

# 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達

※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】  
**2024年2月29日(木)まで**

※お申込み後のプログラム契約開始期限:2024年3月31日(日)

## 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

# 「無料歯科健診」に行きませんか

## 北海道内の歯科医院での健診はこちら

- 1 契約健診機関を確認する (QRコードまたはURLより)  
URL <https://doushi.net/jigyuu/inform/%E6%A9%9F%E9%96%A2/iryoukikan.pdf>
- 2 受診する健診機関を決めたら、健診機関へ電話し受診日を決める
- 3 健診機関で予約が取れましたら健保組合に申し込みをする。(QRコードまたはURLより)  
URL <https://forms.gle/rjUfAbUaMBeGyW6A6>
- 4 健保組合より健診票(複写様式)が送付されますので、必要事項を記入し健診機関に受診する。



## 歯科健診センター(全国)はこちら

お申し込みは「**歯科健診センターへ**」



[www.ee-kenshin.com/](http://www.ee-kenshin.com/)

歯科健診センター

提携歯科医院情報を  
ご覧いただけます。



# 『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」141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:ティーベック㈱)

## 新しく加入された事業所

事業所編入:

令和5年2月 (株)HIKE(旧:(株)CREST) 東京都新宿区西新宿3丁目2-4  
令和5年2月 (株)インサンプル 札幌市中央区北3条東2丁目2-24

## 事業概要

(令和5年2月末現在)

事業所数 ..... 188件

平均年齢 男 ..... 39.4歳  
女 ..... 35.4歳  
平均 ..... 38.3歳

被扶養者数 男 ..... 1,805人  
女 ..... 3,586人  
計 ..... 5,391人

被保険者数 男 ..... 8,811人  
女 ..... 3,457人  
計 ..... 12,268人

平均標準報酬月額 男 ..... 331,058円  
女 ..... 239,857円  
平均 ..... 305,359円

扶養率 ..... 0.44人

## 健保だより

2023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