

# 「つよい子になるぞ!!キャンペーン2022」のご案内

手洗い・うがい・歯みがきを3カ月間継続して習慣化することを目的としたキャンペーンを実施します。あわせて10月から増加するお子様のかぜ予防にもご家族みなさんで楽しく取り組んで「かぜ」や「むし歯」のないつよい子になりましょう!



**対象者** 当健保組合に加入の3歳～10歳のお子様

※年度内に3歳～10歳になるお子様で令和4年8月17日現在在籍者

**期間** 令和4年10月～12月までの3カ月間

**ながれ**

- ①委託先より案内がご自宅に届きます。(9月下旬頃)
  - ②案内に同封されているカレンダーとシールを使って実施します。(10月～12月)
  - ③案内に同封されているアンケートを記入し投函します。(1月末まで)
  - ④アンケートに回答いただいた方にはもれなくプレゼントを差し上げます。(3月)
- 委託先: (株)あまの創健

## 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以上のスマートフォン (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」139号をご覧ください。

#### ●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。

#### ●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)

#### ●面談カウンセリング予約受付

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。(委託先:ティーバック㈱)

新しく加入された事業所

事業所編入: 令和4年8月 Auto VR(株) 札幌市中央区北1条東4丁目1番地1

## 事業概要

(令和4年8月末現在)

事業所数	184件	平均標準報酬月額	男 327,806円 女 235,362円 平均 302,485円
被保険者数	男 8,560人 女 3,229人 計 11,789人	被扶養者数	男 1,772人 女 3,581人 計 5,353人
平均年齢	男 39.2歳 女 35.3歳 平均 38.1歳	扶養率	0.45人

健保だより

2022年10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番地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