	NC	
2	C	I'm doing ok. I wish I understood why I have to be here right now.	おかげさまで。それよりどうしてここに今来なければならないのか教えていただきたいです。		
3	P	Well, I'll tell you exactly, if you want, why you are here. I'm Donna by the way. I'm the intake person here at the treatment center, /and we deal with this all the time. Because I can look at your file and you failed your drug test and your employer is one of our clients, and whenever someone fails the drug test, they end up coming here so that we can hopefully help you keep your job.	ええ、あなたが望むならここに来てもらった理由をちゃんとお話します。ところで私はドナです。私はこの治療センターのインテーク面接担当で、これは私たちがいつもしていることなんです。あなたの記録を見て、あなたが薬物検査に合格しなかったことがわかっています。あなたの雇用主は私たちのクライアントですので、薬物検査で陽性だった場合には必ずここに来ていただき、仕事を続けられるよう私たちが援助することになっているんです。	CONF RONT Clinici an's tone and demea nor make this a confro nt: uneve n power sharin g, disapp roval, blamin g	直面化 臨床家 の声の トーン と態度 がこの 直面化 を生じ ている :不公平 な力配 分、不 承認、 非難
4	C	Well I, you know, get a little frustrated that I have to take a drug test off a simple mistake at work. And you know, there is no proof that I did anything wrong at work. I don't see why I should have to be here for stuff I do on my own time.	うーむ、単純な仕事のミスで薬物検査をしなければならないなんてちょっとがっかりですね。それに私が仕事で間違いを起こしたという証拠は何もありませんし。どうしてここに来る時間を取らなければいけないのかわかりません。		
5	P	Yeah I hear that a lot; I mean that's the way a lot of people	ええ、そういうお話はよくお聞きします。皆さん	GI Q Confro	情報提

		feel. / But the bottom line is ... that's the policies and procedures of your workplace and you know, if you want to ... they require that and you have a job that's ... it looks like ... What do you do? It looks like you drive heavy equipment?	そう思うようです。でも肝心なことは・・・あなたの職場の規定であって、まあ、あなたが仕事を続けたいなら・・・それに従うことが求められますし、あなたの仕事は・・・ええと・・・何をしていますのですか？大型機械を動かすことのようにですが。	nt considered but not coded using decision rule	供 質問 直面化  考慮されているが <b>決定則の使用</b> とはコードされない
6	C	Yeah. Most of the time I'm just a loader, and I operate one of the smaller forklifts, loading and unloading our larger trucks. Um, it's a warehouse-type job, and I think I got called into to take a drug test after I made a simple mistake; I just got distracted at work.	はい、ほとんど積み込み作業をやっています。小型フォークリフトを操縦して大型トラックに荷物を積み込んだり降ろしたりしています。うーん、それは倉庫での仕事なのですが、私が単純なミスをした後に薬物検査を受けるよう言われました。仕事でちょっと気が散ってただけなんです。		
7	P	What did you do?	何をしていたのですか？	Q	質問
8	C	Uh, I dropped part of a partial pallet on the floor. I got distracted by someone else moving, and I hit the brakes a little too hard and dumped some of the product on the floor.	いやー、床にパレットの一部を落としたんです。誰かが動いたのでそれに気を取られて、それでちょっと強めにブレーキをかけてしまって床に製品の一部を落としてしまいました。		
9	P	Well, you know that is something, when somebody is impaired, that ... and marijuana is particularly bad for that. And it looks like that is what you failed on your drug test, was the marijuana. And you know that is particularly bad for that.	そう、事故を起こす時がどういふものかあなたもご存知でしょう、マリファナは特にそういう時によくありません。あなたが薬物検査で陽性だったのもそういうことで、マ	CONF FRONT Moralizing, warning	直面化  説教, 警告

		It makes those mistakes a lot more likely to happen.	リファナが検出されたんです。これが特によくないことはわかっているはずですが。マリファナはこのようなミスを起こしやすくするんです。		
10	C	Yeah, but you know, I've never smoked marijuana at work or before work ...	ええ、でも、私は仕事の時や仕事の前にはマリファナを吸ったことはないです・・・		
11	P	Well, how much do you smoke?	なるほど、どのくらいの量を吸いますか？	Q	質問
12	C	I might smoke a little bit with my girlfriend when we get home from work and we're relaxing. But, uh ... and every once in a while on the weekends if we're barbecuing with our friends. But nothing ...	仕事から帰ってガールフレンドと一緒にくつろいでいるときに少しばかり吸っているかな。でも、うーん・・・それから、時々週末に友人達とバーベキューするときとか。でも何も・・・		
13	P	(interrupts) So it sounds like you smoke almost every day.	(遮って)するとほぼ毎日吸っているようですね。	CONF FRONT Direct disagreement with what client is trying to say	直面化  クライ エント がいわ んとす ること への直 接的不 同意
14	C	Yeah, but not that much. I just, it's kind of to unwind at the end of the day.	ええ、でもそんなに多くはありません。それはただ1日の終わりのくつろぎみたいなものなんです。		
15	P	Yeah, but it stays in your system, you know. That's the bottom line here too; it stays in your system. So, and it really doesn't affect you ... I know	ええ、でもそれはあなたの生活の一部になっていますね。ここにも重要な問題があります。それは	CONF FRONT Disagreement,	直面化  不同



		you don't think it affects you that much, and you're not smoking that much, but you know, it's still a drug and it still affects you.	あなたの生活の一部になっているということですよ。そして薬物の影響はそれほどない・・・あなたは影響がないと思っているでしょう、そんなには吸っていないと。でもそれでもそれは薬物なのであなたに影響を及ぼしているんです。	morali zing	意, 説 教
16	C	Well, I think my issue, as far as the company is concerned is that the testing is supposed to happen only if they have probable cause. And I feel like people make errors at work all the time, and they get distracted because of stuff that is going on with their kids or their wife or who knows what else ... their credit cards. They make mistakes at work, and they don't get drug tested, but I just got chosen. So...	まあ、会社に関して言うなら、相当な理由があるときだけ薬物検査が行われると思うんです。人は誰でも仕事でミスをするものだと思います、子どもや妻や他の色々なこと・・・クレジットカードのことなんかで・・・仕事以外のことに気が散りますよね。普通仕事でミスをして薬物検査を受けることはないです、でも私は目をつけられた。それで・・・		
17	P	Yeah, and I hear that a lot too where people in your situation feel like they are picked out and ... but that's just not the case. It's just the policy.	ええ、それもよくお聞きする話で、あなたと同じ状況では皆さん自分だけが目をつけられたように感じます。そして・・・しかしそれは全く違います。規則なんです。	CONF RONT	直面化
18	C	Well, like I said when we started; what am I going to do here? I mean, I need to get back to work. This is wasting time and reducing my paycheck.	だから最初に言ったように私はここで何をしたらいいんでしょう？仕事に戻らないといけないんです。こんなことは時間の浪費で給料を減らすことです。		
19	P	Well, I'll tell you what the requirements are. You know we have a program that is designed specifically for this, and you know /... (unintelligible) First of all, you	それではあなたに要求されていることについて説明します。私たちのところにはこの問題	GI PERS UADE (Confr ont would	情報提 供 勸奨 ( 直面

		<p>have to sign an agreement that you won't smoke any pot or do any other things, any other drugs for the next 6 months, and that's part of the program. You need to sign that you can do that. You need to be able to come here twice a week, and we'll go through an intake and that will determine more about how much time you need to spend here. But, we need to get a lot more information from you about what your history with drug use is, but the minimum is that you would have to come here twice a week. And then we also require that you go to meetings, and you go to a couple of those a week too, and we'll get a signature for that too. /</p>	<p>のために作られたプログラムがあります。す・・・(よくわからない様子) まず第一にこれから6か月の間マリファナや他のどんな薬物も使用しないという同意書にサインをしていただかなければなりません。これもプログラムの一部です。それができるということにサインする必要があります。そして週2回ここに来なければなりません。私たちはインタビュー面接の内容を検討して、あなたがここに通う期間がどれくらい必要かを決定します。その前にあなたから薬物使用についてのこれまでの経験をもっと聞く必要があります。でも最低限週2回はここに来ないといけないうことです。それからミーティングへの参加も必要です。それを週2、3回出席してもらいます。それについてのサインも必要です。</p>	<p>not be unreasonable )</p>	<p>化は不当ではない)</p>
20	C	<p>What kind of meetings are we talking about here?</p>	<p>ここでどういうミーティングに参加するんですか？</p>		

21	P	Most people that come in for marijuana go to NA meetings.	マリファナを吸ったことでここに来る人のほとんどは NA ミーティングに参加します。	GI	情報提供
22	C	You know I had a friend who had to go through AA stuff due to an arrest, and he had me tag along once just to show me what he had to do every week, and I don't feel comfortable going to those meetings.	私には逮捕されて AA とかに参加しなければならなかった友人がいるんです。それで彼は毎週何をしないといけないかを私に見せるためにそこに私を連れて行きました。なのでその種のミーティングは不快で参加したくないんです。		
23	P	Well, you know in this case you just, you don't really have a choice if you want to keep your job. It's just the way the program is set up. And we also know that that's what helps people get off of it, because clearly you would have given it up already if you weren't having some serious problems with it. So, you know, you would have already given it up.	ええ、あなたの場合、今の仕事を続けたいなら他の選択肢はありません。それはこのプログラムの一部なんです。そして私たちはこれが薬物からの離脱の助けになることもわかっています。深刻な問題が今ないのであれば絶対に止めていたでしょうからね。それをわかってもらいたいんです。問題がなければ既に止めていたということ。	CONF RONT Disapproval, uneven power sharing	直面化 非承認, 不公平 な力配 分
24	C	Given what up ... smoking pot?	何を止めるんです? ... マリファナ?		
25	P	Yeah, because you knew, you know, knew it was against the regulations. So, if you, if it had been important enough to you to keep your job, you would probably have given it up before.	ええ、あなたはそれが規則に反していることを知っていましたね。仕事を続けることが本当に大切ならもっと前にやめていたはずですよ。	CONF RONT moralizing	直面化 説教
26	C	Well, I've been working for the same company for 13 years, and I have never had an issue. So, I don't see it as some sort of problem, what I do on my own time. So...	やれやれ、私は 13 年間この会社で働いてきて何の問題もなかったんですよ。だからプライベートな時間に何をしようが問題だとは思えませんね。それで...		

27	P	<p>Yeah. Well, it's caused a problem now, because you're here and you're having to deal with it. So, it's sort of like well we gotta just face the problem and it's here. And that's the way, I mean ... I guess you could decide that it's just not worth it to you and just walk out that door, but you know, it is what it is. / So, can I set you up with an intake appointment? / That's a couple of hours long and they just find out really, exactly what your whole history is and how much you've always been using, and what kind of use you have had. And help determine what the best treatment for you is.</p>	<p>ええ、それが今、問題になっているんです。あなたはここにいてそれに対処しないといけなくなっています。つまり問題を直視しなければならないんです、その問題が今あるってことです。そういうことなんです。つまり・・・あなたはこの問題をさほど価値がないものだと決めてドアの外に出ていくこともできるでしょう、でも、まあ、そういうことです。それで、インテーク面接の予約をさせてもらっていいですか？それは2、3時間ほどの面接であなたがこれまでどんな薬物を使い、いつもどれくらいの量を使ってきたのかあなたの薬物の経験をすべてはっきりさせます。それがあなたにとって最も良い治療を決定する助けになります。</p>	<p>CONF RONT Directly contradicts him concerning whether this is a problem Q</p>	<p>直面化 直接的 な否認</p>
28	C	<p>Well, I guess you just told me that this intake appointment is supposed to determine how much I have to come in here. What motivation do I have to, you know, tell the truth about any past drug use?</p>	<p>ああ、インテーク面接の予約は私がどのくらいここに来なければいけないかを決定するためだということですね。私が過去の薬物使用について事実を話さなければならないという気持ちになると思いますか？</p>		
29	P	<p>Well, we are going to be testing you every week, so anything, just about anything you use will be in your system. And you know we have to report those tests back to your employer. We have to report the results of those. So, it's sort of a probationary thing that they have you on. They give you this opportunity; this is an</p>	<p>ええ、私たちは毎週検査します。どんな薬物が日常生活の一部になっているかを調べます。おわかりのように検査についてあなたの雇用主に報告しなければなりません。検査結果について報告しなくてはならないということです。これはつまりあな</p>	<p>CONF RONT warn Q</p>	<p>直面化 警告の 質問</p>

		opportunity to get better and do it, and that's sort of where we are. / So what do you think? Shall I make you an appointment?	たに対する猶予期間のようなものです。会社はあなたに機会を与えているんです。回復し会社で働く機会です。それが現状です。それでどうしますか？予約をしますか？		
30	C	Yeah, I guess I don't have a choice.	わかりました、選択肢はないってことですね。		
31	P	Ok. Good. We'll call down and make you an appointment.	わかりました、いいでしょう。では電話をして予約を取りますね。	Structure not coded	

Global ratings

CCT: 1

SST: 4 (there is no sustain talk)

PAR: 1

EMP: 1

Maybe he'll take my kids 次は子供を取り上げる気ね

Utt#	Por C	Contents of Utterance	発言内容	Code	コード
1	P	Hi Denise, thanks for coming in todayd	こんにちはデニスさん来てくださってありがとうございます。ございます。	NC	
2	C	Well, yeah, the doctor thought it would be a good idea . I'm not, I don't know but	気が進まなかったけど先生に来るように言われて。		
3	P	Yeah your doctor spoke with me and I'm wondering if it would be ok with you if I share some of the information that he talked about	そうでしたか。私があるあなたの主治医から聞いたことをここで一度確認してもいいですか	Q	質問
4	C	Well yeah, I guess, I mean he talked to me too but I guess, yeah, what did he tell you?	はい、いいですよ。私も主治医から説明を受けたんだけど。何て言ってましたか？		
5	P	Sure, well why don't we make sure we're on the same page. So he indicated to me that he's a little bit concerned about how much you're drinking and thought it might be helpful if you and I just talk a little bit and see what's been going on. Does that work for you?	最初に同じ理解をしているか確認しておくといいかと思ひまして。主治医は、あなたの飲酒量が気になっていて、私たちが話をして何が起きているかちょっと一緒に探ってみることが何かの役に立つのではないかと考えているようです。そう聞いてますか？	GI Seek	情報提供  協力の 模索
6	C	Well yeah, I mean you know it's not, it's not really, I don't believe it's the drinking that's really the problem, it's my, you know, I'm having some stomach problems.	まあ、はい。でも違うん。お酒が原因じゃないんだけどなあ。胃に問題があるだけなのに。		

7	P	Right right. So you don't see the drinking as the cause of all this. You think, you know, you're having this stomach issue and the drinking's not really related.	分かりました。お酒が原因ではないと考えていらっしゃるのですね。胃に問題はありますが、お酒とは全く関係ないと考えていらっしゃる。	SR	
8	C	Yeah, I actually think that it's probably more related to both the stress that I have going on and what I've been eating. And you know I think there must be something that I'm eating... I know other people who had that kind of problem and you know rather than the drinking, cause I just don't drink that much	それよりもこここのところ抱えているストレスと食べてるものの方が原因なんじゃないかと思うんだけど。周りにもそれで困ってる人たちがいるし。そんなにたくさんは飲んでないから、むしろお酒より食べ物のせいだと思うの。		
9	P	Right, right, well I'm not a medical doctor, you know, I don't know all the ins and outs but if it's ok with can I talk to you a little bit about what he shared specifically in terms of how much you were drinking and then some norms, people in terms of their drinking . how much they drink-would that be okay if we talk about that for a moment?	そうでしたか。私は医師ではないので一部始終はわからないのですが、もしよろしければ少しお時間をいただいて、具体的にあなたの飲酒量について主治医が具体的になんて言っていたのか、それに一般の飲酒量基準と照らし合わせて具体的にお話ししてもいいですか？	GI Seek	情報提供 協力の模索
10	C	Okay	いいですよ。		
11	P	Okay, so your doctor indicated to me that he's pretty worried actually about your drinking and what he said to me was that it looks like you might be drinking about six drinks a day, and that, you know, some of the assessments you filled out -	ではお話しさせていただきます。主治医はあなたのお酒の飲み方をとても心配しています。1日6単位は飲まれているんじ	GI Q	情報提供 質問

		it looks like about six drinks a day. Now, do you remember talking to him about this or that's what you *( inaudible) in terms of your drinking	やないかと言ってました。記入していただいた資料を見ても、もしかしたら6単位はいつてるんじゃないかって。このことについてあれこれ彼と話したこととか、またはお酒の飲み方についてご自分が話したことを覚えていますか？		
12	C	Well, you know, I mean, I'm drink . you know, I'm not, I don't know, he asked me about how much you know and I, you know, pretty much said I kinda have a, you know, usually have a bottle of wine every day. But I, you know, I don't, he didn't ask me, he didn't say anything about six I mean I just, you know, it's just like one bottle	なんていうか、その、うーん。どれくらい飲んでるかは聞かれたけど、で、まあその通りなんだけど。まあその、1日ワイン一本開けてます。6単位って言われても。単位までは聞かれてなかったから。っていうかたった一本だけど。		
13	P	Right, so he didn't talk to you about specific numbers, so this is a little bit surprising	主治医との話の中では具体的に何単位と聞かれなかったので少し驚かれていますね。	CR "surprise" adds meaning = complex	CR "驚いた"は 新たな意味を 加えている = 複雑な聞き返し
14	C	Yeah	はい。		
15	P	Yeah so, I don't, (*inaudible) is about six drinks a day and that often presents some health problems for folks. There's	そうでしたか。1日6単位という健康に害を及	GI	情報提供



		something called the...these guidelines that NIAAA, which is just organization has, in terms in how much people should drink. I don't know if you've heard of these or if you are familiar with them at all.	ぼす量って言われているんです。聞いたことはないかもしれませんが NIAAA という公の機関で適正飲酒量のガイドラインがあるんです。知っていましたか？		
16	C	No	いいえ		
17	P	No, okay, so what they recommend is that women in particular drink no more than one drink per day and seven drinks per week. Does that, how does that fit with your current drinking right now?	ご存じなくても大丈夫です。そこで示されてる女性の適正飲酒量は 1 日 1 単位未満で、週にすると 7 単位未満です。ご自分の飲酒量と比べるとどんな感じですか？	GI Q	情報提供 質問
18	C	Well, I guess if I counted one bottle as one drink, I'd be fine.	ボトル一本を 1 単位って計算にしてくれば合格なんだろうけどね。		
19	P	Right.	そうですけどね。	NC	
20	C	But I don't know what if, I don't even know, what that means if he's saying six and I'm you know, what, I don't know how much wine that is	でも 6 単位って言われてもピンとこないし、ワインでいうとどのくらいなのかよくわかんない。		
21	P	Right so your numbers don't necessarily match up with his. Well, I mean I can tell you that regardless of the exact numbers you know I think his concern is that your drinking is quite a bit more than what is recommended and you know six drinks per day or four drinks per day, it doesn't really matter how much, it puts, generally puts people at risk for a number of health problems, sometimes legal problems,	おっしゃる通りですね。自分で思っていたのと彼が言っている量と同じとは限らない。厳密にはわからなくても推奨されているよりあなたの飲酒量の方がはるかに多いことを心配してるみたいです。6 単位であっても 4	SR GI This is not P nor PWP	SR 情報提供

		social problems and so I think that's why he wanted me to talk with you a bit.	単位であってもその量が問題ってわけではなくて数々の健康問題が出現したり、法的、社会的問題が出てくる恐れがあるのでことを心配してるのです。そういったわけで先生は時間をとって話をする時間を持って欲しかったようです。		
22	C	Well I can't see having any worries about legal problems or anything cause I'm not driving anywhere. I do it at home and, you know, I don't see any, you know, I'm not having problems with my family or anything other than my, you know, I'm having stress related to my teenagers. I've got one that's really acting up and it's causing me a lot of stress so you know I know I'm drinking more than I used to drink but you know or did a coupla years ago but it's just because there's so much stress	なんで法的問題を心配しなきゃいけないのかわかんないわ。車も運転しないから飲酒運転の心配もないし、家族との問題も、ない。というか、あるといえば思春期の子供たちのことくらい。一人反抗期の子がいて、問題ばかり起こしてるのがストレスね。そのおかげで飲む量が増えたことは認めるわ。でもそれはストレスのせいだから。		
23	P	It doesn't really fit with you, you don't really see yourself as having a drinking problem	自分とは関係ない、自分にはお酒の問題はないって感じるのですね。	SR	
24	C	No, I don't see it as a problem. I guess if it's causing, if it has to do with my, you know, stomach . I am really worried about what's going on with my stomach cause it's pretty painful	ないわ。お酒は問題じゃない。でも、もしかしたら胃には悪いのかも。すごく痛むからどうなってるのか心配なの。		
25	P	Right so it could be related to your stomach problems, I'm not	そうでしたか。もしかし	GI	情報提

		sure but it definitely, you know, that much alcohol could be contributing to some problems with your stomach	たからお酒は胃の問題と関係してるかもしれませんがね。断定はできませんが大量の飲酒は胃の問題と関係ありそうですね。		供
26	C	Yeah, I guess, I mean I you know I mean I do know that I shouldn't be drinking a bottle of wine every day. I mean I do know that that's more than is, you know, that's not good for me	そうかもね。毎日ボトル一本飲むのはやめた方がいいって知ってる。飲み過ぎで体に悪いってこともわかってる。		
27	P	Right right. You can see the problems that might cause or even has caused drinking at that level	飲み過ぎで起きてくるだろう問題や、起こってきた問題を理解されたようですね。	CR	
28	C	I don't know, it's really hard to imagine, you know, not being able to. I mean I should be able to just, I should be able to reduce that I guess but it's hard for me to imagine not being able to, to do it, you know I mean it's just, otherwise the anxiety's just gonna bowl me over, you know	というか、想像するのは難しいし、できないのよ。量を減らせればいいんだと思うけど、どうやったらいいか考えられない。お酒なしじゃ不安に飲み込まれそうになるの。わかるでしょ。		
29	P	Right right. Drinking is...so it's something that you do in a lot of ways to cope with some of the stress you've got going on. And it sounds like you're working really hard and you have a lot going on with your kids and that you're trying to be the best mom that you can be to them and drinking has made a lot of that easier for you	はい。お酒は人生で起こってくるいろんな問題をやり過ごすのを手伝ってくれる。それにあなたはすごく頑張っているのがわかります。お伺いしていると子育ても大変そうだけれど、子供たちのよき母でいられるよう全力を尽くしている。そしてお酒はそんな日々の大変	CR Affirm "being the best mom you can be" is about the client's strength	CR 是認 "あなたがなりたい最良の母であろうとしているのですね"

			さを和らげてきた。		という発言はクライアントの強みへの陳述である
30	C	Yeah, yeah, I mean it has made things easier for me, well, I mean I really, you know and my husband and I we have to sit down and try and figure out every night, you know, what are we gonna do now cause this is with the situation, you know, and how are we gonna deal with this and you know it just makes it a lot easier -he has a hard time talking about that stuff and we disagree about a lot of it so, you know, so if we sit down with a coupla glasses of wine it really helps	そう。お酒に助けられてきたわ。毎晩のように夫とこれからどうしたらいいか話し合わなくちゃいけないの。いろいろ試して考えて。どう向き合っていくか。飲んでると楽なの。彼も話し合いをするのは苦しそうだけど、意見が合わないこともよくあるから。だから二人で一緒に座ってワインを何杯か飲みながら話すとうまくいくのよ。		
31	P	Right. Right. No, that makes a lot of sense. You have a lot going on and that's been a way for you to cope and I can see that. So on the one hand, you know, drinking is . you're worried about what it's doing to your stomach and you're worried about the possible health consequences of it. On the other hand it's a big part of your life and helping you get through some difficult times.	おっしゃってることはわかります。やらなきゃいけないことが山積みで、お酒が助けになってくれていたようですね。でも一方では、お酒が胃に悪いことにも気づいていたからなんとかしなくちゃとも思っていた。飲み過ぎで体がどうなるのかも心配されていた。その反面お酒は嫌なことをやり	CR Double-sided reflection = complex	CR 両面の聞き返し=複雑な聞き返し

			過ごすのを手伝ってくれたからお酒なしで生きていくことは考えられなかった。		
32	C	Yeah, yeah I mean I, you know, I don't know...otherwise, you know, I'm afraid I might have to do something drastic to my kid, you know.	そうかもしれないわね。わからないけど。飲まないでいると子供にひどいことをしてしまいそうだったの。		
33	P	Mmm hmm. Yeah, things might get pretty bad.	なるほど。もっと悪いことが起こっていたかもしれない。	SR	
34	C	Yeah	ええ。		
35	P	With him, yeah. Well, would it be all right if I give you, you know, some ideas about how to possibly cut back on your drinking?	子供に。そうだったの。じゃあここでお酒の量を減らす方法について話をしてもいいですか？	Seek	協力の探索
36	C	Well yeah I guess	いいわよ。		
37	P	So it sounds like you're drinking anywhere from 4 to 6 drinks a night and really we don't want people drinking more than a glass of wine (GI), so really you shouldn't be drinking more than a glass of wine a day or more than 7 drinks a week (PWP). So, you know, there's lots of ways people can cut back, but what does that, how does that sound to you? (Seek)	1日に4から6単位ぐらいの量を飲んでいるみたいですが、ワインでいうと1日グラス1杯以上はお勧めじゃないんです。1日だとグラス1杯、1週間だと7杯以上はやめたほうがいい。それでお酒の量を減らす方法はたくさんあるのですが、どう思いますか？	GI PWP Seek	情報提供 PWP 協力の探索
38	C	Wow, I mean that you know I mean I have a glass of wine when I'm fixing dinner, you know like, and that would be if I	えーっ。食事の準備をしてる時すでにグラス1杯		

		had to stop there then you know I wouldn't even get to have it with my meal	は飲んでいるから、そう考えると食事中に全然飲めなくなるじゃない。		
39	P	Right right. It's a big change for you potentially	そうなんです。生活が大きく変わりそうですね。	CR "big change" is added meaning	CR "大きく変わりそうですね"は新たな意味が付け加えられている。
40	C	Yeah. I can't see going down to one. That doesn't, I don't see that	1日グラス一杯だけって想像しただけで無理。考えられない。		
41	P	Okay. What seems like a reasonable number for you?	では、何単位が現実的な量だと思いますか？	Q	質問
42	C	Well, maybe you know, I mean it seems like if I went, you know it might be reasonable to go down to half of the bottle, like maybe two drinks	そうねえ。うまくやってボトル半分がいいところかな。グラス2杯とか。		
43	P	Mmm hmm	なるほど。	NC	NC
44	C	Or maybe a little over two. That'd get me through dinner.	2杯とちょっと。そうすると食事中にも飲めるから。		
45	P	Right. So making some changes seems like it would work for you but you're not willing to cut back all the way to one	分かりました。量を減らしてみることはできそうだけど、1日一杯までには減らしたくないんです	CR	CR

			ね。		
46	C	No, I'm . I can't see doing that. I guess, you know, it should help my stomach, though, if I cut back even a little bit, shouldn't it, if it really is doing, if it's causing some of the problem?	そう、それは無理。でも、ひよっとすると、あの一、胃にはいいのかも。ほんのちよつとだけでも減らさないと問題が起きるかもしれないのかしら？		
47	P	Yeah, I mean cutting back is always better, right? And you know I think your doctor was pretty firm that he would really like you to cut back possibly, what he said to me is "I'll take a third" cause he's worried your continued drinking affecting your stomach and that what he thought was going on was that it was kind of tearing up the lining of your stomach so that any alcohol, caffeine, coffee that kind of thing, that could all potentially cause you problems. But it sounds like that doesn't, like it's not going to work. That you're not willing to cut back to one or you know, quit drinking altogether	ええ。飲む量を減らすに越したことはありません、あなたもそう思うでしょ？主治医もそれを強く望んでいます。だから「専門家の介入が必要だ」って私に声がかかったんです。すでに毎日の飲酒で胃にダメージがあって、このまま飲み続けたら胃の内膜が亀裂を起こしてしまうって先生も心配しています。ということはどんな種類のお酒も、カフェイン類も問題を起こす可能性があります。でもあなたとしては何の問題も感じていないから断酒することも一日一杯まで減らすことも嫌ということ。	PERS UADE Sufficiently intense to meet criteria CR	勸奨  十分に CRの 基準を 満たしている。
48	C	Wow. Yeah, coffee too? Man he didn't talk to me about that	えーっ。そんな、コーヒ一まで取り上げる気？そんなの聞いてませんよ。		
49	P	It's a lot to go through at once. And yeah, I think he was	全部一度にやめるのはき	GI Movin	情報提

		worried about taking away it all for you at once, but you know...	ついでですね。主治医も一度に全部取り上げるのはちょっと酷かもしれないって悩んでいたけれど。でもね。。。	g towards Persuade but not sufficient	供 勧奨の 方向へ 向かっ ている が十分 ではない
50	C	Maybe he'll take my kids	この調子だと先生は私から子供達も取り上げかねないわね。		
51	P	*(Inaudible) if he took the children from you	先生があなたから子供も取り上げるかもしれないって。	NC Can't be heard so meaning not clear = no code	NC 意味通 りには 聞こえ ず不明 瞭であ る。 =no code
52	C	At least if he dealt with the problems we're having now with the one that's really rebelling, and acting out and going out and running off and uh...	まあ、先生がうちの悪ガキを手なずけられるならの話だけだね。反抗期真っ盛りで悪さばかりして、遊びまわったり逃げ回ったりしてるから。。。		
53	P	Well what are activities you could do that would help you to relax? You know sometimes I have patients who find other things or other ways to relax and they start doing those at about the time they started drinking or beforehand and that helps them, you know, have	大変そうですね。ご自分なりのリラックス方はお持ちですか？お酒以外のリラックス法を身に付けている患者さんもいて、いつも飲んでる時間や飲	Q PERSUADE (GI should be considered)	質問 勧奨 (情報 提供の コード)



		something else to occupy their time when they would typically start drinking. So that might be something for you to consider.	み始める前にそれらを試してみるようです。いつも飲み始める時間帯を他のことで埋める。このようなことをやってみませんか。		も検討される)
54	C	Well, I you know when I get home though I mean I have to cook dinner. I can't not cook dinner	ええ。家に帰ったら食事を作らなきゃいけないわ。食事を作らないって選択肢はないのよ。		
55	P	Mmm hmm	そうね。	NC	NC
56	C	You know and I mean and that you know it's not that its not I mean, I don't mind cooking dinner but it you know I can't go off and take the time to myself and take a bath or whatever because I gotta cook dinner	わかるでしょ。夕飯を作ることは気にならないけど、それを放り投げて自分のために時間をとってゆっくり湯船でリラックスなんてできない。だって夕飯を作らなきゃいけないから。		
57	P	Right right. So cooking dinner is really what's most important here for you	夕飯を作ることが何よりも大事。	SR Considered Confro nt but not sufficient	SR 直面化が検討されるが十分ではない。
58	C	Well, I mean that's part of my responsibility, right, that's what I do, I'm responsible to feed my family	それは私がやらなきゃいけないことなの。家族の世話をするのが私の役目。		
59	P	Mmm hmm.	なるほど。	NC	NC
60	C	And umm, you know...	そう。わかるでしょ。		

61	P	It sounds like you really value being a good mother, and being a good role model for your family and that you're holding people together right now.	よき母であることに重きを置いて子供達の見本になろうとしている。家族の要として存在しているみたいですね。	AFF	是認？
62	C	Yeah, I doubt it. I'm not sure they see it that way	どうかしら。家族がそう思ってくれてるかはわからないけどね。		
63	P	I guess I worry a little bit about you not taking care of yourself and that you are not necessarily putting yourself in the best position to take care of them	ご自分の健康を後回しにしにしてまで家族の面倒を見るのは長い目で見て家族のためになるとは言えないんじゃないかと心配しています。	Confront	直面化
64	C	Well I mean I do I am feeding them and I am taking care of them. I run them around I do all the things I'm supposed to do to take care of them, so, you know, I mean I guess if I really got sick then I wouldn't be able to do it, but I've been able to work through, you know how we women we have to work through everything. You don't get to be sick	私が家族を食べさせて、世話をして。追いかけてまわして家族のためにやるべきことは私が何でもしてるの。だからね、もし私が病気になんかなったらそれもできなくなる。でも今までやり遂げられてきた。あなたも女だからわかるでしょうけど、私たち女って何でもやらなきゃいけない。病気になってる暇はないの。		
65	P	No (*inaudible) and you're doing a great job of it and it's sounds like you have an important role in your family (Affirm). It also sounds like you have a lot going on and that, you know, there might be other ways to deal with some of the stress other than relying on the	そうねそんな暇はないわね。しっかり役目を果たしていて、家族の中でも重要な役割を担っているんですね。その上厄介なこともたくさん抱え	AF GI Emphasize	是認 情報提供 自律性の強化

		drinking (GI). But this again, it has to be your choice. You know, I can tell you that, you know, your doctor does think that some of these stomach problems may be linked back to the drinking, but you know what I'm not a medical provider and you know, I think ultimately you're the one that gets to make the decision about how you proceed with things (Emphasize).	ているようですね。お酒以外にストレスに対処する必要があるはずで。でもどうするかはあなたが決めることです。主治医は胃の不調は飲酒と関連していると考えている。でも私は医者ではないから最終的にはどうするかはあなたの決断にかかっている。		
66	C	Well	そうね。		
67	P	Why don't we talk about this maybe next week. Would you be willing to come in and talk to me a little bit more about it?	来週このことについてお話しするのはいかがでしょう。またここに来てもう少しお話ししてくれませんか？	Q	質問
68	C	Boy I don't know if I can get here next week but maybe two weeks I guess I could come in I guess. Next week I have a really busy schedule at work, I have a big project that I'm working on and I can't, I really can't do that. But I can come in the next week, I think I can probably work that out.	来週来れるかはわからないわ。大きな仕事を抱えててすごく忙しいから2週間後だったら大丈夫かも。だから来週は無理。その次の週だったら多分これるかも。		
69	P	Well, let's plan to speak then and maybe we can talk a little bit more about this if that's ok with you.	じゃあ2週間後で。よろしければ次はもう少し詳しくお話しできると思いますが。	NC	NC
70	C	Alright I'll think about it	そうね、考えとくわ。		
71	P	Alright, thank you	ありがとうございます。	NC	NC
72	C	Ok	わかった。		

Global ratings

CCT: 2

SST: 2

PAR: 2

EMP: 2

Now I only wear yoga pants coded transcript これからはヨガパンツしか履かない

Utt#	Por C	Contents of Utterance	発言内容	Code	コード
1	P	Hello Ms. Fortune. I am Cindy. I am a health coach here in the clinic and I work with Dr. Jones. I understand that you saw her today and she encouraged you to talk with me. What is your understanding of that?	こんにちは、フォーチュンさん。私はシンデイと いて、このクリニック であなたの主治医と一緒 に働いている健康指導の 担当者です。彼女の診察 時に私と話してみること を勧められたんですね。 ではまずご自分なりに理 解されていることを教え て頂けますか？	NC  Q(rule d out SEEK)	NC  質問 (協力の探 索を除 外)
2	C	Well, we have been working on this issue with a chronic cough for over a year. It's gotten worse. It really worries me now because it has started effecting my voice. And that really scares me. Right now she's treating me for silent reflux which I had never heard of and I was really surprised about that. I started on the medication about a month ago. I don't want to take it long term if I can. So I asked her if their we other things I could do that might help with that.	ええ。ここ1年ほど慢性 的な咳のことで先生の診 察を受けてたんですが悪 化してきてるんです。私 が心配してるのは咳ばか りでなくついに声にまで 影響が出てきたことで、 すごく怖いんです。喉咽 頭逆流症っていう聞いた こともない名前の病気で 治療を受けてるんです が、そんな病気にかっ たってことだけでもびっ くりで。1ヶ月前から薬 を飲み始めましたが、で きれば長期服用は避け たくてお薬以外にできる ことはないか聞いてみた んです。		
3	P	Ok. Yeah. Sure You're looking	そうでしたか。自分で	CR	CR

		for some things that you can do yourself and hopefully get off the pills long term but still help the healing and cut back on the symptoms.	きることを探していっしやるんですね。薬を長く飲み続けなくても良くなって症状を改善できる方法があればいいなと望んでいっしやる。		
4	C	Yeah I am. I rely on my voice to make my living. I can't afford to have problems with it. So that is really important to me.	はい。そのとおりです。声が頼りの仕事なんです。話せないと稼げない。だからこれは私にとっての一大事なんです。		
5	P	Sure. So maybe you already know about silent reflux and how it effects your voice.	分かりました。そうすると喉咽頭逆流症についてとそれが喉にどんな影響を及ぼすかはもうすでにご存知なのですね。	CR	CR
6	C	The doctor explained that the acid normally used for digestion can back up into my throat and irritate the vocal chords and irritate the throat. It made sense when she told me about it. I had never thought about it before. Once she mentioned the symptoms and they matched what I was having I realized that I had probably been having some acid back up, particularly at night.	通常消化に使われるはずの胃酸が喉に逆流して声帯と喉を刺激する原因になるって先生から説明を受けました。考えたこともなかったわ。なるほどって思いました。先生が言ったのと私の症状がぴったり一致したんで、胃酸がね、特に夜のうちに逆流してたんだって気づいたんです。		
7	P	So it started to make sense when you heard about your symptoms and matched them with your own and honestly started paying closer attention to it.	ということは、症状についての医師の説明と自分の症状がぴったりマッチした時、何が起きているか腑に落ちて自分のこ	CR	CR

			ととして注意深く意識するようになった。		
8	C	Yeah... It did. And I'm like yeah that could be. And occasionally I'll even feel the acid coming up but mostly not. It's mostly irritating in the throat.	はい。そうでした。ああそうだったんだなあって。時々胃酸が上がってくるのがわかる時もあったけど、大抵は気づかない。喉がイガイガすることが多いです。		
9	P	Earlier you mentioned that you thought there were other things that you could do besides the medication to help. What have you heard about? What have you read about?	先に服薬以外に何か自分でできることがあるっておっしゃっていましたが、どんなことを聞いたり読んだりしてご存知ですか？	Q (reflection only setup)	質問 (聞き返しは質問の単なる前振り)
10	C	I did go to a couple of good, I think they are trustworthy medical websites like WebMd to check it out. Of course, as with every other condition, weight loss is the primary, or one of the things to do. I guess they think weight loss is the magic pill or cureall for everything. I did notice when I lost some weight last year. The end of the year I was going on vacation to Hawaii and so I lost about 10 pounds and I think I noticed a difference. I wasn't looking for these symptoms but it did seem to get better. Of course, in addition to the weight loss I didn't have any alcohol during that time as part of that weight loss effort and I think...I know I was reading online that the alcohol also effects it and makes it worse.	WebMdみたいな信頼できる医学情報サイトで幾つかいいものがあったわ。もちろん減量することは数ある方法の中の一つだけだけど。減量することが何をあいても成功の秘訣って考えられてるみたいね。去年ダイエットに成功したとき確かに自分で実感したわ。年末に休暇でハワイに行ったときね5キロ痩せたのよ。そしてたら違いが実感できたの。意図してたわけじゃないけど確実に具合が良くなったの。もちろん食		

			べ物に気をつけてただけじゃなくて、ダイエットの一環としてお酒も飲んでなかったの。インターネットで調べたときにお酒も症状を悪化させる要因ってあったのが頭の片隅にあったみたい。		
11	P	Yeah. And so looking back, losing weight and cutting out alcohol really seemed to help for you. And you're right, both of those things we encourage people to do and see if it works with this condition, this silent reflux. You were ahead of the game and didn't even know it!	はい。振り返ってみると減量したこととお酒を控えたことが効果があった。その通りなんです。両方とも私たちが日頃から咽喉頭逆流症の改善のためにお勧めしていることです。こちらから申し上げる前にもう自分で試されていたなんてすごいですね！	SR AF	SR 是認
12	C	Yeah.	はい。		
13	P	What else have you heard about?	他にご存知のことはありましたか？	Q	質問
14	C	Elevating my head during the night which I started. I added a pillow which I guess I need to figure out more about that but I am working on it. . Not wearing clothes that are tight around the waist! So now I just only wear yoga pants. That eliminates, to not wear anything tight, about half my clothes because I am at the top of my weight. But the one that really got me was to cut out spicy foods. I have been eating them all my life and never had any problem. It just seemed like, oh, man, I am not giving	頭を高くして寝ることを始めました。枕をもう一つ重ねるようにしてみたんです。それに腰回りがきつい寝巻きはやめたの！今は寝るときはいつもヨガパンツをはいてるの。ヨガパンツは体を締め付けないでしょ。おかげで着る洋服が半分にできたの。もう自己最高体		



		that up. I just can't see that it's a problem for me anyway.	重になっちゃってるから。でも一番驚いたのは辛い食べ物をやめなきゃいけないってこと。私昔から辛いものに目がなくてずっと食べ続けてきたけど何の問題もなかったのから。えーうそでしょって感じで、辛いものをやめなきゃいけない意味がいまいちわからないわ。		
15	P	I hear you talk and I just have to commend you for all of the steps you have already take. You went to credible websites to get information. You started trying things on your own. You reflected on what you have done in the past., the weight loss, the alcohol. It sounds like you are really determined and I can understand. It sounds like your voice is your livelihood. So I just want to commend you for your determination	お話を伺いして今までトライしてきたすべてのことを評価します。信頼できるサイトで情報を得たこと。自分なりにやってみたこと。今までやってきたことを振り返った。減量やお酒。強く決意されてることが伝わってきます。声で生計を立てていらっしゃることもわかりました。強い決意を持っていらっしゃることに手放しですごいなって思います。	AF	是認
16	C	Thanks. I really do depend on my voice. I have to do what it takes to keep it.	ありがとう。もう、本当に声にかかっているの。できることなら何でもやらなきゃいけないのよ。		
17	P	This is very critical for you.	ご自分にとってとても重大なことなのですね。	SR	SR
18	C	Yeah it is. And I've noticed with the coughing that it really	ええ。咳に関して気づい		

		happens a lot when I start to talk.	たことがあるは。話そうとする時ほどたくさん出てくるってこと。		
19	P	So if we could get a handle on this. I do have some additional strategies. Would you be interested in hearing them?	そうなると、この問題はここでしっかり取り上げておいた方がいいかもしれませんね。とっておきの対処法があるんですがお聞きになりたいですか？	SEEK	協力の探索
20	C	Yeah. Sure.	はい。もちろんです。		
21	P	In my experience, one of the most beneficial things for people to try is to not eating three hours before going to bed. And what that does is really give your digestive system some time to settle down, get into a more relaxed state, and reduce the acid. Again, not eating 3 hours before going to bed. What do you think about that as a possibility?	私の経験から最も効果的なのは就寝前3時間は何も食べないことです。なぜかという、胃酸を減らすには消化システムを落ち着かせ、よりリラックスさせるために十分な時間が必要だからです。念を押しますが、寝る前3時間は何も食べないこと。できそうですか？	GI SEEK	情報提供 協力の探索
22	C	Well, I think that I don't usually snack at night. We do try to eat at 6 and then go to bed around 9. So that seems pretty good at least on the routine days. That would be pretty good. Sometimes I have a glass of wine though while I am watching TV. Does that count?	ええ。夜に間食することはないと思うわ。いつも6時頃には夕食を済ませて9時には寝てるから。少なくとも普段の日は楽勝。大丈夫よ。でもね時々テレビを見ながらワインを一杯やるときがあるの。これもやめなきゃだめ？		

23	P	<p>Yes, unfortunately wine, having that wine later does effect the whole process and what is happening it is extending the digestion, your body is digesting the wine. But then the wine itself relaxes that rubber band at the top of the stomach, the sphincter and that can make the acid sneak through and get up to throat more easily.</p>	<p>だめです。残念ながらその一杯はすべてのプロセスに影響するのです。つまり消化時間を長引かせるんです。あなたの体がワインを消化している間に、そのワインの成分が胃のてっぺんにある括約筋というゴムの入り口みたいなところを緩めるので簡単に胃酸が喉まで逆流してきてしまう。</p>	GI	情報提供
24	C	<p>Yeah. I know. Well I could stop having the wine after dinner. I can just switch back to tea. It is just extra calories anyway. But you know, most of the time I can do that but it would hard to make sure that I always have 3 hours because you know you have company. Like last night we had people over and you eat later. I thought maybe I could stay up later but you know I really have to guard my sleep. I can't give up sleep just to calm my digestion down.</p>	<p>ああわかりました。食後はワインをやめてお茶にします。どちらにせよワインはカロリー高いですね。普通の日には寝る前3時間食べないことが出来るけど、毎日となると難しいかも。だって友達と一緒に時って誰でもペースが乱れるでしょ。昨日なんか来客があって遅くに食事と一緒にしたから、寝るのを3時間遅らせればいいのかとも思ったけど睡眠時間を削ってまで消化の時間を取ることはできないわね。</p>		
25	P	<p>Sure. There's a number of things to balance. And you know if sounds like most of the time you are able to capture that 3 hour window and let the digestion settle down before you go to sleep.</p>	<p>もちろんです。バランスを取ることも大事ですものね。大抵は食後3時間消化の時間を取って、そ</p>	CR	CR

			れから眠りにつくことが可能なようですね。		
26	C	Yeah I guess if I don't expect myself to do it all of the time, it will probably work. At least I think I can work on that.	はい。完璧に毎日守らなきゃって思わない方がうまくいくかも。最低でもチャレンジしてみようと思います。		
27	P	Uh huh. Great. That's great. Well hey, I know we have covered a lot of ground today, talking about different information, exploring options of what you can do to help yourself heal . What are you thinking about doing going forward?	そうですねそのいきです。今日はたくさん問題を扱いましたね。いろんな情報といえば症状改善のために自分でできることを選択肢を探ってみました。前進するためには何をしてみようと思いますか？	Q (could be SEEK)	質問 (協力の探索とされうる)
28	C	Keep on doing what I am doing. Like taking the medication. And then working on keeping my head elevated at night. I am going to work on eliminating the wine after dinner or anything after dinner really. And trying to get the timing thing done, just making sure that I get that 3 hours in. And I guess I'll consider another weight loss effort again at some point. I know it would help with a lot of other things too.	今やってることを継続すること。服薬を続けて、頭を高くして寝て、夕食後のワインも間食もやめる。そして消化の時間を3時間取ることに挑戦してみる。そしてそのうちまた減量にもトライするつもり。体重を落とすことでもいいことがたくさんあるから。		
29	P	Sure. Sounds like a fantastic plan! It is right in line with what we recommend to people in your situation. So do you think it be helpful for me to check in with you when you return to see Dr. Jones in a few months?	そうですね。素晴らしい計画です！同じ症状の人に勧めていることを網羅してます。後になります。次が次の主治医の診察時にまた私と進行状況を確認	AF SEEK	是認 協力の探索

			してみませんか？		
30	C	Yeah it would be helpful. And also, if you have some particular websites for information that you recommend, you know I want to keep exploring this on my own. I know there is a lot of whacky info out there. So if you have trusted sites or whatever that would be good.	ええ。それは助かるわ。それに、お勧めのサイトがあれば知りたいの。自分でも調べてみたいから。ネットの情報って玉石混合でしょ。信頼できる情報源やあなたがいいと思うものがあれば教えて。		
31	P	Yes, absolutely. We've got a lot of sites and resources. let me get the information for you right now. I'll bring it back in. And again, I want to appreciate the time you've taken to talk with me today. I can tell you are putting your health right at the center and I want to say keep it up. You're doing really good work!!	はい。もちろんです。お役に立ちそうなインターネットのサイトや情報がたくさんあるので、すぐ持ってきてお見せしますね。 それでは改めて今日は本当にお時間をとっていただきありがとうございました。健康に意識を向け直されたことが目を見張るようになってわかりました。その調子です。 とても頑張りましたね。	GI AF	情報提供 是認
32	C	Thanks. I appreciate that.	ありがとう。今日は本当に助かったわ。		

Global ratings

CCT 4

SST 4

Par 5

Emp 4

Interview 9: Overuse of Following  
 Interviewer: Stephen Rollnick, Ph.D.  
 Client: Barry  
 Context: Behavioral health care consultation  
 Time: 5 minutes  
 Focus: Smoking

Utt#	PorC	Contents of Utterance	発言内容	Code	コード
1	I	I can see it couldn't have been easy for you to get up here today.	今日ここまで来られるのは、そう簡単なことではなかったでしょうね。	NC - support	NC 支援
2	C	Well, I appreciate that you recognize that, 'cause it wasn't. I'm in a lot of pain and I would prefer to be at home with my leg elevated, but thank you.	ええ、まあ、わかってもらえるとありがたいです。かなり痛いので、家で足を上に挙げたままにしておいた方が楽なんです。でも、ありがとうございます。		
3	I	And I understand that you saw Dr. Ross, who advised you to come down and see us here in the clinic.	それで、ロス医師の診察を受けて、そこでこの相談室に行くように、私と話そうよと言われてたわけですね。	GI Structure could be considered	情報提供 構造化も検討される
4	C	I did. He replaced my ACL in my right knee, and I'm now having some complications due to the procedure, and he feels that smoking isn't helping the situation.	そうです。ロス先生は、私の右膝の前十字じん帯を取り換えたんですが、今、術後の合併症があれこれ生じてきて、先生は喫煙が良くないからだろうと思ってます。		
5	I	So you're having, it sounds like, a really tough time with the knee, having to have a second operation.	つまり、なんというか、膝は本当に辛い状態で、	CR - SST	CR 維持ト ーク緩

			二度目の手術も受けなければならない状況に陥っているわけで。		和
6	C	Yes. Yes, the fact that I need a second operation and the fact that I'm here, I'm wondering, you know, the thought's crossed my mind, I don't want to throw out accusations, but I wonder if there was some sort of mistake in the procedure and this might be a sort of diversion tactic. That could be due to other things, but I don't want to . . . I just want to be honest. The thought has crossed my mind.	そうなんです。そうなんです。2度目の手術が必要という事実、私がここにいるという事実、私も、その、色々なことを考えてしまうじゃないですか。私から口ス先生を訴えようとか考えているわけじゃないんですが、だけど、やっぱり手術ミスのせいじゃないかな、先生が誤魔化そうとしているんじゃないかなとか思うんですよ。合併症はなんか他のもののせいじゃないかなとかね。あの、でも、そちらを訴えようというわけじゃなくて、、、自分の意見を正直に言おうとしているだけです。そんな考えが頭をよぎるといっただけで。		
7	I	Yeah, because it sounds like something of a mystery to you, almost, why you're down here, and quite what went wrong there with the surgery.	ええ。あなたにとってなんだかミステリーのように思えるんですね。なぜ自分がここにいるのか、なんで手術がうまくいかなかったのか。	CR - SST	CR 維持ト ーク緩 和
8	C	Exactly, and I understand things happen, don't get me wrong. It's just, like you said, "Why am I here?"	その通りです、まあ世の中色々なことが起こるもんだと私もわかっています		

			すから、誤解しないでくださいね。まさにあなたが言ったように「どうして私はここにいるの？」というだけです。		
9	I	Right. Almost like he might have been trying to cover up a little bit something that had gone wrong in the surgery and this is like, "OK, now you need to go down and see the smoking cessation people."	なるほどね。医師は手術のちょっとした失敗を覆い隠そうとしているかのようで、そしてこんな感じなんですね、「ここまでは順調です、次にあなたは禁煙外来に行く必要があります」	CR - SST	CR 維持ト ーク緩 和
10	C	Well, you know, to me it doesn't seem like too far-fetched a situation. It happens all the time.	ええ、まあ、私にとってはまあそれほど強引につれてこられたというほどじゃないと思いますけど。まあ、よくあることなんでしょうね。		
11	I	Yeah. And that must leave you feeling a little bit disheartened about . .	ええ、それで少しがっかりしている。	CR	CR
12	C	A little bit. I feel like I'm just going through the motions so I can have him fix my knee.	少しね。従っているふりをして、それで膝を治してもらえれば、という感じですよ。		
13	I	Right.	なるほどね。	NC	NC
14	C	If he needs me to come here and talk to you about quitting smoking, then I'll do it.	もし、私がおここに来て禁煙について考える必要があると、ロス先生が言うならば、そうします。		
15	I	So in your heart you weren't exactly looking forward to	つまり、今日ここに来る	CR	CR



		coming up here today.	ことは本当は嫌だったわけで、心のうちではね。		
16	C	No, I'll be honest - no offence to you, or what you do as a profession. I'm sure there are people that can benefit from it. I just don't see how it applies to me.	そうなんです、正直なところ。あなたや専門家としてのあなたの仕事を責めるつもりはないんです。それが役に立つ人もいるでしょう。でもそれが私にあてはまるのかわからないだけなんです。		
17	I	Yeah. And the pain that you're going through with your knee and the confusion about quite what went wrong, it's like you don't really need another problem do deal with right now, eh.	ええ。ずっと持ち続けている膝の痛みと手術のミスについての混乱があって、この上にまた厄介なことはいらぬという感じがするんですかね。	CR - SST	CR 維持ト ーク緩和
18	C	Yeah, I have a lot on my plate.	そうです、もう手一杯なんです。		
19	I	Yeah	ええ。	NC	NC
20	C	Full-time job <u>healing up</u> .	まるで膝を治すだけでもフルタイムの仕事をしているみたいで		
21	I	Yeah, sure. And would you mind if I asked you how you actually felt about your smoking?	それはそうでしょう。それで実際のところあなたご自身は喫煙についてどう思っているのかお聞きしてもいいですか？	Q - not enough for a SEEK	質問協力の探索には不十分
22	C	Well, I use it as a release. I use it to get away from the stress of my profession. Of people I deal with, you know. I don't want to go through my life stressed out or angry and it relaxes me at the end of	ええ、喫煙はホッとするためです。仕事のストレス解消として使います。人間関係のストレスで		

		the day.	す。私は普段の生活の中でストレスを抱えたりイライラしたりしたくありませんし、要するにタバコを吸えばくつろげるんです。		
23	I	Right. So in the busyness of your everyday life this is something that's important to you.	なるほどね。日々の忙しさの中で喫煙はあなたにとって重要だということですね。	SR	SR
24	C	Yes, sir, it is. Absolutely. It's something I value as a quality of my life.	ええ、そうです。その通りです。生活の質を高められるんです。		
25	I	Right. And what other circumstances do you enjoy smoking in?	なるほど。それで、他にはどんな状況で喫煙を楽しんでいますか？	Q	質問
26	C	Social	つきあいです。		
27	I	You talked a little about work. Although, what sort of work do you do? I don't quite know.	仕事について少しお話しくださいました。それでどんなお仕事をされているんですか？私は知らないんです。	Q (SR only set up for Q)	質問 (質問のためのSR)
28	C	I'm in finance.	金融関係です。		
29	I	You're in finance, right. That's quite a high pressure sort of environment.	金融関係の仕事なんですね、なるほど。それは大変なストレスのかかる環境ですね。	CR	CR
30	C	It is. Perfection is expected	そうです。完璧さが求められるんです。		
31	I	Yes	なるほど。	NC	NC

32	C	And it's something I can't always deliver. I'll be honest.	必ずしも完璧にできるとは限りません、正直なところ。		
33	I	Sure	それはそうですね。	NC	NC
34	C	But when it doesn't get delivered, then I get told. They come down on me hard, management.	うまくいかなかったとき叱られます。経営陣にきつく非難されます。		
35	I	And the smoking	そしてタバコ。	NC	NC
36	C	And I want to smoke more.	もっと吸いたくなる。		
37	I	Yes, I was just going to say, and the smoking fits in there as a sort of release valve.	ええ、そう言おうとしていました、喫煙はある種の解放弁になるんですね。	CR	CR
38	C	Absolutely. Absolutely. Not only that, you know, I hang out with my friends who smoke, and it kind of gives us privacy. No one wants to be around smokers, as you probably know, if they don't smoke, so we can sit out there and puff and talk and it helps.	その通りです、正にその通りです。それだけではなくてタバコを吸う友人との付き合いがあって、一体感があるんです。たぶんおわかりでしょうが、タバコを吸わない人は誰も喫煙者には近づきたくないのです、私たちは座り、タバコをふかし、話しをし、タバコが役立つんです。		
39	I	And so the social side is also important to you.	社会的な面も大切だということですね。	SR	SR
40	C	Oh sure, sure. You know, like with the new laws, smoking laws saying you can't smoke in a bar, that's created a whole other social circle outside the bar where	ええ、そうです、そうです。ご存知の通り新しい法律、喫煙法ではバーでの喫煙が禁じられていま		

		you have to go to smoke, so	す。それで外に出てタバコを吸わなくてはならないので、そこに社交場ができてるんです。		
41	I	I see, and so	なるほど。。。	NC	NC
42	C	Almost another place to hang out now.	今ではほとんど行きつけの場所の一つになっています。		
43	I	And there's another opportunity to be with kindred folk.	それが親しい人と過ごす別の機会になっている。	CR	CR
44	C	Absolutely. Like-minded people. Not feeling like you're being judged for being a smoker.	その通りです。同士です。喫煙者であることを咎められない仲間なんです。		
45	I	And so how did you feel about coming down here today to talk about all of this?	今日こういうことを話すためにここに来ることについてどう思いましたか？	Q	質問
46	C	A little chagrined, a little chagrined, I'll be honest. Like I said before, no offence to you.	ちょっと残念、ちょっと残念、正直なところ。最初に言ったように、あなたを責めているわけではないです。		
47	I	Sure	なるほど。	NC	NC
48	C	for your business, but I don't feel I really need to be here	あなたの仕事ですから、でも私はここに来る必要があるとは思っていません。		
49	I	Sure OK	ええ、わかりました。	NC	NC

Global ratings

CCT 2

SST 2 (cuddling the problem)

Par 4

Emp 5

The Confirmed Smoker  
 Interview 4: The Confirmed Smoker  
 Interviewer: Theresa B. Moyers, Ph.D.  
 Client: Richard  
 Context: Health care  
 Time: 16 minutes  
 Focus: Tobacco cessation

Interview 1: やめる気のない喫煙者  
 Interviewer: テレサ・ B・ モイヤーズ博士  
 Client: リチャード  
 Context: 健康行動領域  
 Time: 16 分間  
 Focus: 禁煙

<p>This is a fellow who was hired as an actor to develop a simulated patient role. While he was preparing, for the role, however, he took a smoke break in the hallway, and it occurred to Dr. Moyers to ask him whether instead he would be willing to talk about his own smoking, not as an actor but as himself. He agreed, and this is the fast-paced interview that immediately followed. This is, to me (WRM), one of the most artful examples of motivational interviewing in action. Clearly he did not come in with any thought of talking about his smoking, so in that sense it is an opportunistic intervention. Dr. Moyers makes it look so easy, but what happens here within sixteen minutes is really quite skillful.</p>	<p>このクライアントは、患者役をするために雇われた俳優のほうでした。しかし、撮影の待ち時間に、彼は廊下で喫煙しながら休憩していました。それを見たモイヤー先生は、役者としてでなく、自分自身の喫煙について話してみないかと尋ねられたのです。彼は同意しました。その後すぐに行われたインタビューです。これは、動機づけ面接の実際として、とても良い例です。このクライアントは喫煙について話そうという気は全くなかったため、たまたま行われた面接です。モイヤー先生は、簡単にこなしていますが、16分の間に行われた内容はとても巧妙なものです。</p>
---	---

Utt#	Por C	Contents of Utterance	発言内容	Code	コード
1	I	Richard, you've agreed to come in today and talk to me a little about your smoking. Can you tell me a little bit about that?	リチャード。こんにちは。少しあなたの喫煙習慣について話してくれますか？	Q	質問

2	C	Well I was thinking about this before we were talking about it, that if I were able to sit down right now and have a cigarette, I would, because I like to smoke.	はい。そのことについて話す前に少し考えていたのですよ。私は、座ってゆっくりできるときは、たばこを吸いますねえ。たばこが好きですからねえ。		
3	I	So being in front of the camera makes you feel like you want to have a cigarette.	カメラの前では、たばこでもすいたくなってしまう。	CR	CR
4	C	Actually, my whole life is based around a cigarette. When I get in my car I smoke a cigarette. Of course in radio or in other fields you can't usually smoke on your job, so you have to take those breaks, but in the older days I used to be able to smoke anywhere, so it makes it a little bit tougher. But yeah, if I could have a cigarette right now I would.	実際わたしの生活は、たばこ無しでは考えられません。車の中でも、ラジオを聞きながらでもたばこを吸います。仕事中は吸えないです、だから時々休憩が必要です。でも昔は何処でも吸うことができました。最近はそれが難しくなりました。そうですね、今吸っても良いならすぐにでも吸いますよ。		
5	I	It's that much a part of your life, that you feel like you would have one even right now.	たばこを吸うことは、あなたの生活の一部になっている、そして今この時間も吸いたいと思うのですね	CR	CR
6	C	Absolutely. And I think you find yourself going out at 10 o'clock, 11 o'clock at night to go to the store to grab a pack of cigarettes when you smoke because it's what you need, physically need it, but you also like it because you enjoy it.	その通りです。夜の 10 時でも 11 時でも出て行って、たった一個のたばこを店まで買いに行く。それは体が欲しているから必要なことですし、しかも、それを楽しんでいて、タバコが好きなんです		
7	I	Right. There's a part of you that really enjoys smoking.	なるほど。あなたは本当にたばこを楽しんでいるということ、タバコはあなたの一部なのです。	CR	CR
8	C	Right. And then there's a part	そうですね。また、私の別の		

		that says, "You really don't want to, or you shouldn't." And it has nothing to do with people saying you can't. It's the fact that after a period of time you start . the flavor of the taste, the problems becomes an issue.	部分では「本当に吸いたいわげじゃないし、吸っちゃいけないんだ」とも言います。他の人が吸っちゃいけないということとは関係がありません。吸い始めて香りや味を感じて、それからしばらくするとタバコの害のことが気になる、それも事実なんです。		
9	I	Mm hmm. On the one hand you really like it, and it's good for you . helps you, and on the other hand you're noticing some things you don't like about it, like you have to go out at night and get it, you have to look for a break, and then there's also something about the flavor and the taste, you said.	ふーん。本当にたばこが好きだと、自分にとっても良いことで助けてくれる物であるという一方で、あまり良くないことだと思っていることにも気づいている。夜遅くに買いいたり、喫煙場所を探したりしなければならぬ。それに香りや味も問題だと思っているというのですね。	SR	SR
10	C	Yeah. You just get to a point where it's not enjoyable anymore. You're just doing it strictly out of habit, probably because of the nicotine that you want, but it's really not because you want it. It's because it gets to a point where you have to have it. And I've never tried to quit. I mean, I've been smoking for a long time and I never once said, "You know what, I'm going to quit smoking."	ええ。どこかでまったく楽しめないという感じになる。 。まったく習慣のせいで吸っているという感じです。たぶん体がニコチンを欲しているせいです。でも本当は自分自身が、欲しがっているのではないのです。ある時点で、「吸わなきゃいけないから、吸う」という感じになる。それでも、私はやめようと試したことがない。つまり、私はずっと長い間喫煙していて「そろそろ禁煙しようかな」なんて一度も言ったことがない。周りの人はタバコを吸わない私を想像できないと言うし、もし、タバコなしでどのように見えるか想像す		



			らできないとずっと言われてきました。		
11	I	And why is that, do you think?	どうしてそんなことになったと思いますか？	Q	質問
12	C	I think it becomes so much a part of your life, it becomes what you do, it's everything that you are . . . if you go fishing, you go hunting, you go to sporting events, everything you do . that cigarette becomes part of who you are, even to a point where you can't imagine yourself looking in a mirror without holding a cigarette. It is part of you, part of who your character is, even.	それはもう自分自身の一部。自分のすべてです。もし、釣りに行ったり、狩りに行ったり、スポーツのイベントに行ったり何処にもついてくる。もう鏡の中のたばこを持っていない自分の姿なんて想像できない。自分の一部、人格の一部という感じ。		
13	I	So cigarettes are now a part of your character.	たばこは、もう人格の一部であると。	SR	SR
14	C	Absolutely. It becomes part of your character. I've had people tell me they can't even imagine me without a cigarette, can't imagine what I'd look like without a cigarette.	その通りです。お前の人格の一部になっている。たばこを持っていない私は想像できないって言われたことがあります。本当はたばこなしでいたいって思っているなんて想像できないって。		
15	I	And you can't even imagine yourself without a cigarette.	そしてあなた自身も、たばこ無しの自分を想像もできない	SR	SR
16	C	No, so you just . . . it becomes who you are. But at the same time you know some things are happening. One is you know that the taste isn't there anymore. The cost is getting really really high, so now you're finding yourself going to these lesser brands, or making this run to the rez so you can bypass . . . I mean you have to do so much to smoke a cigarette and to maintain that desire that it gets really ridiculous, quite frankly.	そうです。今の自分ようになってしまうわけです。だけど、やっぱり何かが変わってきているとも思います。一つには、味がもう前のようなのです。値段も本当に高くなったし、それで安いタバコに切り替えるようになってるし、免税店に走って行ったり、タバコを最後の最後まで吸うようになってる。タバ		

			<p>コを吸うためにいろんなことをしなくちゃいけなくなっているし、吸いたい気持ちを満たすことが、正直、バカバカしいっ</p>		
17	I	<p>Smoking used to be carefree for you, but now it's actually causing you a lot of trouble.</p>	<p>喫煙は、以前は気楽なことだったけれど、今や実際には悩みの種となっているんですね。</p>	CR	CR
18	C	<p>It's a challenge now. It's not just go get a pack of cigarettes. It's now, "How much do they cost? Which ones are the cheaper ones? Did you pick up a carton at the reservation 'cause it's so much cheaper with no taxes. Did you burn that hole in your clothes? Oh my God, that shirt . I burned a hole." I mean, you start running into more and more issues. Then you start wondering, "What's the return of this? What is the value?"</p>	<p>今は吸うのも大変なんです。ただタバコをひと箱買いに行くだけのことじゃないんです。今は「いくらか？これより安いものはどれか？税金がかからなくて安いからインディアン居留地で何カートン買って来たのか」なんて考えるし、「服に丸い焼け焦げを作ったことなんかあり？なんてこった。ホントにシャツに焼け焦げが...」つまり、次から次に問題が出てくるんです。そして自分でも考え始めます「これだけやって何か見返りがあるのだろうか。この価値って一体何なのだろうか？」と。</p>		
19	I	<p>Yeah, I was just going to ask you about that, because you mentioned earlier sort of you're smoking more and enjoying it less, and not only that, but then here come all of these sort of burdens or costs.</p>	<p>前よりもタバコを吸うようになって、同時に楽しめなくなって、そればかりじゃなくなって、こうした色々な問題やお金のことも起きるようになってきたんですね・・・</p>	CR	CR
20	C	<p>I would be a terrible smoke commercial. A terrible commercial.</p>	<p>これじゃあ、タバコの宣伝にはならないですね。まったく酷い宣伝だ。</p>		

21	I	It's almost like if you were trying to convince yourself to smoke, you'd have a hard time doing it.	つまり、タバコを吸おうと自分で自分に言い聞かせたとしても、そう簡単にはいかないということですね。	CR	CR
22	C	It would be like the old saying, "Smoke less and enjoy more," but it's just the opposite: smoke more and enjoy less, so it would be a terrible advertising campaign. You just get to the point where you finally decide for yourself, you know, somewhere along the line you know in the back of your mind, somewhere in the back of your mind you're saying, "You know there's gonna come a time when I'm gonna put these down."	昔のことわざで「タバコを減らして、もっと楽しめ」というのがあります。また、実際は反対です。「タバコをたくさん吸うと、楽しみはもっと減る」と。だから、私が宣伝に出たらひどいことになりますね。最後にはどこかで、自分で決心しなくちゃいけないというところに来るんですよ。心の奥底で長い間にどこかで「タバコをやめる時が来るんだよな」と自分で分かっているんです。		
23	I	You're thinking about it.	あなたは、まさにそのことを考えていらっしゃるのです。	SR	SR
24	C	Absolutely, because of the involvement, the . . . how much it's involvement is to smoke. It's too much, besides the fact that it's even considered socially unfair, or whether you want to consider it fair or unfair . . . unacceptable in so many arenas. People go out of their way to make an example by saying, "Oh my God, he's smoking. How . . . could you move that away over here?" People become very rude with it. Yet at the same time it's sort of a two-edged sword. You have the one side that says, "Don't smoke," and then the other side that says, "Keep smoking, because we're going to use it for health care." It's sort of a bizarre, so in your mind you're going, "What is this?" The smoker looks at this	その通りなんです。問題ですからね、喫煙は、いろんな意味で問題なんです。良いこととか良くないこととか考えるまでもなく、社会的によくないことなんです。本当にいろんな場所で受け入れられません。人は言いますよ、「なんてこと！あの人タバコ吸っているわ！あっち行きましよ」てね。人は、たばこに関しては本当に無礼になりますよ。それで同時に二つの刃が向ってくるんです。一つは「タバコはやめなさい！」もう一方は「吸っておきなさい。その分は私たちのヘルスケア費に		

		as a whole different way than the nonsmoker.	使えるから。」本当にそれは奇行のようなものです。「何をしているんだろう」と思えてくる。たばこを吸う人は、たばこを吸わない人とは全く異なった方向から見ているんです。		
25	I	Well, it sounds like every time you try to think about one side of it, you have to end up thinking about the other side of it.	まあ、あなたは、いつも一方から考えようとしておられるようですね。反対側から考えてみることも必要ですね。	CR	CR
26	C	Yes. It's just a constant, it's a conversation in your mind .	そうですね、いつも心の中にある会話ですね。		
27	I	Mm hmm.	ふーん	NC	NC
28	C	It's not as free as the early days when you went down and got a pack for 25 cents. For God's sakes, you could go into a building and they would have a cigarette machine. You put a quarter in and it didn't matter how old you were, and pull the lever and pull out your cigarettes, and you smoked and no one thought much of it. I can remember smoking in the theater, smoking on an airplane, smoking in your job, smoking all the time whenever you wanted to. It was just considered a norm.	24 セントで買えた、もう昔じゃないんです。信じられないことに、何処の建物でもタバコの自動販売機があった。25 セントを入れたら、年齢なんか聞かれなかった。レバーを引っ張ってタバコを手に入れることができた。みんな吸っていた、映画館でも、飛行機でも、仕事でも、いつでも好きに吸っていたことを覚えていますよ。ほんと普通のことでした。		
29	I	Right. You didn't used to think about it very much, and now you're thinking about it all the time.	そのとおりです。前はあまり考えなかったのに、今では常にそのことを考えているのですね。	CR	CR
30	C	Now it becomes an issue because it's not enjoyable in many many areas of the smoking experience. It's not just the smoke, the flavor, it's the social norm, it's what it	今は、喫煙が色々な面で楽しめなくなったので、問題になったのです。におい、社会の道徳、費用など色々な面が含		

		costs you to buy them, what's all involved. And then, of course, the issue of health, which is the older you get, you begin to realize that it's starting to affect you. And every time you go to the doctor, he says, "Oh, by the way, have you thought about quitting smoking? You know, you ought to be considering that." So you're constantly having this little, and friends and relatives and people that don't smoke say, "You know, I quit ten years ago. You might want to consider it. It changed my life. Food tastes better." All that good stuff. You're hearing all these positives when you're dealing with all these negatives.	まれます。そしてもちろん健康面もです。それは、老化させますし、自分の身に始まっていることも実感しています。医者に行く度に、「ところで、タバコを辞めようとは思わないですか？考えた方が良いですよ」と言われるのです。そうなんです、タバコを吸わない友人や親戚から「私は10年前に辞めたよ。君も考えたら。辞めたら変わるよ。食べ物がおいしくなったよ。」とかいつもいつも言われます。そんなすべてのことが、自分がタバコで悪いことがいっぱいあるのは分かっているし、周りから辞めた方が良いことばかり聞かされるのです。		
31	I	Let me see if I can see what you've just said. One is, you're worried about your health	あなたのおっしゃていること確認させてくださいね。ひとつは、あなたは自分の健康を気にしているのです	CR	CR
32	C	Oh sure.	そうです	NC	NC
33	I	Every time you go to the doctor, the doctor says something.	病院に行くたびに、医者にかかれてしまう。	CR	CR
34	C	Sure	そうなんです。	NC	NC
35	I	Second of all, you're thinking about the social stigma, that people are always just sort of looking down on you 'cause you're a smoker, and saying something like "Have you thought about smoking? You should stop smoking."	もう一点は、社会的なことも気になっている。喫煙者として見下されているような気がする、そしていつも言われる、「タバコどう考えている」とか、「やめるべきよ」とか	CR	CR

36	C	Yeah, you have a lot of things coming negative, more than positive. When you first started . when I first started years and years ago, smoking was considered a positive thing, not a negative. You know, “I’d rather fight than switch” with Tareyton, “Enter into the cool country” with Salem, I mean everything was built around the advertising campaign to make you feel as though it was OK. And then, of course, your friends did it, and it was part of that passage from being a child to an adult when a guy would have his cigarette, and if you’re really good you rolled your own. Then you were just really macho.	喫煙には、良い点より悪い点 はがいっぱいなのです。タバ コを吸い始めた何年も前は、 良いことだけで悪い点何て考 えなかったのにね。知ってい ます？昔のタレイトン（タバ コメーカー）のキャッチフレ ーズで「切り替えるより、戦 う」とか、セーラムタバコの 「クールな世界へようこそ」 とか、タバコの宣伝は、どれ もタバコは問題ないよって気 持ちにしていた。友だち達も 吸っていたしね、タバコを吸 うってのは、子どもから大人 になる儀式の一つだった。タ バコ吸ったら一人前になった 気がしたもんだった。本当に 大人の男になった気がしたも のです。		
37	I	Mm hmm.	ふーん	NC	NC
38	C	And then you had the Marlboro guy, and all the guys wanted to look like that really pure type person. So, yeah, from standpoint you saw the positives. Today you see the negatives, and you hear the negatives.	そ、マルボロのCMに出てく るような、みんなあんな男に なりたいって思ったよ。それ が当時は良かったんだ。それ が今や、よくないことに見え るし、聞こえるんですよ。		
39	I	You’re seeing the negatives.	よくないことに見える。	SR	SR
40	C	Absolutely	そのとおりです		
41	I	And you’ve thought about quitting.	だから辞めようと思ったので すね。	SR	SR
42	C	Yes. It’s entered my mind many times in the last year or so.	そうなんです、去年ぐらいか ら何度もそう思うことがある んです。		

43	I	And what do you think has kept you from trying, because it sounds like you're thinking hard about quitting and experiencing a lot of negatives.	タバコのマイナスの点をいっぱい経験して。辞めたようかと思っていながら，そうできなかった理由はなんだと思いますか	Q	質問
44	C	I think there's two things. One is that it's become such a normal thing for you. Imagine yourself not having one, getting in the car, because everything you is circled around that. So you get in the car and you smoke a cigarette. Then you light up as soon as you get in the car, as soon as you walk out of a building, as soon as you get out of your office, as soon as you finish with a client, and as soon as you finish eating dinner . .	そうですね，二つの理由があると思います，一つは当たり前のことになってしまっているってことです。タバコなしで車に乗ることを想像してみてください。これまではタバコが常にあっただです。車に乗ればタバコを吸う。乗ったらずぐにタバコに火をつける。建物を出たらすぐに歩きながらすぐに，オフィスを出たら，クライアントとの面談が終わったらすぐに，夕食が終わったらすぐにね。		
45	I	So is it kind of like this, like you can't even imagine what it would be like not to have a cigarette	そうなんです，あなたはタバコ無しではどんな状態が想像もできないって感じですか。	SR	SR
46	C	Cannot even imagine being without a cigarette.	タバコ無しって想像もできないです。		
47	I	You can't even imagine it.	想像さえできない	SR	SR
48	C	No. Truthful.	できない。どうしても		
49	I	Mmm. When you think about your life without cigarettes, it's just a big blank.	むー，タバコの無い自分の生活を考えたら，おっきな穴が空いたような感じ	CR	CR
50	C	Yeah, it's just bizarre. What am I going to do?	そうですね，まさに異様な状態ですね，どうすればいいかわからない。		
51	I	OK, so that's one thing.	わかりました，それが一つの	NC	NC

			理由ですね。		
52	C	Yeah, that's one thing.	そうそれが一つの理由		
53	I	It's like jumping off the edge of a cliff, and you can't even see where you're going.	それは崖から飛び降りるような物，どうなってしまうか分からない，	CR	CR
54	C	Very true. And the second part of it, of course, I think without a question, is that fear of what you're going to go through when you quit, that withdrawal of that nicotine.	まさにそんな感じです。そして二つ目の理由は，聞かれる前に言いますが，辞めたときにニコチン中毒からの離脱がどんな感じなのか怖いのです。		
55	I	You're worried about that.	心配なんですね	SR	SR
56	C	Sure. You're worried about that, and you've heard, "Oh my God, the first ten days are just disgusting. You'll go crazy. You'll be nuts." And you hear . . . You know, I don't want to go through this.	そうです。最初の 10 日間はひどくしんどいって聞きました。気が狂ったみたいに，おかしくなってしまうって。そう聞くんです，そんな風になりたくないんです。		
57	I	You don't want to be crazy.	狂ったみたいになりたくない	CR	CR
58	C	No, I don't want to be crazy for ten days. I'll just smoke. So that's what you're dealing with. You have to . . . There's a physical part of that, and then there's a mental part, so both of those have got to mesh at the same time before you finally say, "OK, I don't care if I have to go through ten days. I've got to quit." And I think that when finally those two . . . for me anyway, when those two roads collide , or when those two roads intersect with each other, I think that's when you're finally able to make that choice.	そう 10 日間も狂ったみたいになりたくないです。だから吸ってます。だから吸い続けるし，続けないといけないんです。精神的な面と身体的な面があるんです。さあそんな 10 日ぐらいなんてこと無いや！辞めたぜ！という前にそのどちらかが絡まってくるんです。その二つのことがどうしても私には・ ・ その二つがぶつかって，重なり合って，最後には選択できるとは思うんですが。		
59	I	And how is that going to	それがあなたに起こっている	Q	質問



		happen for you?	ことなんです		
60	C	I think constantly reinforcing in your mind that you want to quit. I think you know constantly saying to yourself, "Gee, this is getting to be a pain." Or maybe it could be just that one time when you are sneaking out of the house on a cold winter night at 11:30 with ice on the road, and you're driving to go get a pack of cigarettes, you finally go, "Wait a minute. This is insane! This is really insane."	辞めたいという気持ちが、強まってきていると思います。いつも心の中で言っています。ちえ！面倒になっているだろって。あるいは、寒い冬の夜中 11 時半にこっそり家を抜け出して、凍った道をドライブしてタバコ一箱を買ってくる。そんなときはこれってほんとは変だろ。おかしいだろって思うんです。		
61	I	Well, I get the feeling that it's coming for you.	そうですね、あなたにその時期が来ていると私にも感じられます。	NC This comment is complex and difficult to code. A CR code would not be wrong but if it requires substantial time and concern on the part of the coder, a No Code is appropriate	NC この発言は複雑かつコードが難しい。 CR とするのは誤りで、十分な時間と関心がコーダーに必要になるならば、NO CODE が最も適切である。

62	C	It is.	そうです		
63	I	It's on the way.	考えようとしている途中ですね	CR	CR
64	C	Right, it is on the way, because it's time. You just know somehow	その通り。もう、考えだします。今が潮時だと。なんかわからないけど、とにかくわかるんです。		
65	I	It's time right now	それがまさに今	SR	SR
66	C	It's time.	そのときです		
67	I	And you know	そしてわかっている	NC	NC
68	C	And you know it's time, and the body is saying it's time, and the mind is saying it. That's why I say I think the two roads have to intersect, and when they do, you'll do it.	そして、今やその時だし、身体も心もそう言っています。そういうわけで、私は2本の道が交差しなければならないと思います。そして2本の道が交差するとき、それをするでしょう。		
69	I	And when you look ahead, right . if you look ahead, say, a year, do you see those two roads coming together?	そして、あなたは先を見通して、この二つの道がずっと並んでるって感じ？	Q	質問
70	C	I think I see it sooner than a year. I think I see it sooner.	それは、一年以内だと思いますね。すぐだと思います。.		
71	I	Even sooner.	思ったより早い	SR	SR
72	C	Yes. I think there comes a time when you just have to just finally say . . . I just gave you the reasons why it's so bad to smoke.	そうです。いつかは、そうしなければならないときが来るのですから、喫煙がの悪い理由はわかっているの		
73	I	Yeah	そうです。	NC	NC
74	C	If you're constantly reinforcing that in your mind, and you're remembering it every time, then eventually you'll say, "You know what? I think I've	人が自分の心の中で思っていることをいつも強めていたら、そして、いつも思い出す		

		convinced myself.”	ようにしていたら，いつかは，こう自分に言うでしょうね。”あのね，私は自分に十分いきかせたんだ。”		
75	I	And is that how it will happen for you . that you will wake up one day and you'll say, “That's it. I'm ready. I'm done”?	そしてあなた自身に何が起こるのか，ある日，目が覚めてそうだ！準備できた！できた！って	Q	質問
76	C	I think that's the way it will happen. And like I said, it should have happened when it's January and there's snow on the ground and you're driving at eleven o'clock to get a pack of cigarettes. That should have been the time, but it's the insanity of it because of that addiction, and it is an addiction, and it is the insanity that you don't want to go through that withdrawal and at the same time you can't imagine yourself without it. But somewhere along the line you have to make that decision.	そんな風に起こると思います。私が言ったように。1月雪の日，タバコを一箱買って来た夜 11 時に車を運転しながらね。こんな時間だぞ，これは依存症による狂気だ，依存症だ。離脱症状が嫌だから，そしてタバコ無しの自分が想像できないからこんな馬鹿げたことしてるんだ。しかし，もう決心しなければいけないこ		
77	I	I wonder what things you've thought of to make yourself successful once that decision comes to you, “OK, now I'm going to do it.”	あなたは，自分自身決心しようとしているのかしら？「そうだ，今こそ，その時だ」って。	SEEK	協力の探索
78	C	Well, I think leading up to it, I think you have to get psychologically . . . I don't want to have to go to the doctor to get some kind of patch or some kind of medicine to go through that, 'cause that makes no sense to me. I think you're just going to have to go through that withdrawal and go through it the best you can. And I think reading some articles, going on line, reading what people do, try to get an idea of what they do exactly to try to get them through it, and then maybe emulate some of the ideas and	そうですねえ，そうなると思っています。精神的には，そうすべきだと思います。そのために医者に行って，禁煙パッチや薬をもらわなければならないのは嫌なんです。そんな物は私には効かないからね。離脱症状をやりすごして，できる限りのことをしようとするべきだと思います。いくつかの記事を読んだことがあるけど，止めよ		

		take in some of the ideas.	うとしている人，止めた人が実際どうだったのか，それを実際やり抜けた人の考えがどうだったかを知らうとしてね。それでいろんな考えが対立したり，一部を取り入れたりね。		
79	I	You'd like to get some ideas from other people who have been successful.	あなたは，禁煙に成功した人たちがどんな風に考えていたのかが知りたいのですね。	CR	CR
80	C	Yeah. I've had some of my friends who have quit, but they're sort of vague. I'd like to look at, you know, a lot more people talking about it, how they quit and what they experienced, and be honest about it. Because it seems like people say, "You take this pill." Whenever you see these ads, "Would you like to quit smoking." You know, "Call 1-800 and get this patch sent to you or whatever," but no one ever tells you the ramifications of it. I mean and people brush it off. It's like a bad experience.	そうなんです，何人が禁煙した友達もいるのですが。彼らの考えは，何となくはっきりしていなくて。禁煙について多くの人の話が聞きたくて，止めたときどうだったか，どんなことを経験したとかね。宣伝を見てるとね「この薬を飲みなさい」とか，「禁煙しませんか」「電話ください，この貼り薬を送りますとか」「副作用無いですよ」と言われると，そんなのってかえってその気をなくすと思うんです。禁煙が如何に大変なことかって思ってしまう。		
81	I	So one of the things that would be more, most useful for you is if you had more information about what it's really going to be like when you stop.	そうですね。あなたが止めるときにどんななのをもっと有用な情報がほしいということですね。	CR	CR
82	C	I think people need to know exactly what . . . right.	みんなは，実際どうなのかが知りたいんです。そうなんです。		
83	I	'Cause you can't see that now.	だから今ではないって思っている理由ね	SR	SR

84	C	No I can't see it until I go through it. Then I probably don't want to talk about it after I'm done. I mean none of my friends do. It's like it's a horror story. "It was tough, but I made it."	それが分かるまで無理ですね、たぶんね自分が終わったらどうだったとか言いたくないでしょうね、友だち達もそうだから。言いたくない話なんでしょう。つらかった、でもやりきったよってね、		
85	I	Maybe you're gonna find somebody that's been through it fairly recently, but was successful, so that they can tell you blow by blow this is what it's gonna be like.	多分あなたは最近うまく達成した人から聞きたいんですね、こんな感じだったよってサラッとってくれるような人から。	CR	CR
86	C	Yes, because I think if I understood what I was gonna go through . . . I mean it would be like going to a surgery and you're talking to the doctor, and he doesn't tell you what you're going into. "We're just going to take you in and we're gonna do this to you." You really want to know, how long am I gonna be there, what am I gonna go through, what are the procedures, how long will it take me, you know, etcetera. I think the same thing applies for smoking. OK. What happens the first day I decide not to smoke? What happens at 10:00 at night. What happens when after I finish eating a meal I'm gonna want that cigarette? What happens when I get in my car, which I always . . . What do you do? Do you not have them with you? Do you have a backup in case you're just gonna go crazy? What do you do?	そうなんです、だって、どんな風になるか分かっていると思うんです。手術を受けに医者のところに行ったらとします、医者はどんな風になるかは言いません。医者は「自分はこうしますとか、これをこうします」とは言います。知りたいのは、どれくらいの時間がかかるのか。どの手技ではどんな風になるのかなとか、それにはどれくらいの時間がかかるのかなど、そんなことが知りたいのです。禁煙でも一緒だと思います。そう、吸わないって決めた初日にはどうなるのか。夜の10時には何が起こるのか。食事の後どうなるのか、吸いたくなるときはとか、車に乗ったら？いつも吸っていたのに、じゃ、何をすれば？タバコ無しってどんな感じ？気が狂いそうになったら、何か方法がある？どうすれば？		

87	I	You said something there: "In case you go crazy."	気が狂いそうになったらどうしようかと？	CR	CR
88	C	In case you go crazy.	そう狂いそうになったら		
89	I	I wonder if you have a feeling like you might go crazy.	狂いそうになるかもしれないって思っているんですね。	Q	質問
90	C	I think you do. I think you will feel like you're gonna go crazy. I think there is, when you smoke a long time, I think nicotine is a strong addiction.	そう思っている。狂いそうになるかもって思っています。長いこと吸っていたし、ニコチン中毒だと思うからね。		
91	I	And you're kind of worried that you might just go out of your mind.	だから、自分の気持ちもどうなってしまうか分からないと心配している。	CR	CR
92	C	I think you go out of your mind. That's the impression I get. I think you just go crazy, driving down the freeway with no cigarette would be nuts when you've done it for so long.	わけが分からなくなると思えます。そんな風に思うんです。タバコ無しで高速道路をそんなに長い時間運転するなんて、正気ではいられないでしょう。		
93	I	It just feels crazy.	正気を失ってしまう	SR	SR
94	C	Yeah, it would feel crazy.	そう、正気を失うでしょう。		
95	I	It feels crazy to give it up, and on the other hand it feels crazy to keep doing it.	それを止めるのは狂気じみている。一方で吸い続けるのも狂気じみている、	CR	CR
96	C	I could get antsy just now talking about it, just thinking about the fact of not having a cigarette. And just talking about it enough, you start craving it already. I would light up right now if I could.	こんなことを言っているだけで、タバコを持っていないって考えるだけで不安になります。そんなことを言っているだけで吸いたくなるんです。できるなら今でもタバコに火をつけたい		
97	I	Really, then, you're thinking about a change that's coming up soon, and you need to have more information about that	ほんとうですか。それで変わることを考えている、もうすぐと思っている、そしてそう	SR	SR

		before you can do it.	する前にもっと情報がほしいのですね。		
98	C	Yeah, I think you do need more information. I don't think it's something that you . . . I think you need to know what you're going to experience, what can happen to you, and what it's like. But I think you also need to know the positive sides of it. Somebody says, "This is what happened after I quit. This is how I felt afterwards. This is how good it felt." Or "This happened to me," or "Can you imagine how much money you'll save." I mean, I need to hear some of the positive reinforcement of why quitting is going to have a benefit.	そうです。もっと情報が必要だと思います。自分のことではないんです。どんなことを経験するのかを知ることが必要なんです。「止めた後こんなことが起こります, その後こんな風に感じます。そう感じることは良いところです。」とか「こんなことが起こったんです」とか「いくら節約になったか想像できる？」私は, ポジティブな意見を聞きたいです, 止めたらどんなに良いのかといったね。		
99	I	Uh huh. So one thing you need is more information about the physical withdrawal and some ideas about how you're maybe not going to go crazy.	うんうん, あなたが知りたいのは, 禁断症状で体に起こること, 気が狂いそうになったらどうしたら良いかに行ったことですね。	SR	SR
100	C	Yeah, I don't want to go crazy.	そうです, おかしくなりたくないんです。		
101	I	And then also it sounds like you need some, to hear some positives.	それで, あなたが必要なのは, 何かポジティブなことを聞きたいようですね。	SR	SR
102	C	I want to hear some positives	なにかポジティブなことが聞きたいです。		
103	I	Something encouraging	何かやる気を起こすようなこと	SR	SR
104	C	I want to hear some good news about why you should quit smoking.	タバコを止めた方が良いつて思わせる良い情報がほしいですね。		
105	I	Right. And one of the ways that	なるほど, もっと情報を知り	CR	CR

		you're gonna know that you're ready is when you start looking for more information specifically, and when you start asking people about the positives and looking for that, then you'll know that you're getting closer.	たいと探し出したら、もうその時であると。何かポジティブなことを聞いたり、くれる人をさがし始めたら、もう止めるのもそこまで来ているということですね、		
106	C	And I don't think anybody can force you to quit. Somebody can scream about you quitting. They can tell that you need to quit. I think that until you are yourself ready . .	私からすると、無理やり禁煙させるのは誰にもできません。煙草をやめろって叫ぶのは勝手にできるけど。周りはやめなければダメだって言えるだけ。自分自身がやめようという気になるまでは、同じだと思います。 .		
107	I	Well, I think you're right. And of course nobody can make that decision for you.	そのとおりですね。だれもあなたに決心させようとしません。	EMPH ASIZE	自律性の強調
108	C	But I think there has to be a process in your mind as to why you want to quit, when you're gonna quit, what's gonna happen when you quit, all those question marks have to be answered.	しかし、何故止めなければならないのか、いつ止めるのか、止めたらどうなるのか、これらの問いに対して答えを持っておくというプロセスが必要だと思います。		
109	I	OK, so Richard, let me ask you this. On a scale of 1 to 10, where one is "not very important" and ten is "very important," how important is it to you to stop smoking now?	オッケー、リチャード、一つ聞かせてください、1から10のスケールで、1は、そんなに大事ではない、10はとても大事だとしたら、今タバコを止めることはどれくらい大事ですか？	Q	質問
110	C	Probably around a five.	多分5ぐらいです。		
111	I	OK. And what makes you choose a five and not, say, a two?	では、どうして2ではなく5を選んだのですか？	Q	質問
112	C	Because I'm at that point. I was at a two maybe five years ago.	何故5かというと、多分5		



		I think as time goes on, those numbers change, and I think the number five is in the middle. It's fifty percent one way or the other. You're giving yourself some . without a cliché . you're giving yourself some breathing room. That's what you're doing with that fifty, with that five.	年前は2だったと思います。時間が経って、少し変わりました、5はちょうど真ん中、50%でどっちでもある。文句なしに一方であるし、一方でも楽だし、だから、5なんです50-50です。		
113	I	Five is the right number because it feels like you're getting ready.	もう準備はできているから5なんです。	CR	CR
114	C	You're getting ready. Getting ready, and so it's important to, like I said, the things that you have to know, what you need to know, that takes a little time, but I would say I'm at a five.	準備はできている、準備はできている。できています、大事なことは、言ったように、知っておくべきことがあるのです。少しだけ時間がかかります、それで5と言いました。		
115	I	And using that same scale, where one is "not very confident" and ten is "very confident," how confident are you that you would be able to stop smoking if you decided to?	同じスケールで、0は自信がない、10はとても自信がある。もし一旦決心したら、どれくらい止めるかができる自信がありますか？	Q	質問
116	C	Probably a five.	多分5です		
117	I	Five! And what makes you choose a five and not a two.	5ですか！あなたは2ではなく5を選んだ、	Q	質問
118	C	Because I'm already, I'm halfway there in my own mind, of wanting to quit. I think you finally get to that point of saying, "I'm really seriously looking at this." I mean, this conversation wouldn't take place some years ago.	もう準備はできているからです、止めようと決心する半分ぐらいまで来ています。最後には、「真剣に立ち向かうぞ！」と言うと思います。こんな会話は数年前にはありえなかったです。		
119	I	It really feels different inside yourself about how serious you are.	あなたが、真剣な状態になってきていると、自分自身で感じているのですね。	CR	CR

120	C	Yes, right.	そのとおりです。		
121	I	And you feel like when you get serious, then you'll be able to do it.	真剣な状態になったときこそ止められるときですと感じている。	CR	CR
122	C	When I get serious, and I start making that decision to do something, I'm going to move in that direction. It may be in inches, it may not be quickly, but it is going to eventually happen.	私が真剣になったときは、そして何かをすると決めたときには、その方向に動く人間なんです。それはたった1-2センチであるかもしれませんが、最終的にはちゃんとやるんです。		
123	I	It's slow, but you're getting there.	ゆっくりですが、ちゃんとやる	CR	CR
124	C	It's a subconscious thing that you know you're going to quit. It's just you don't know exactly when, how, and where.	禁煙するときは、無意識にそうだとわかっているんですよ。いつどこで、どのようにということは正確にはわからないということです		
125	I	You know you're going to quit.	あなたは、止めようとしていることを分かっている。	CR	CR
126	C	Absolutely. I know it.	そのとおり分かっています。		

Global ratings

CCT 4

SST 4

PAR 5

EMP 5

The Suspicious Smoker

Interview 7: The Suspicious Smoker: Effective Brief Consultation

Interviewer: Stephen Rollnick, Ph.D.

Client: Barry

Context: Behavioral health care consultation

Time: 9 minutes

Focus: Smoking

疑い深い喫煙者

インタビュー 7 : 用心深い喫煙者 : 効果的な短時間の相談

インタビュアー : ステファン ロルニック博士

クライアント : バリー

コンテキスト : 問題行動の医療相談

時間 : 9分

焦点 : 喫煙

Utt#	Por C	Contents of Utterance	発言内容	Code	コード
1	I	Barry, thank you so much for coming up this morning.	バリーさん、今日はお越しいただきありがとうございます。	NC-	NC
2	C	You're welcome. Thanks for having me.	どういたしまして。お会いできてうれしいです。		
3	I	I can see that this couldn't have been easy for you.	ここに来るのは簡単なことではなかったと思います。	NC-Affirm not coded because it is a support	NC これはサポートなので是認にはコードされない。
4	C	It took quite a bit of planning and effort to get here, but I'm here, so . . .	スケジュール調整したり結構面倒だったけどやっと時間を作ることができました。		

5	I	And I understand that you were referred from Dr. Ross, who's about to operate on you for a second time.	ロス先生からの紹介ですね。もうすぐ先生の2度目の手術が控えていらっしゃるんですね。	GI	情報提供
6	C	Yes indeed.	そう、その通り。		
7	I	This is our first meeting. It will be brief, but I am here to see you again if that's what you so choose at the end of this or at any time in the future. And really, you know, I wanted to welcome you and offer you the opportunity just to tell me what you've been through, and how you're feeling about coming up here this morning.	今日は初めての面接になりますので短めにしますが、ご希望があれば面接の最後に次回の予約を取ることもできますし、必要な時はいつでもまたお越しいただくことができます。今までどんな体験をされてこられたのかお伺いしたいと思っていました。今朝ここに来ることはどう思われていましたか？	NC, structure (GI not wrong) SEEK	NC 構造化 (情報提供でも誤りではない) 協力の探索
8	C	Well, to be honest, I'm not really quite certain why I'm here. I don't see the link between smoking and my surgery. I know I need a second procedure right now, so there are some thoughts that are going through my head about the whole situation that I might not be getting the whole story.	実を言うと、なんでここに来なくちゃいけないのかわくわかってないんです。たばこを吸うことと手術の関連がいまいち理解できない。今2回目の手術が必要だって事はわかってる。それで頭の中にいろんな思いがよぎってるけど全体像はわからないままなんです。		
9	I	Right. And so in that sense you're a little bit unsure why you're here, because you've been asked to come down here by Dr. Ross, yet you don't really understand what went	そうでしたか。ということは、ロス先生に言われたから足を運んでは見たものの、なぜここにいる	CR	CR

		actually wrong the first time round with the surgery.	かよく分からない。一回目の手術で何が上手くいかなかったわからない。		
10	C	Exactly. Exactly. So that raises other questions.	そう。その通りなんです		
11	I	Which must make you feel to some extent a little bit resentful about what's quite going on here.	そうすると、何でこんなことになったんだと憤慨しているお気持ちもある。	CR	CR
12	C	A little bit. No offence to you, or what you do here. I believe there are people that need to quit smoking, you know, if it's hurting them. I don't think that's me, but I'm here to listen.	少しはね。あなたやここでしていることに文句はありませんよ。たばこで体を悪くして吸うのをやめなきゃいけない人もいるとは思う。でも自分は違うし、ただ話を聞きに来ただけ。		
13	I	Sure. OK, and could I ask you, you know, how you feel about your smoking.	わかりました。では、お伺いしたいのですがご自分のたばこに関してはどう思っているのでしょうか？	Q (does not meet criteria for SEEK)	質問 (協力の探索の定義には合致しない)
14	C	I enjoy it.	おいしく吸ってるよ。		
15	I	I mean, you're here now, and we've got a few minutes, and I'm just wondering what would make the most sense to you as to how we spend our time. Cause that's what I'd like to know, is how you feel about your smoking, but	せっかく来ていただいて時間も限られているわけですから時間を有効に使わせていただけたらと思うんです。たばこについてどう考えていらっしゃるか教えていただけますか。	SEEK	協力の探索

16	C	Well, I do enjoy it. First off, I use it to relieve my stress. I use it in social situations. I use it when I feel lonely. I can go outside and it's always there for me. I do know that it's probably in my best interest to quit.	ああ。たばこはいいよ。まずストレス解消になるんだ。人付き合いの場で吸うこともあれば、寂しいときに吸うこともある。外に出ればどこにもある。多分やめたほうが身の為だって知ってる。		
17	I	Sure	そうでしたか。	NC	NC
18	C	But I do also know you can get hit by a bus if you don't . . especially in Albuquerque.	でも世間の風当たりが強いつてもちゃんとわかってるよ。		
19	I	Sure. Sure. So you say that your smoking is something that you actually enjoy.	そう、そう。わかりました。あなたはほんとうに楽しんで吸ってるということですね。	SR - SST	SR 維持ト ーク緩和
20	C	To be honest, it's putting a big dent in my pocket. It's an expensive habit.	本当のこと言うと懐にとっては大きな痛手だけど。高くつく習慣だね。		
21	I	So it costs you.	というのは犠牲を払ってるということですね。	SR	SR
22	C	Oh, absolutely, not to mention, in the morning I cough. I have a really, really bad cough.	もちろんだよ。それに朝には咳が出るんだ。すごくひどい咳がね。		
23	I	Right	そうでしたか。	NC	NC
24	C	So that concerns me.	咳は嫌だね。		
25	I	Right. So there's something about your body feeling a bit challenged by this.	この件に関しては体に悪いと思うことがある。	CR + CCT	CR + 維持ト

					ーク緩和
26	C	Yeah. Well also my cardio fitness , you know, it's affecting my game on the field, too, so yeah, I want to do well for my team.	そうなんだよ。それに心臓の具合のせいで試合に影響が出てるんだ。同じチームの仲間には迷惑かけたくないんだ。		
27	I	What do you notice about the effect of smoking on your sport?	スポーツをしてるときにはどんなたばこの影響が出ているのですか？	Q+CC T	質問 + 維持 トーク 緩和
28	C	Well, I know that people are running around me all the time.(Laughs) and I can't keep up, and that's not a good feeling. It's not a good feeling at all.	タッチダウンしようとして走ってるとすぐ追いつかれちゃうんだよ。いい気分じゃないね。全然面白くないよ。		
29	I	Right. So you notice it on the rugby field.	ラグビー場にいるときに気付かれたんですね。	SR +CCT	SR + 維持ト ーク緩 和
30	C	Yes, I do. A big change since . .	そう。あれ以来変わったな。		
31	I	Since how long?	どれくらい前ですか？	Q	質問
32	C	Well, it's been six years.	6年前かな。		
33	I	Right.	はい。	NC	NC
34	C	And before that, when I was playing, I could run the full 80 minutes. Now I feign injury sometimes. Not this time.	それまではひと試合休まず80分間走り続けられたんだ。でも今じゃ時々怪我したふりするんだ。	(laugh s)	( 笑 い )

			今回は違うけどね。		
35	I	No, but because you feel so out of puff	ええ。でも息切れがするから走れない。	CR +CCT	CR + 維持トーク緩和
36	C	Yes. Absolutely	そう。その通り。		
37	I	And you've noticed the last few years that that's been increasing.	ここ数年息切れがすることが増えてきていると気付かれた。	CR +CCT	CR + 維持トーク緩和
38	C	Yeah, I'm not on the select side any more.	そうさ。もうレギュラーじゃないから関係ないけどね。		
39	I	Right. So you're starting to lose some of your fitness and you reckon that it might be linked to smoking.	体力の衰えを感じ始めてそれがおそらく喫煙と関係あると考えた。	CR +CCT	CR + 維持トーク緩和
40	C	It makes sense. It's smoking. Human beings, I don't believe are supposed to . .	たばこのせい。そうかもな。でも老化現象だろ。		
41	I	Right. So there's stuff you get out of this, but on the other hand you notice the effect on your chest in the morning	それもありますね。でもその半面、寝起きにたくさん咳が出ていることにも気付いた。	SR	SR
42	C	Absolutely	そうなんだよ。		
43	I	And you notice it in the rest of your body when you try and exert yourself.	頑張るとそれ以外の身体にも影響が出る。	SR +CCT	SR + 維持トーク緩和
44	C	Yes, I do. I do.	そうそう。		



45	I	Is there anything else about it that you're concerned about that you haven't mentioned.	他に気がかりなことはありますか？	Q	質問
46	C	Well, there is a history of heart disease in my family.	そういえば俺心臓病の家系なんだ。		
47	I	Right	そうでしたか。	NC	NC
48	C	And, well, scientists say that it's bad for your heart. I can see that.	科学者たちはたばこは心臓に悪いとってた。なるほどな。		
49	I	And so there's a bit of a worry you have about what the condition of your heart might be.	そしてご自分の心臓が今後どうなるのがちょっと心配ではあるんですね。	CR +CCT	CR +維持 トーク 緩和
50	C	Yes, however, it's a subject I kind of avoid with my doctor.	まあそうだけど。でもこのことを医者と話すのは避けてきたんだ。		
51	I	Right, and yet here you've had a doctor who's about to operate on you, and it's like you can see the connection, and he can see the connection.	ですが間近に手術を控えていて、主治医もあなたもたばこ心臓の状態が関係していることが分かっている。	CR	CR
52	C	Yeah, I don't want to be stupid. Being ignorant is one thing, but just being stupid . .	そう。無知なのはしょうがないけれど間抜けな奴にはなりたくないな。		
53	I	Yeah. So you can sort of see the connection, but it's not necessarily something that's easy to talk about with a surgeon, or indeed in a situation like this.	そうですね。だんだん関連性がわかってきたけれど、ましてこんな状況じゃ簡単に自分の執刀医と話せることでもない。	CR	CR
54	C	Yeah.	はい。		
55	I	I wonder where that leaves you	で、今はどうお考えです	Q	質問

		now.	か？。		
56	C	Well, I'm here, so obviously I do want to do something about it. What that is right now I'm not sure. I know there are aids out there such as the patch. I've seen people wear the patch, and they swear by it. They're almost proud of it. "See. Here's my patch!"	ここに来てるんだからそりゃ何とかしたいとは思ってるけど。具体的に何をするかはまだわからない。禁煙パッチとかあるのは知ってるし、周りに使ってるやつらもいるよ。「ほら貼ってるぜ」って言って自慢までして、効くって信じてるんだ。		
57	I	Yeah	はい。	NC	NC
58	C	Nicotine gum. All of that good stuff.	ニコチンガム。ほかのよさそうなものも全部知ってる。		
59	I	I was going to ask you about that. How much do you know about those kind of stop smoking aids?	お伺いしようと思ってたんですが、禁煙の助けになるものについてはどれくらい詳しくご存知ですか？	Q	質問
60	C	Not much. Not much. I've never really tried to approach quitting. I didn't see the need, but	あんまり詳しくは知らないんだ。やめようとしたことがなかったからね。必要性を感じなかった。でも		
61	I	Right. I mean that would be a decision that you take for yourself, and I'm not suggesting you make that, but what is it you'd most like to know about stop smoking aids? I mean, is there any piece of that puzzle that I can help you with?	分かりました。使うか使わないかご自分が決めることで、こちらから無理強いすることはありません。でも、ご興味がおありならどんなことを知りたいですか？何か少して	EMPH ASIZE SEEK	自律性の強調 協力の探索

			もお役にたてることはありますか？		
62	C	If I were to choose one, I definitely want to know how the sideeffects are going to affect me.	もしひとつ選ぶとしたら副作用のことかな。身体にどんな影響が出るか知りたいんだけど。		
63	I	Right	分かりました	NC	NC
64	C	That's one thing I worry about with drugs that I see on TV, especially the new ones. The side effects are anything from sexual dysfunction to, you know, ulcers (laughs), so	テレビで見たんだけど、心配なのは特に新しい薬。副作用で性機能障害とか胃潰瘍とかあるんだろ、だから。。		
65	I	Right. If you're going to make a decision to stop smoking, you want to make sure that you get an aid that's going to suit you and that's not going to have side effects.	もし禁煙をするなら、副作用がないかどうか、自分の体に合うかどうかしっかり確かめてから選びたいですね。	CR Did not meet the bar for an Emph asize	CR 自律性の強調の○○には該当しない。
66	C	Exactly. What's the point of quitting smoking if the thing that is helping you quit is messing you up. (laughs) so	その通り。もし薬自体が体に毒ならたばこやめる意味ないじゃないか(笑)。だろ。		
67	I	Perhaps I can just let you know that there is quite a range of these aids. Some of them you're quite right, like bupropion, that is a drug that can have side effects, and it doesn't contain any nicotine. OK. So that's one kind of aid. OK, but then there are others that contain nicotine like a patch or gum that really are devices for helping you tail off the withdrawal symptoms gently. So there's broadly those	結構いろんな種類があるんです。おっしゃる通りそのうちのいくつか、例えばビュープロピオンなどはニコチンの成分は含まないのですが確かに副作用があることが知られています。そういうものもあれば、ニコチンを含	GI Not enough for a Seek SR	情報提供 協力の探索には不十分 SR

		two kinds of aids, and the success rates of them are reasonably good, but it sounds like you're particularly concerned about a drug that might have side effects.	んでいて離脱症状を楽にし乗り切らせてくれるパッチやガムもあります。大きく分けるとこの2種類の補助剤があつてどちらも成功率は結構高いんです。でも特に気になっていらっしゃるのは副作用のことなんですよね。		
68	C	That is my main concern. If I could take something that could help me quit, I could probably embrace that as long as it didn't affect me adversely, 'cause I have enough problems.	そう、それが主な心配だな。たばこをやめる助けになるものを使うとしたら悪影響がでない限り取り入れるつもり、だってもう十分に体に問題が出てるからね。		
69	I	Sure. So if you could avoid the side effects, you might even consider taking one of these supporting aids that didn't have side effects.	もし副作用がないなら禁煙の助けになるものを使ってもいいかなと思っっているのですね。	CR +CCT	CR 維持ト ーク緩 和
70	C	I might give it a chance, and also cost is a factor as well, you know. If it's expensive to do then, well, I'm back where I started.	試すぐらいならいいかな。値段も気になるんだ。高いと長続きしないから		
71	I	Exactly	そうですね。	NC	NC
72	C	I mean, my health will get better, but I still will be . .	健康にはなるだろうけど、でもそれには。。。		
73	I	Exactly, because that was one of your concerns about the smoking.	そのとおり、費用のことを気にされてましたものね。	SR	SR
74	C	Absolutely	そうなんだよ。		

75	I	So you might have to make some kind of financial sacrifice to quit smoking, and you're concerned about that.	たばこをやめるのにはお金がかかる。それを気にされていらっしゃるのですね。	SR - SST	SR 維持ト ーク緩 和
76	C	Sure, but in the long run I think, I know, I'm probably just trying to enable myself, but yeah, I guess that my number one concern would be just the side effects	そうなんだ。でも長い目で見るとそれは何とかなる。一番気になるのはやっぱり副作用だな。		
77	I	Right. OK let me see if I can just summarize what we've said so far, because we're going to be stopping the interview quite soon, OK?	そうですね、わかりましたでは、ここらへんで面接を終わりにしようと思うので、今日話し合ったことをまとめてみていいですか？	Q Not enough for a seek	質問 協力の 探索に は不十 分
78	C	OK	いいですよ。		
79	I	It's something that is important to you, and you definitely get benefits from it. On the other hand, you've noticed its effect on your cardiovascular health with a history of heart disease, and if you could find some kind of support aid that didn't have side effects and wasn't too expensive, you might be prepared to go for it.	たばこは大切なもので役に立っている、でもその一方で心臓病の家系ということもあり心臓には悪い影響をきたしやすいということに気づかれた。もし副作用がなくて手頃な値段の禁煙補助材があれば、試す心構えができています。	SR + CCT	SR + 維持 ト ーク 緩 和
80	C	I think I might be able to give that a try.	試してもいいかも思ってるよ。		
81	I	You might even give it a try.	試してもいいかなとまで思われた。	SR + CCT	SR + 維持 ト ーク 緩 和
82	C	Might even give it a try. Yeah.	ああいいかもね。レギュ		

		Maybe I'll make the select side again.	ラーに戻れるかもしれないから。		
--	--	--	-----------------	--	--

Global ratings

CCT 5

Par 5

SST 4

Emp 4

Now I only wear yoga pants vs. Hawaii every month

focused on exchanging information (persuasion vs GI, etc.)

これからヨガパンツしか履かない□毎月ハワイ

情報交換に焦点を合わせる (勧奨□情報提供、その他)

I guess I don't have a choice 選択の余地は無さそうね

Confrontation 直面化

Maybe he'll take my kids

Mediocre example, not very good but has a few good and not-so-good behaviors.

次は子供を取り上げる気ね

ありきたりな例、名案とは言えないが幾つかの望ましい行動とまあまあの行い

Persuasion 勧奨

Giving Information in a neutral manner 中立的に情報を提供する

Persuasion with permission (this would include Seeking collaboration and Emphasizing autonomy)許可を含む勧奨 (協力を模索することと自律の強調を含む場合もある)

Confrontation 直面化

Simple vs complex reflections 単純□複雑な聞き返し

Affirmations 是認