

オンライン禁煙チャレンジ（2021年度第2回）参加者募集のご案内

サッポロビール健康保険組合

春に続いて、秋もオンライン禁煙チャレンジの募集を開始します。

秋も、これまでのオンライン禁煙治療プログラムに加えて、禁煙補助薬の服用と10日間のメールでのサポートによりタバコを吸わない生活を体験いただくノンスモ禁煙サポートプログラムも含めた二本立てです。

2019年から始まったサッポログループのタバコ対策は3年目に入り、2021年1月からの社用車禁煙を経て、2022年1月からははいよいよ事業会社での就業時間内禁煙がスタートします。

また、テレワークの定着化により在宅時間が増えている方も多いためと思います。ご自身のためはもちろんですが、ご家族の受動喫煙を少しでも防ぎ、健康な生活を送るためにも、この機会にぜひご参加ください。

1. 目的

- ・健康経営の取り組みの一環として、禁煙を希望する従業員を支援する。
- ・禁煙により従業員の健康の維持・向上を推進するとともに、結果として将来の医療費負担の軽減を図る。

2. 概要

① オンライン禁煙治療プログラム

禁煙外来などでの禁煙治療を、PCまたはスマホなどを用いてオンライン上で実施するプログラムです。

医師の診察はWEB上で行い、薬は宅配で自宅に届くため、通院の負担なく治療を受けることができ、最終診察後も、10ヶ月間メール等によるフォローアップを行い、禁煙の継続をサポートします。

- ・面倒な禁煙外来と違ってオンライン禁煙治療は気軽に参加することができました。キャンペーン参加中は、ストレスを極力溜めないことと、タバコを吸いたくなったらタブレットを嗜好するようにしました。（40代 男性）
- ・キャンペーンに参加して、食後、飲酒時のタバコを吸いたくなる気持ちがなかなか抑えられないのが大変でした。タバコを買う機会が減り、コンビニに寄る機会も減り他の物を余分に買う事が減りました。実際参加してみて思ったことは、最後は己の意志です。（40代 男性）
- ・キャンペーンに参加して、家族が喜びました。禁煙チャレンジする上では、体重が増えたことが大変でした。（50代 男性）
- ・キャンペーン参加中は、決められた薬の投与、その記録をはじめ、「禁煙する」意志を強く持つように心がけました。困難なことは特にありませんでした。想像以上にすんなりと禁煙に進んでいきました。禁煙できてよかったことは、健康維持・タバコ代節約・喫煙室を探さなくて済む・集中力UPです。（60代 男性）

過去キャンペーン参加者の声

② ノンスモ禁煙サポートプログラム

禁煙補助薬の服用と10日間のメールでのサポートにより、タバコを吸わない生活を体験していただくプログラムです。期間終了後も6ヶ月間のフォローアップメール等により、本格的な禁煙へのチャレンジを促します。

プログラム詳細は、添付資料及び申し込みサイトをご確認ください。

3. 対象者

20歳以上のサッポロビール健康保険組合の被保険者（任意継続被保険者を除く）のうち、たばこをやめたい方、禁煙に取り組む意志のある方。

ただし、既にオンライン禁煙治療プログラムに参加された方については、ノンスモ禁煙サポートプログラムも含め対象外とさせていただきます。

4. 募集人数

各 30 名程度

5. 期間

募集期間：11月1日（月）～12月10日（金）

お申し込みいただきましたら、募集期間終了を待たずに順次スタートいたします。

実施期間：①オンライン禁煙治療プログラム

参加開始～約3か月間（その後約10ヶ月間メール等による継続フォローアップあり）

余裕を持ったスケジューリングを行い、フォローアップも含め必ず最後まで受けてください。

②ノンスモ禁煙サポートプログラム

参加開始～10日間（その後約6ヶ月間メール等による継続フォローアップあり）

6. 参加費用

自己負担なし（サッポロビール健康保険組合負担）

※ただし、オンライン禁煙治療プログラムでの当日の予約キャンセルなど、ルール外で本人に起因する費用が発生した場合は、自己負担となります。

7. 参加に当たっての注意

・オンライン診察、サポートスタッフとの連絡は、**就業時間外に実施してください。**

・オンライン禁煙治療プログラム参加に当たっては、オンラインで実施可能な環境を準備してください（会社貸与のPCで実施いただいても問題ありません）。

※プログラム参加に当たり、通信料が発生した場合は自己負担となります。

8. 申し込み

申し込み（及び詳細なルール確認）は下記リンクもしくは添付チラシのQRコードから。

①[オンライン禁煙治療プログラム](#)

②[ノンスモ禁煙サポートプログラム](#)

※申し込みフォームに記載されている諸注意事項他詳細を確認の上、申し込みをお願いします。

申し込みの情報はリンク先社様からサッポロビール健康保険組合に連絡され、当健保の被保険者であることを確認してからプログラムがスタートします。

以上

2022年1月からは就業時間内禁煙 オンライン禁煙募集！

喫煙の行動は
ニコチン依存+いつもの習慣



① オンライン禁煙プログラム

※処方薬を使った2か月プログラム

※オンライン診療+診療後フォロー10か月



② ノンスモ禁煙サポートプログラム

まずは、吸わない体の変化を体感

10日間体験コース

※ニコチンガム（2週間分）

※メール・チャットフォロー 6か月間



※プログラムの詳細は、裏面をご覧ください

対象： サッポロビール健康保険組合被保険者
禁煙したいが止められない方

1人参加・グループ参加大歓迎

費用： 自己負担なし（全額健保負担）

募集期間： 2021年11月1日～12月10日

申込方法： 上記QRコード、健保HP

オンライン禁煙プログラム

Step1. 医師によるオンライン診察&禁煙補助薬の服用(2ヶ月間)



問診・診察予約

診察・禁煙薬の配送
2週間 禁煙薬を使用

診察・禁煙薬の配送
2週間 禁煙薬を使用

診察・禁煙薬の配送
4週間 禁煙薬を使用

最終診察

Step 2. リンケージサポートデスクによる継続サポート(10ヶ月間)



最終診察から1ヶ月後
フォローアップメール
アンケート回答

最終診察から4ヶ月後
フォローアップメール
アンケート回答

最終診察から7ヶ月後
フォローアップメール
アンケート回答

最終診察から10ヶ月後
フォローアップメール
アンケート回答

通院せずにオンラインで
医師の治療が受けられます。

お申込みはこちら→



onsmo禁煙サポートプログラム

Step1. 禁煙補助薬 (ニコレット®) の服用 & サポートメール (10日間)



申込・アンケート

サポートメール配信・禁煙補助薬の配送・チャット相談
10日間メール配信 + 禁煙補助薬2週間分(48個)

最終アンケート

Step 2. リンケージサポートデスクによる継続サポート(6ヶ月間)



申込から1ヶ月後
フォローアップメール
チャット相談

申込から2ヶ月後
フォローアップメール
チャット相談

最終診察から3ヶ月後
フォローアップメール
チャット相談

最終診察から6ヶ月後
フォローアップメール
チャット相談

まずは10日間、
タバコのない生活を体験。

お申込みはこちら→



申込
に関する
問合せ

株式会社リンケージ サポートデスク
TEL : 0120-33-8916
メール : sd@linkage-inc.co.jp

事業
に関する
問合せ

サッポロビール健康保険組合
担当 : 原
TEL : 03-5423-7268