

# 喫煙者の方必見! 今なら無料で 禁煙にチャレンジできます。

電気代や食料品の値上げ、ガソリン代もこれまでにない価格に値上がりしています。

喫煙するとき家族や周囲の目が否応なしに気になっていませんか？

心の中で節約するなら「やっぱりたばこかな?」と思っている方は、この機会に卒煙プログラムに参加しましょう。



**1日1箱**  
(20本580円)  
吸っていたら

**1カ月** 580円×30日= **17,400円**

**1年** 580円×365日= **211,700円**  
(メビウスレギュラーシリーズを参考に計算)

**タバコ代で結構節約できるかも**



タバコにはニコチン依存と(身体的依存)と心理的依存(習慣)があります。禁煙の意思を妨げる二つの依存から抜け出すためには、禁煙外来などの専門家の力を借りるのが成功の近道です。

**禁煙は意思だけでは難しい**



禁煙外来にかかる費用の目安禁煙治療は、健康保険適用(適応基準あり)となっており、12週間で計5回の診察で3割負担の場合は約2万円程度かかります。

**費用はかかるが成果は大きい**

**もっとお得に禁煙できるチャンスがあります。**

## 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(アスキュア)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申し上げます。

### 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、アスキュ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>