

禁煙って  
家族のため  
でもあるんだ。

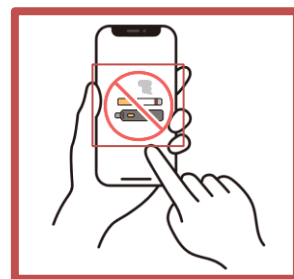
禁煙プログラムに参加した方の62%は  
「家族のため」・「家族から勧められたから」と答えています。

※リンケージ社データ；オンライン禁煙プログラム参加者問診より（n=8,339）

卒煙



No  
smoking



チャレンジ

参加費 無料

ニコレットまたはパッチを使ってまずは短期間の吸わない生活体験から始めましょう！  
禁煙に役立つ情報をサポートメールとしてお届け、チャットでのご相談も可能です。

### ▶ ノンスモ禁煙サポート（ニコレットorパッチ）

募集期間：2025年4月1日（火）～2026年3月31日（火）

募集対象：しんくみ東海北陸健康保険組合の加入者

参加費用：無料（全額健保にて負担）

参加方法：裏面のQRコードまたはURLより必要事項を入力

※プログラム内で実施するアンケートは回答必須、必ずご回答頂きますよう宜しくお願い致します。

事業  
に関するお問合せ

しんくみ東海北陸健康保険組合  
TEL:052-451-0291

プログラムの内容等  
に関するお問合せ

株式会社リンケージ サポートデスク  
TEL : 0120-33-8916 メール : sd@linkage-inc.co.jp



# プログラムの流れ

## Program Flow

通院や面談なし

チャットで相談

選べる禁煙補助薬は郵送

### 禁煙補助薬（ガムorパッチ）の服用&10日間のサポートメール

Step  
01



① 申込み



② 補助薬配送／チャット相談  
サポートメール配信



③ アンケート回答  
(プログラム開始1ヶ月後)

### リンケージサポートデスクによる6ヶ月間の継続支援サポート

Step  
02



プログラム終了後も月1回、フォローメールを配信  
チャット相談は随時可能！

## 選べる2つの禁煙補助薬



### ニコレットコース

ガムから溶け出したニコチンを、口腔粘膜から吸収します。タバコが吸いたくなったら利用し、使用個数を徐々に減らします。喫煙本数の比較的少ない方向けです。

#### 概要

- ・ 吸いたくなったらいつでも使用できる
- ・ 禁煙時の寂しさを紛らわすことができる
- ・ 比較的短い時間で効果が現れる
- ・ ニコチン摂取量を自分で調整できる

#### 特徴と メリット



### パッチコース

湿布と同じように皮膚に貼ることで、皮膚からニコチンを吸収します。1日の本数が多く、ガムでは対応しきれない方や、ガムが苦手な方にお勧めです。

#### 概要

- ・ 1日1回貼るだけで、確実にニコチンを補充できる
- ・ 禁煙していることを他人に気づかれにくい
- ・ 歯の状態に関係なく使用できる

#### 特徴と メリット

ニコレット（ガム）2週間分※

※ニコレットは2週間分（48個）が配送されます。

ニコレットコースの  
お申込みはこちら→

URL : <https://bit.ly/3n6DeL9>



#### お申込 方法

パッチ（貼り薬）1週間分※

※パッチは1週間分（7枚）が配送されます。

パッチコースの  
お申込みはこちら→

URL : <https://bit.ly/42mMI58>

