



KENPO  
DAYORI

# 健保だより

西武健保ホームページからご覧になれます。http://www.seibu-kenpo.or.jp

No.1079

2021.4.12

西武健康保険組合



## 禁煙推進キャンペーンを行います！

西武健保ではタバコを辞めたい方の支援をするため、禁煙推進キャンペーンを行います。タバコによる健康被害はご自身だけではありません。ご家族のため、周りの方のためにもぜひ禁煙に取り組んでください。

### 禁煙推進キャンペーンのポイントは3つ

- 1 禁煙に成功すると自己負担が0円！**  
一時的な自己負担は発生しますが、禁煙に成功するとキャッシュバックされ、最終的な自己負担は0円になります。  
**禁煙外来でおよそ2万円、アプリでおよそ5万円が自己負担0円に！**
- 2 参加申込書を提出、エントリーが完了してから禁煙に取り組む**  
キャンペーンに参加するには「禁煙推進キャンペーン参加申込書」を、会社を通して西武健保へ提出してください。受付された「禁煙推進キャンペーン参加申込書」と一緒にご案内が届きます。注意事項を確認してから、禁煙に取り組んでください。
- 3 対象の禁煙方法は2種類！ご自身にあった方法が選べる**  
禁煙の方法は「禁煙外来」と「禁煙支援アプリ」の2種類から選べます。

#### ① 禁煙外来で挑戦！

先着  
100名

- ・医師の協力のもとで取り組める
- ・通院が5回ほど必要
- ・プログラムは3カ月間
- ・「ニコチンを含まない飲み薬」か「医療用のニコチンパッチ」のどちらかを選択する

短期間でしっかり取り組みたい人におすすめ！

#### ② 禁煙支援アプリで挑戦！

先着  
100名

- ・面談をすべてオンラインで行うため通院不要でスケジュールを組みやすい
- ・プログラムは6カ月間
- ・面談は6~8回
- ・「一般用のニコチンパッチ」を使用する（自宅に届く）

忙しい人や通院が難しい人におすすめ！

詳細は添付のチラシをご確認ください。キャンペーンへの参加は申込みの先着順です。お早めにお申し込みください。

