

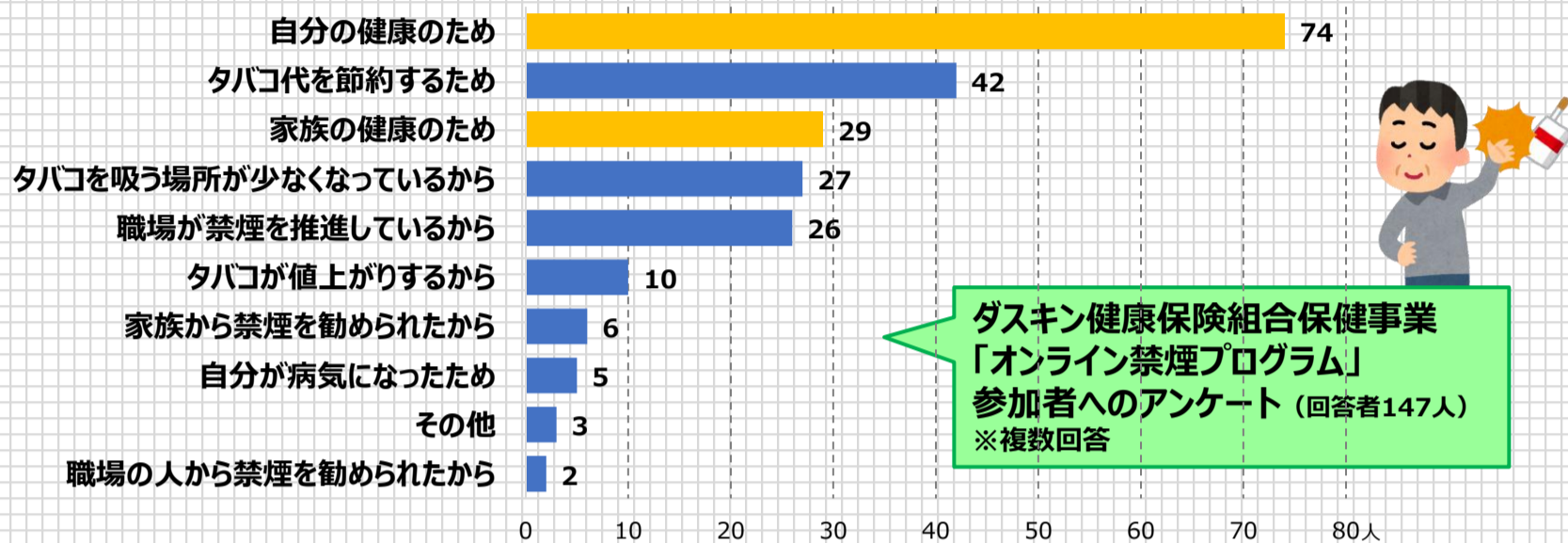


禁煙にチャレンジ **第2弾**



《 テーマ 》 禁煙をみんなでサポートしよう！

禁煙にチャレンジするきっかけは、やはり健康のためがトップ！



【オンライン禁煙プログラム】参加者の声

「タバコをやめられた事に感謝です。喫煙者が全国的に減る事を願います。禁煙できずにいる人も結果を恐れず参加してみたい」
 「病院に出向くことなく禁煙治療を受けることができたことは、禁煙したいと思う気持ちの後押しになりました」
 「私の場合、会社で同時期に3人で始めたこともあり、その事も成功に導いてくれたと思っています。禁煙してまだ2ヶ月。誘惑に負けずに頑張っています」

禁煙チャレンジサポート <その1>

禁煙にチャレンジしている人が、「自分は禁煙できる」という自信がもてるようなサポートを！

禁煙したい人や禁煙中の人や身近にいる時、どんなサポートをすればよいのでしょうか？
 保健事業「オンライン禁煙プログラム」を提供してくださっている㈱リンケージによると、「自分は禁煙できる」という自信をもってもらうことだそうです。
 職場の同僚やご家族に禁煙にチャレンジする方がおられたら、「もう〇カ月禁煙してるんだって、頑張ってるね」「禁煙プログラムに参加してるって、〇〇さんなら大丈夫だよ」といった、励ましのひとことを！

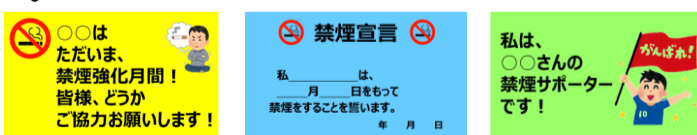


禁煙チャレンジサポート <その2>

健保組合では、「フレフレ！！禁煙チャレンジ」企画を推進中！

禁煙にチャレンジするご本人や職場の同僚、ご家族でご活用いただける禁煙サポートグッズを企画・制作中です。

禁煙サポートグッズイメージ



禁煙サポートグッズは、事業所担当者様宛にメールにてご案内する予定です。（4月中旬頃）

机やパソコンまわり等、目につくところにこんな感じで使っていただけるものを企画中です。



ダスキン健康保険組合の保健事業「オンライン禁煙プログラム」参加者募集中（先着30名）
 参加費無料／再チャレンジもOK！

お申込みはこちら（申込サイト）▶

