（禁煙チャレンジ制度　従業員向け説明資料）

2025 年 4 月
NTN 健康保険組合
人事部

禁煙チャレンジ制度について

禁煙チャレンジ制度は、禁煙補助薬（ニコチンパッチ又はニコチンガム）を使用した禁煙支援事業です。禁煙を考えている人、今まで何度も禁煙に失敗した人もチャレンジしましょう。希望する人は、必ず以下を確認してください。

1. はじめに

下記に該当しないことを確認してください。該当する場合は、申し込みできません。

□非喫煙者（タバコを吸ったことのない人及び現在タバコを吸っていない人）
□他のニコチンを含有する製剤を使用している
□妊娠又は妊娠している可能性がある
□授乳中
□重い心臓病を有する
（1）3 ヶ月以内に心筋梗塞を起こした （2）重い狭心症と診断されたことがある （3）重い不整脈と診断されたことがある
□急性期脳血管障害（脳梗塞、脳出血等）と診断されたことがある □うつ病と診断されたことがある
□ニコチンパッチ・ニコチンガムの成分によるアレルギー症状（発疹・発赤、かゆみ、はれ等）をおこしたことがある
□（ニコチンガムの場合）あごの関節に障害がある

2. 申込時期と回数

随時受付、**年度（4 月～3 月）中に 1 回**。

3. 申込方法

①「禁煙宣言書 兼 禁煙支援制度 申込書」に必要事項を記入し、各事業場安全衛生担当者に申し込む（事業場によって就業時間中はニコチンガムを使用できないことがあります）。

②禁煙補助薬は、産業保健スタッフ（産業医又は看護職）の面接を受けていただいた時にお渡しします。面接日は、後日連絡します。

・ニコチンパッチは、「ニコチネルパッチ20」6週間分、「ニコチネルパッチ10」2週間分の2種類。

・ニコチンガムは、96個分。

③使用方法や注意事項、今後のフォロー体制等は、産業保健スタッフ（産業医又は看護職）の面接時に確認してください。

④禁煙補助薬の中に振込用紙が同封されています。自己負担額（ニコチンパッチ 4,000 円、ニコチンガム 1,000 円）を、コンビニ等で振り込んでください。

4. 卒煙結果について（禁煙開始 6 ヵ月後、禁煙達成していたら【卒煙成功】！）

①「禁煙達成証明書」を事業場安全衛生担当者に提出して下さい。

②後日、本人とサポーターに健康保険組合より「なめらか健康ポイント」1,000pt（1,000 円相当）が付与されます。

5. 問い合わせ先

・各事業場安全衛生担当者

・NTN 健康保険組合　豊川（内線：7-61-3439、メール：honsha_kenpo @ntn.co.jp）

以上

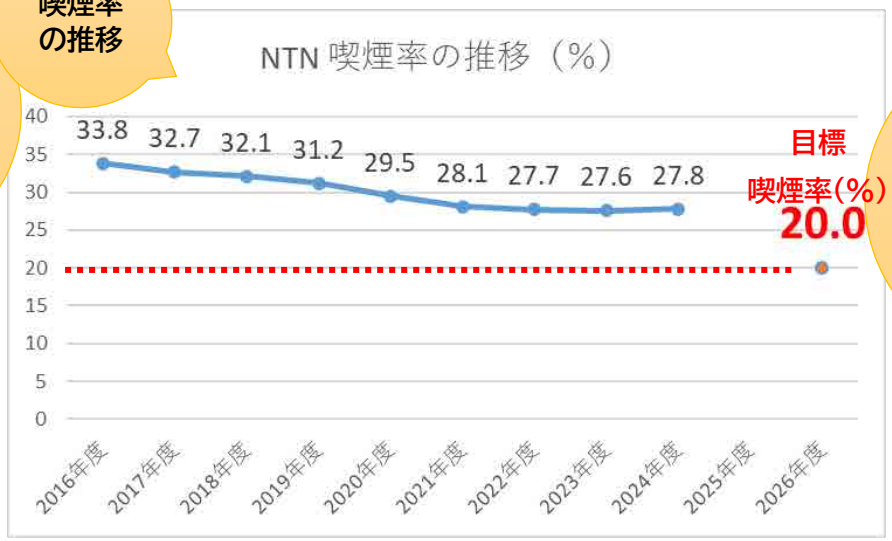
（裏面は NTN 禁煙プランの紹介）

NTNの禁煙プラン！目標値に向けてみんなで応援！

NTN 目標値
2026年
喫煙率 20%

2021 年 4 月
健康経営
禁煙宣言

喫煙率
の推移



6 ヵ月後、禁煙達成すれば、本人とサポーターに「なめらか健康ポイント」1,000pt(1,000円相当)」プレゼント！

☑ 【禁煙チャレンジ(ニコチンパッチ)】 申し出は随時、安全衛生担当へ

禁煙補助剤…ニコチンパッチ 8 週間分･56 枚　自己負担額…4,000 円(健保補助 13,800 円)

《説明文書より》
- ニコチネルパッチは、タバコをやめたい人のための医薬品です。
- 禁煙時のイライラ･集中困難などの症状を緩和し、禁煙を成功に導くことを目的とした禁煙補助薬です。(タバコを嫌いにさせる作用はありません。)
- 1 日 1 回貼るだけの簡単な使用方法で、あなたの禁煙をサポートします。
- シンプルな 2 ステップの禁煙プログラムにより、約 2 ヵ月で、あなたを無理のない禁煙へと導きます。
- 独自の経皮吸収治療システムにより、禁煙に必要なレベルのニコチンを安定して皮ふへ放出します。

☑ 【禁煙チャレンジ(ニコチンガム)】 申し出は随時、安全衛生担当へ

禁煙補助剤…ニコチンガム 96 個　自己負担額…1,000 円(健保補助 5,950 円)

《説明文書より》
- ニコレットは、タバコをやめたい人のための医薬品です。
- 禁煙時のイライラ･集中困難などの症状を緩和し、禁煙を成功に導くことを目的とした禁煙補助薬です。(タバコを嫌いにさせる作用はありません。)
- タバコを吸いたいと思ったとき、1回1個をゆっくりと間をおきながら、30～60分間かけてかむ。
- 通常、1日4～12 個から始めて適宜増減するが、1 日の総使用回数は 24 個を超えないこと。禁煙になれてきたら(1 か月前後)、1 週間ごとに 1 日の使用個数を1～2個となった段階で使用をやめる。なお、使用期間は 3 ヵ月をめどとする。
- 徐々に使用量を減らすことで、約3ヵ月で無理のない禁煙へ導きます。

タバコの依存は強く、1度目の禁煙で成功することは少ないものです。
ニコチンパッチやニコチンガムは、タバコをやめたあとに起こる禁断症状をやわらげて、禁煙しやすくしてくれます。
産業保健スタッフ(産業医･看護職)に相談しながら、**何度でも禁煙にチャレンジ**しましょう。