

■禁煙サポートプログラム

デクセリアルズ健保組合とデクセリアルズ（株）は共同で、「タバコをやめたい！」と思っている被保険者（社員）の皆さんに、禁煙にチャレンジしやすいように「禁煙費用補助制度」を実施します。今年度は、禁煙にチャレンジしたい！との皆さんの思いを大切に、禁煙結果の成功・不成功に関係なく禁煙補助を行います。但し、禁煙補助金は年1回のみです。

補助金は健保から、プログラムサポートは健康管理室が実施します。



★実施内容

項目	1. 禁煙外来コース	2. 禁煙補助剤コース
募集期間	2014/9/16～12/19 *「補助金交付申請書」提出 2015/3/20 まで	2014/9/16～12/19 *「補助金交付申請書」提出 2015/3/20 まで
対象者	被保険者（デクセリアルズ社員のみ）	被保険者（デクセリアルズ社員のみ）
概要	医療機関へ行き、お医者さんと一緒に禁煙（保険診療可能医療機関）	市販のニコチンパッチまたはガムを使って禁煙（自分で薬局で購入）
禁煙期間	12 週間	8 週間（パッチ）・8～12 週間（ガム） *目安の期間です。本数によって期間が短い方もいます。
内容	1. 禁煙費用補助制度「利用申込書」提出 2. 禁煙外来予約受診 3. 初回診察含め通院 5 回 4. 禁煙サポートプログラム「補助金交付申請書」提出 (病院の領収書が必要)	1. 禁煙費用補助制度「利用申込書」提出 2. 薬局にて禁煙補助剤購入 3. 「Happy 禁煙チャレンジ」レポート提出 4. 禁煙サポートプログラム「補助金交付申請書」提出 (薬局の禁煙補助剤購入領収書必要)
個人負担額	医療機関での窓口負担 12 週合計 約 13,000～20,000 円 (保険適用により自己負担 3 割の金額)	ニコチンパッチ 8 週間計 約 20,000 円 *1 箱 7 枚入り約 3,000 円 ニコチンガム 8 週間計 約 17,000 円 *1 箱 12 個入り約 1,200 円 *ガムは喫煙本数によって金額が異なります 約 17,000 円は、20 本/日の喫煙者の場合です
健保補助金	上限 3,000 円 *保険適応により医療費の 7 割は健保負担。 領収書合計金額が 3,000 円を下回る場合は 領収金額までとします。	上限 3,000 円 (購入金額が 3,000 円を下回る場合は購入金額 までとします)

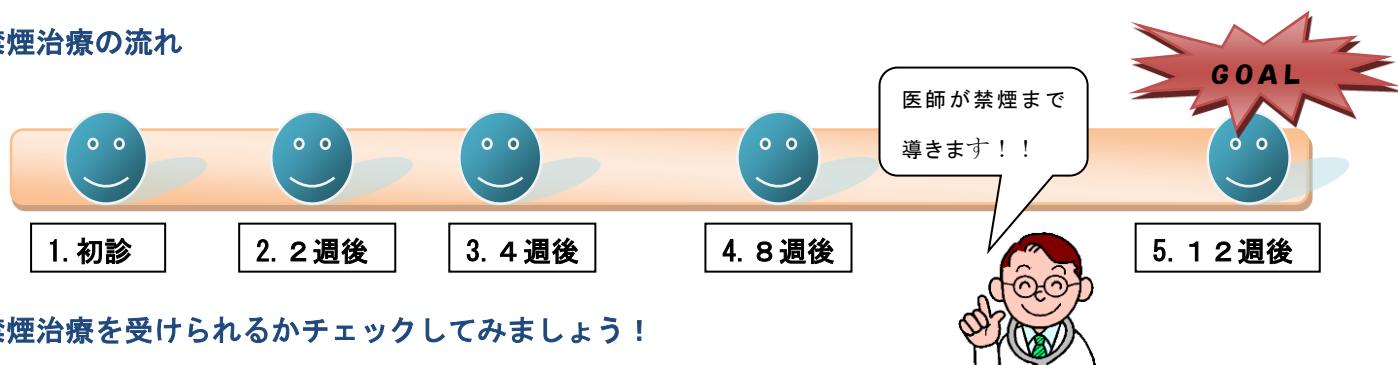
* 申込書・補助金申請書提出先

本社・鹿沼：第 1 工場健康管理室 宮下（92216007）・第 2 工場健康管理室 黒川（95017177）
多賀城・なかだ：なかだ健康管理室 西澤（92292514）
根上：人事 雲戸（95235574）

1. 禁煙外来コース

健康保険適用により自己負担3割（約13,000円～20,000円）で禁煙治療が受けられます。
医師と相談しながら禁煙治療ができますので成功率は約70%です。

★禁煙治療の流れ



★禁煙治療を受けられるかチェックしてみましょう！

一定の条件を満たすと、保険適用で禁煙外来を受診できます。

過去に禁煙治療を受けた場合、前回の初回診察から1年以上たたないと、保険適応の診療は受診できません。自由診療となります。

また、保険適応で受診する場合は、下記4つの条件があります。

- 1) ニコチン依存テスト5点以上
- 2) 1日の喫煙本数×喫煙年数が200以上
- 3) 1ヶ月以内に禁煙を始めたい
- 4) 禁煙治療を受けることに文書で同意（受診時に問診票等に記入）

こちらでチェック→[4つの条件チェック](#)

★保険適応で禁煙治療を受診できる医療機関

こちらから→[医療機関一覧](#)

★禁煙治療の例（医師と相談し、自分にあった最適な禁煙治療を選択します。医師に相談を！）

ニコチンパッチ	バレニクリン
	
貼り薬。皮膚からニコチンを少しずつ吸収させ、徐々に弱いパッチに換え、8週間後に禁煙。	経口禁煙補助薬。商品名チャンピックス。たばこを吸いたい気持ちを抑え、ニコチンの離脱症状を軽減。

2. 禁煙補助剤コース

ツライ禁煙は嫌ですね。禁煙補助剤を使って楽に禁煙をしてみませんか？

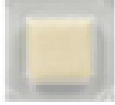
薬局で薬剤師に相談し、禁煙にチャレンジしてみましょう！使い方は、薬剤師にご相談ください。

各事業所健康管理室も禁煙チャレンジをサポートします

★薬局で禁煙補助剤を購入します

禁煙補助剤を検討してみましょう。パッチ・ガム使用時は、喫煙はできません。

禁煙治療補助剤購入の際は、必ず薬局にて薬剤師とご相談ください。

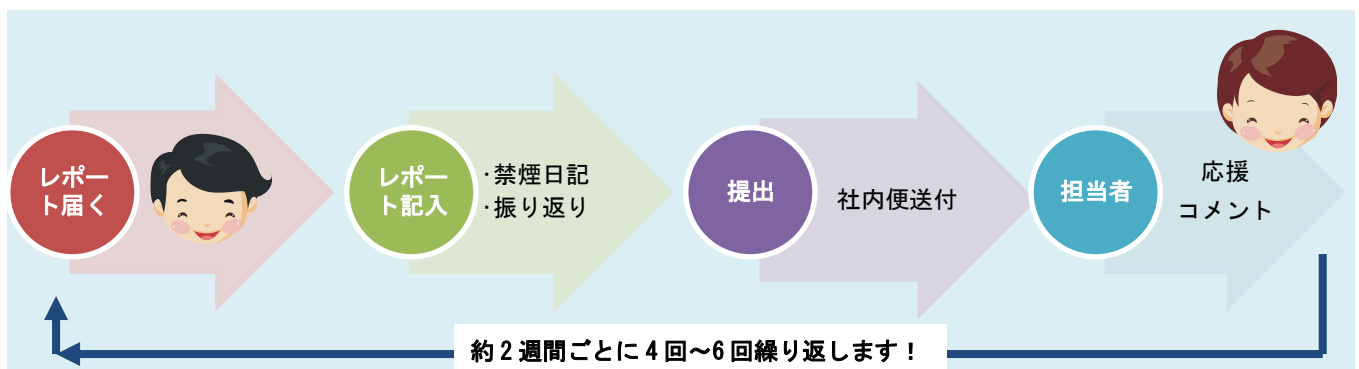
ニコチンパッチ	ニコチンガム
	
1日1回、起床時に貼り、就寝前にはがします。 1日の本数にもよりますが、約8週間で禁煙パッチは徐々にニコチンの少ないものに変更	ニコチン補充と同時に口寂しさも紛れます 20本/日の喫煙者で約8週間で禁煙 はじめは1日4～6個で徐々に減らします
7枚入り1箱 約3,000円	12個 約1,200円

⚠ 注意！！

ニコチンパッチ・ガムを使用できない方

・重い心臓病がある・急性期脳血管疾患の人・妊婦や授乳中の人・うつ病の治療を受けている人等

★Happy 禁煙チャレンジ！



禁煙補助剤コースを選択された方は、各事業所担当看護職が、禁煙チャレンジをサポートします！

2週間ごとに、禁煙日記を提出して頂くとコメントを入れてお送りします。

禁煙日記は利用申込書提出後 担当看護職より送付します。

禁煙は、始めたいと思ったときからスタートしましょう。ご自分やご家族の誕生日、記念日、連休が始まるときなど自分でスタートの日を決めてください。

職場の仲間と一緒に始めて楽しく禁煙チャレンジはいかがでしょう。