

禁煙

あなたも！禁煙

禁煙キャンペーン！

禁遠

禁縁

昨年に引き続き、「あなたの禁煙を応援します！」
キャンペーンを実施します。
無料で禁煙補助剤（禁煙パッチ）を利用でき、
SMSでのサポートを受けられます。
この機会にぜひ禁煙を実現させましょう。

マスコットキャラクター
「はこ坊」

申込みは7月7日（月）から開始します。

詳細は



参加無料

先着 **300名!**

申込締切: 8月8日

今年は7年目となりますが、毎年たくさんの方が禁煙に成功しています。
そろそろたばこやめようかな、健康が気になるな、家族からやめるよう
言われている等、禁煙について考えている方は、ぜひ参加をお待ちしています！

対象者

2023年度及び2024年度の
健康診断で「喫煙している」と
回答した方

または

現在、
1日5本以上喫煙している方

※被扶養者も対象となります。お申し込みは個別となりますので、被保険者とは別に個人でお申し込みください。

実施内容

1 2万円相当の禁煙補助剤（パッチ） を無料提供！

禁煙補助剤（パッチ）は、毎日貼
るだけで、禁煙中の吸いたい気
持ちやイライラ、集中力低下な
どが和らぎます。



2 禁煙のコツをSMSで配信！

一人だけでは辛い禁煙を専門家がサポート。「禁
断症状のしのぎ方」など禁煙のコ
ツや応援コメントなどをSMSでお
届けします。



取組期間

3ヵ月間

（最終期日：令和7年12月31日まで）

表彰・賞品

禁煙達成者には証明書と
ささやかなプレゼント
（クオカード）をお贈りします。



禁煙達成の条件

禁煙補助剤（パッチ）を8週間使用した後、
補助剤を使用せず1ヵ月以上禁煙した場合

マスコットキャラクター
「はこ坊」



お問い合わせ

東京貨物運送健康保険組合

・健康管理課 03-3359-8162
・禁煙キャンペーン事務局 050-5358-0600
（健康サポートデスク／平日 10：00～17：00）