令和５年６月１日

【保健事業】

TDK 健康保険組合

禁煙サポートプログムの参加者募集について

喫煙は、喫煙者本人の健康影響、妊娠出産などへの影響、ご家族や周囲の方々の受動喫煙のリスクがあることがわかっております。

この度、「禁煙サポートプログラム」を実施しますので、禁煙に取り組もうと考えていらっしゃる方は、是非、この機会に禁煙サポートプログラムにお申し込み願います。

記

１．対象者　　TDK 健康保険組合に加入している被保険者（任意継続被保険者を含みます）

２．募集期間　　2023 年６月１日（木）～2023 年７月 10 日（月）

３．プログラム概要　　スマートフォンを利用したノンスモ禁煙サポートプログラム
（委託先　株式会社リンケージ）

４．プログラム内容
・「禁煙ガム」を使用した短期間の禁煙チャレンジを通じて成功体験を経験し、ご自身の禁煙継続を目指すプログラムです。
・申込みいただくと、指定場所に禁煙ガムが 48 個届きます。（1 日あたり３～４個の連続使用で２週間分）
・自分で決めた日数（週末や３日位）で禁煙にチャレンジし、そして、3 回、4 回と繰り返しチャレンジすることができます。連続２週間チャレンジも可能です。
・申込みから 10 日間、毎日メールで禁煙ノウハウ情報配信があります。サポートメールによって、イライラなどの離脱症状をやわらげる、辛くなるタイミングやその対処法を事前に知っておくことができ
・プログラム期間中は不明点や不安な点はチャットで相談ができます。

5. 申込方法　　下記 QR コードを読み込んで、WEB 上で必要事項をご入力ください。

オンライン禁煙プログラム募集チラシはこちら

6. お問い合わせ先　　TDK 健康保険組合 保健事業担当者（TJP.contact_kenpo@tdk.com）

以上