

# 禁煙にチャレンジしましょう

禁煙アプリのご案内



タバコに含まれる有害物質は、がん、脳卒中、心筋梗塞等にかかるリスクを高め、非喫煙者に対する受動喫煙の健康被害は、喫煙者同様、深刻な状況をもたらします。

また「禁煙外来（クリニック）」では、健康保険を使って禁煙治療を受けることもできますが、一定の条件を満たしていることが必要であり、かつ通院も必要です。

今回当健保組合では新しい試みとして、“通院が難しい”という方向けに株式会社キュア・アップと契約を結び、同社の禁煙プログラムを導入することといたしました。

卒煙した方については10,000円を補助する制度も設けました。タバコがどうしても止められない方は、この機会にぜひ「禁煙」にチャレンジしてみてください。

## 株式会社キュア・アップ 禁煙プログラム asCure（アスキュア）のご紹介

ICT（専用アプリ）を使用した禁煙プログラム

6カ月の長期プログラム。指導は1回目からオンライン（スマホ等）で対応可能なため、通院は不要、土曜日も受付可で20時まで対応可なので、平日・日中忙しい方も指導が受けやすい。

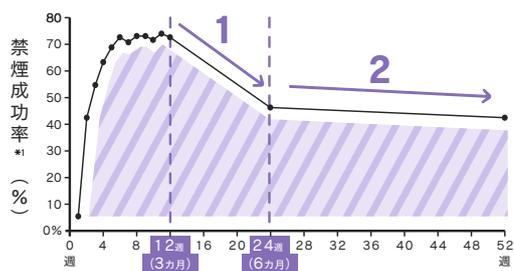
信頼できる指導員とオンライン通話で通う手間いらず。土曜も20時まで



面談時間 火～土曜：12時～20時  
1回30～45分間

指導員は、禁煙外来での指導経験、禁煙学会・禁煙科学会認定の指導資格をもつ看護師および薬剤師です。時間をかけてお話をうかがい、しっかりアドバイスいたします。初回から最後までオンライン通話なので通う手間がかかりません。

### 6カ月の長期支援、アプリとオンライン面談でしっかり見守ります



アプリのデータを指導員が見守っていますので、禁煙継続が危ぶまれる方に指導員から面談のご連絡をさせていただき、意欲の継続をサポートします。

- 1 禁煙外来12週（約3カ月）の指導終了後、24週（約6カ月）の間に成功率が大きく落ちる
- 2 24週（6カ月）以降からは、あまり成功率は落ちない

\*1 直近7日間の禁煙継続率  
出典：Nakamura et al., Valencine Japan P2\_Clin Ther 2007

### 実施要領

- 1 対象者** 三井住友海上健康保険組合被保険者
- 2 申請条件** (1) 平成30年5月～平成30年9月までにアスキュアの禁煙プログラムに申し込み、禁煙を開始していること  
(2) 6カ月間の禁煙プログラムを終了すること。  
(3) 平成31年3月末までに禁煙を達成し、平成31年4月15日までに「禁煙証明書」と「禁煙達成者補助金支給申請書」を当健保組合まで送付すること。
- 3 補助申請までの流れ** (1) 禁煙プログラム（6カ月間に面談が6～8回）を開始します。  
(2) 禁煙終了までのプログラム利用料は以下のとおり。

【禁煙プログラム利用料：対象者1名当たり】

1・2カ月目	3カ月目～6カ月目	合計
25,000円	各5,000円	45,000円

- (3) 唾液検査後、「禁煙証明書」が送付されます。
- (4) 「禁煙証明書」と「禁煙達成者補助金支給申請書」に振込先指定口座を記入のうえ、当健保組合まで送付してください。  
禁煙達成確認後、補助金10,000円を指定口座にお振込みいたします。

<送付およびお問合わせ先>

三井住友海上健康保険組合 伊藤  
〒101-8011 東京都千代田区神田駿河台3-9 電話：03-3259-1524（内線8-301-31988）

【アスキュアへのお申込み方法】

次のURL（本プログラムのWEBサイト）にアクセスしてください。

<https://www.ascure.technology/> もしくはWEBで **ascure（アスキュア）禁煙** と検索

WEBサイト右上もしくは下部の **個人の方の申し込み** をクリック。

予約サイトに移動しますので、パスワード欄に「ascureyoyaku」と入力し、案内にそって詳細をご入力ください。

詳細についてはこちらに  
お問合わせください。

株式会社キュア・アップ アスキュア サポートセンター  
Eメール：ascure@cureapp.jp