

# 日通健保の禁煙プログラム

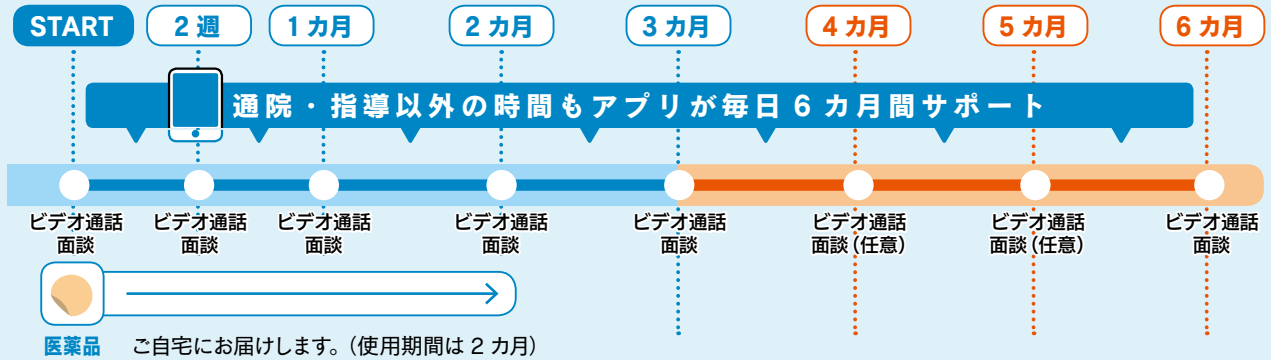
「そろそろ禁煙かな」と考えている方、日通健保の禁煙プログラムをうまく使ってください。

## 禁煙プログラム（オンライン型）

スマホアプリで禁煙サポート

### ascure（アスクア）禁煙プログラム

#### 1 医師開発の専用アプリと医薬品が、6カ月間しっかりサポート



#### 2 オンラインビデオ通話で通う手間いらず

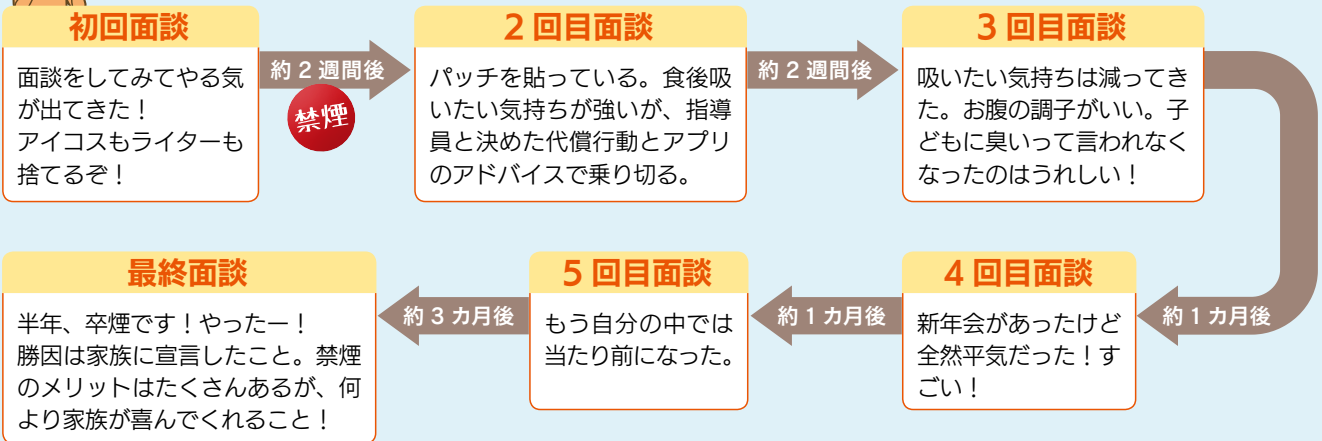
面談時間(予約制) 火曜～土曜日 12:00～20:00 (1回30～45分)

指導員は日本禁煙学会・日本禁煙科学会認定の指導資格を持つ看護師・薬剤師・管理栄養士です。最初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。



#### 実際の参加者の体験談

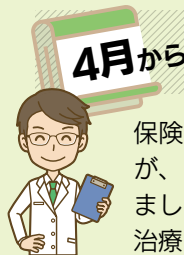
日通のトラック運転・荷物仕分けを行う九州勤務の40代男性の体験談です。



## 禁煙プログラム（通院型）

禁煙外来の費用を補助します

健康保険適用の医療機関で、禁煙指導や禁煙補助薬（貼り薬：ニコチンパッチ等）を使用した治療を受け、医師から禁煙達成と認められた方に、日通健保が自己負担額（3割分）を補助します。



4月から 禁煙外来をオンラインで受けられ、加熱式タバコも対象に

保険適用の禁煙治療は12週間・5回の通院が必要ですが、2～4回目の治療をオンラインで行えるようになりました。また、加熱式タバコについても保険適用で禁煙治療が受けられます。



詳しくは日通健保ホームページへ

