

# 卒煙プログラムに参加してみませんか!



## 禁煙に導く3つのサポート

ascure(アスクア)卒煙プログラムでは、カウンセラー・アプリ・医薬品による丁寧なサポートと正しい手法であなたを禁煙に導きます。

### 1 卒煙カウンセラーによるオンライン面談

面談はオンラインなのでご自宅でも会社でもどこでも実施可能。ライフスタイルに合わせて無理なく続けられます。

**面接可能日時** 毎日9:00~20:00  
(年末年始及び当社指定の休業日を除く)

### 2 医師開発の専用アプリでサポート

### 3 禁煙補助薬はご自宅に配送

※既往歴によっては、参加者様の健康を守るため、医薬品をお渡しできない場合がございます。

## プログラム参加方法

### 1 アプリをダウンロード

App StoreまたはPlayストアで「ascure卒煙」と検索、もしくはQRコードからアプリをダウンロードしてください。



### 2 ユーザー登録

アプリの手順に従って登録を進めてください。途中で必要となる招待コードは、以下になります。

招待コード **574004**

### 3 アプリ内で面談予約

アプリで初回面談の予約をしていただきましたら、指導員から面談方法についてご連絡差し上げます。

## 申し込みについて

【申し込み費用】  
通常54,000円のところ

**¥0** 自己負担は無し!  
無料!!

にて、ご参加いただけます。

【申し込み可能人数】  
先着順となりますので、お申し込みはお早めに!

【申し込み期限】  
2023年2月28日(火)まで

## ご参加の条件

●アプリを利用できる方  
動作環境: iOS 10.0以上(iPhone) / android 5.0のスマートフォン  
(PC・タブレットはご利用できません)

●禁煙を希望する方  
●北海道コンピュータ関連産業健康保険組合の被保険者・被扶養者  
参加資格がないことが発覚した場合、(退職者等)は全額負担いただきます。

【注意事項】  
上記以外でうつ病の既往歴やその他治療中の病気がある方は、主治医の許可が出ない場合は、参加をお断りすることがございます。

問合せ先 北海道コンピュータ関連産業健康保険組合  
TEL:011-633-8353

■アプリ登録でご不明な場合は、アスクアサポートセンターまで  
Mail: ascure@cureapp.jp  
■FAQサイトはこちら  
https://cureapp.zendesk.com/hc/ja

## 「コンピュータ健保からだところの健康相談」

フリーダイヤルまたはwebでご利用になれます

フリーダイヤル・ユーザー名・パスワードにつきましては「健保だより」137号をご覧ください。



※機種によっては読み取りができない場合もあります。

●からだの電話相談  
電話 24時間受付  
年中無休  
病気・育児・介護など健康全般についてお気軽にご相談ください。

●面談カウンセリング予約受付  
電話 月~金 9:00~21:00  
土曜日 9:00~16:00(日曜・祝祭日・12/31~1/3除く)

●メンタルヘルス相談  
電話 9:00~22:00 年中無休  
WEB 24時間・年中無休 (返信は数日を要します)

WEB 24時間・年中無休 (受付後、日程調整のお電話をさせていただきます)  
◆心理カウンセラーによるメンタルヘルス相談をご提供いたします。  
◆必要に応じて日本全国のカウンセリングルームで、面談カウンセリングをご提供いたします。

## 無料歯科健診に行こう!



お口の健康、気になりませんか?  
セルフケアも大事ですが、歯科医院にて定期的に歯科健診を受けることで、お口の中の状態を把握できます。当健康保険組合にご加入の方ならどなたでも。

お申し込みは「歯科健診センター」へ

www.ee-kenshin.com/

歯科健診センター

●ご利用方法のチラシが必要な方はご連絡ください。



## 事業概要

(令和4年2月末現在)

事業所数	182件	平均標準報酬月額	男 331,007円 女 234,251円 平均 304,887円
被保険者数	男 8,194人 女 3,030人 計 11,224人	被扶養者数	男 1,753人 女 3,569人 計 5,322人
平均年齢	男 39.5歳 女 35.4歳 平均 38.4歳	扶養率	0.47人

健保だより

2022年4月発行 北海道コンピュータ関連産業健康保険組合  
札幌市中央区大通西16丁目1番24 ☎(011)-633-8353  
発行責任者 北海道コンピュータ関連産業健康保険組合 理事長 中村 真規  
印刷 株式会社 新生