

# 卒煙プログラム 参加者募集

## 禁煙をお考えのあなた、今がチャンスです!

喫煙は、肺がんや心筋梗塞などの大病を患うリスクによる喫煙者本人の健康被害のみならず、受動喫煙による周囲への影響もあります。習慣的な喫煙を止めることは容易なことではありませんが、健康的な身体、そして大切な家族との将来にわたる穏やかな時間を得るため、卒煙にチャレンジしてみませんか。共済組合は、卒煙を目指すあなたをサポートします。

- 毎週メールで 卒煙アドバイス
- あなた専用の パーソナルプログラム
- 参加費用 無料



**第2回 申込期限：令和4年11月18日(金)**

- ① 対象者 組合員(短時間勤務職員・任意継続組合員含む。)および被扶養者
- ② 実施方法 株式会社エス・エム・エスが実施する「卒煙プログラム」に年2回参画します。

|     | 募集時期(共済だより) | 情報配信(約3カ月) |
|-----|-------------|------------|
| 第1回 | 終了しました。     |            |
| 第2回 | 10月号        | 12月~2月     |

個人でインターネットから直接申込みのうえ、3カ月間(計12回)禁煙を継続するための情報提供をメールで受領していただき、禁煙状況の報告や禁煙知識テストを実施して、楽しみながら卒煙を目指していただくものです。

詳細については、  
19・20ページをご覧ください。

### ③ 申込み方法

20ページ掲載の「お申込みはこちらから」の二次元コードよりお申込みください。

なお、本組合ホームページ「令和4年度喫煙対策事業のご案内」のバナーからもお申込みできます。

共済組合ホームページ

<http://www.saitama-ctv-kyosai.net>



### ④ 申込み(お客様情報の入力)の際の注意点

- ①「ご加入の健康保険組合名を記入」欄は、「埼玉縣市町村職員共済組合」と入力してください。
- ②「お勤め先の会社名」欄は、所属所名(例:〇〇市役所、〇〇〇〇消防組合)を入力してください。

お問い合わせ先 福祉課 ☎048-822-3305

# 挑戦者、 求ム。

あなたは、  
12週間で  
卒煙できるか!?

卒煙に必要な情報を、あなた専用パーソナライズしてご提供

## 卒煙プログラム

参加費  
無料

POINT 1



毎週1回、メールで  
卒煙アドバイス!

POINT 2



すき間時間で  
気軽にチャレンジ!

POINT 3



質の高いコンテンツで  
サポート!

POINT 4



あなただけの  
パーソナルプログラム!

次は、あなたが挑戦する番です。

プログラム内容、卒煙にご興味がある方はコチラの動画をご覧ください



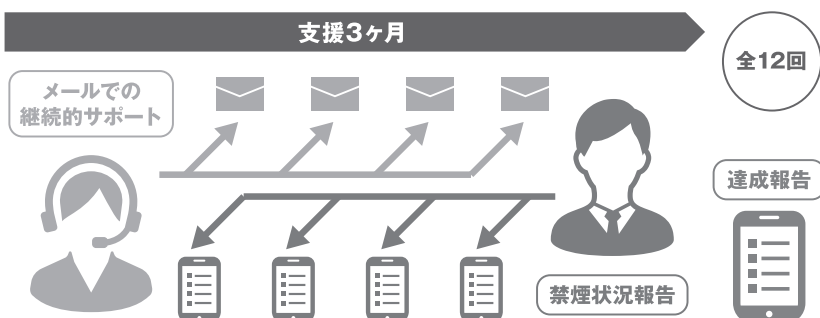
卒煙プログラムの詳細・申込み方法は20ページにあります  
必ずご覧ください

# 挑戦に必要なのは、メールアドレスのみ。

場所と時間を選ばず、厳しい制限などはありません。

## メール支援

参加者に毎週禁煙を継続するための情報提供をメールで連絡します。メール内容を確認し、webページより禁煙状況の報告や、禁煙知識テストを実施して、楽しみながら卒煙を目指します。質問や相談もできます。



### POINT1 毎週1回、メールで卒煙アドバイス!

卒煙担当アドバイザーがつき、3カ月間禁煙に必要な情報をメール共有します。無理な服薬や通院を必要としない禁煙アドバイスがもらえます。



### POINT2 すき間時間で気軽にチャレンジ!

週に一度、卒煙アドバイザーから届くwebアンケートに回答して禁煙状況を報告するだけ。空いた時間にPCや携帯で内容を確認できるので、自分のペースでチャレンジできます。



### POINT3 質の高いコンテンツでサポート!

プログラム終了後も禁煙を継続するためのメカニズムを知ることができます。

- タバコが辞められない仕組み
- 禁煙補助薬の効果
- 禁煙による金銭的メリット



### POINT4 あなただけのパーソナルプログラム!

毎週メール配信されるメールのwebアンケートの回答内容に合わせてコンテンツの内容が変わります。あなたに必要なプログラムを毎週パーソナライズしてサポートします。



次は、あなたが挑戦する番です。

お申込みは  
こちらから

<https://rmkr.jp/kinnen/000>



募集期間

2022年11月18日(金)まで ※定員になり次第終了

配信開始

2022年12月6日(火)

株式会社エス・エム・エス 禁煙チャレンジ事務局

[kin-en-challenge@bm-sms.co.jp](mailto:kin-en-challenge@bm-sms.co.jp)