



みんなチャレ禁煙プログラム参加者募集

河西健保では、被保険者の健康増進のため、禁煙プログラムを実施します。

禁煙成功の定義

プログラム終了時点で禁煙しており、終了時点からさかのぼって少なくとも4週間、1本も吸わなかった人。



みんなチャレの禁煙率実績

52.4%

(禁煙外来の禁煙成功率：31%)

概要

項目	内容	
参加申込期間	2025年5月30日(金)～2025年6月11日(水)	
実施期間	2025年6月21日(土)～2025年9月18日(木)	
対象者	従業員(被保険者)で禁煙を希望している方(10名 応募多数の場合は抽選)	
費用	無料 (33,000円のプログラム費用は健保負担) ・医師監修による禁煙補助 (禁煙補助薬を希望者へ配布。プログラム期間中、禁煙補助薬を追加でご希望の場合は自費での購入となります) ・スマートフォン等の通信費用は利用者負担となります。	
プログラム詳細	(動画:1分32秒) Vimeo みんなチャレ禁煙プログラム_紹介動画(参加対象者向け)	
禁煙サポーター制度	「禁煙アプリ」と「禁煙補助薬」を使用し、匿名(当健保・他参加健保の被保険者を無作為抽出)5名でチームを組み、励まし合いながら禁煙を目指します。 また、禁煙成功のための豆知識や好事例をアプリ内で配信します。 禁煙サポーターとは	

申込方法

右記 URL もしくは QR コードから申込
(2025 年 5 月 30 日～
6 月 13 日まで)

[2505_河西工業健康保険組合様 禁煙プログラム | みんなのチャレ - 申込画面](#)



申込された方は、6 月 14 日～20 日にオンライン説明会動画を別途視聴いただきます。

医療機関での禁煙サポートをご希望の方は、下記をご活用ください。

< 禁煙外来一覧 > <http://www.nosmoke55.jp/nicotine/clinic.html>

【問合せ先】

河西工業健康保険組合

メール： sakata-chihiro@kasai-group.com

TEL：0467-75-8381（平日：9 時～15 時）