

タバコ、まずは半年休んでみませんか？



「禁煙はできない」という方は、禁煙＝「生涯一本も吸ってはならない」と考えていませんか？タバコに限らず、日常に身についた習慣を変えることは難しいものです。

禁煙をするつもりがない方、できないと思っている方は、まずは第一歩として半年吸わないことを目標にチャレンジしてみませんか？1人で孤独に戦うのではなく、禁煙外来を受診して共済組合の禁煙サポートを利用してみましょう。

禁煙外来のメリット

- ① カウンセリングなど精神面でのサポート
 - ② 処方による科学的サポート
- ➔ 自己禁煙より成功しやすいんです!!

病气やケガを病院で治すように、喫煙習慣も“治療”できるんです!

禁煙サポート

- 対象者…禁煙外来の初診から6ヶ月後の禁煙に成功した組合員（任意継続組合員を除く）
※健康保険適用外の場合や計5回のプログラムを自己判断で中断した場合は対象外
- 助成金額…限度額10,000円 ※年度内1回の申請に限る
※医療機関窓口での費用は自己負担
- 流れ
 - ① 禁煙外来を予約（日本禁煙学会HP→「禁煙治療に保険が使える医療機関」）
 - ② 受診
 - ③ 申請書類3点（「禁煙外来費用助成金申請書」「領収書（原本）」「診療明細書（原本）」）を提出
 - ④ 共済組合から申請者の「短期給付振込口座」に送金



禁煙サポートQ&A



禁煙の“成功”って？

禁煙を共に喜んでもらえる身近な人から申請書にサインをもらうことで禁煙の“成功”としています。身近な人も満足できる禁煙（休煙）を目指しましょう!



申請に時効はありますか？

原則5年間です。ただし、令和6年度までは令和2年4月1日以降の禁煙成功（令和元年10月1日以降の初診）の方に限ります。



4回目の禁煙外来で担当医からもう診療の必要はないと言われました。それでも5回目を受けなければなりませんか？

不要な診療を受ける必要はありません。計4回であった旨を共済事務担当係に伝えてください。



昨年度に助成を受けましたが、再び喫煙してしまい禁煙外来を受診しました。再度申請してもいいですか？

申請回数の制限は年度内1回であるため、再度申請することができます。禁煙は長い目で見て成功させましょう!

