

たばこの**本数**を
減らしてみようか…

低タール
たばこだから
大丈夫！

加熱式なら
いいんじゃない？

低たーる男

加熱式たば子

吸い方を変えても、**リスク**^{*}はなりません

たばことの付き合い方
今こそ、見直しませんか？



世界禁煙デー

World No
Tobacco Day

2025.5月31日(土) START!

「世界禁煙デー」は、「たばこを吸わないことが一般的な社会習慣となるよう様々な対策を講ずるべきである」という世界保健機関（WHO）の決議により昭和63年に初めて設けられ、平成元年からは5月31日と定められています。
※紙巻きたばこ、加熱式たばこ、低タールたばこ製品に含まれるニコチンは身体依存を形成し、神経系への悪影響を及ぼします。さらに、心拍数や血圧の上昇を引き起こし、脳卒中・心血管疾患リスクを高めます。

アプリで気軽に卒煙、しませんか？

詳しくは裏面へ ▶▶

アプリのダウンロード・
プログラムの詳細は
＼ はこちらから！ ／



参加申込書を
健保に提出！

参加費無料！

ascure 卒煙

完全オンライン 卒煙プログラム

卒煙した
参加者の
声



50代 男性

周りに禁煙宣言をして加熱式たばこを処分した。健康のためには減らすのではなくやめるのが大事と学んだ。

アプリでたばこ対策の情報を学びながら楽しく卒園できたし、どのくらいお金がたまったかが見えて励みになった。



40代 女性

プログラム参加費用

税込59,400円のところ、

¥0 自己負担なし
無料！

プログラム参加方法

参加申込書を
健保に提出



SCSK健康保険組合ホームページから「ascure卒煙プログラム参加申込書」を健保宛てに提出

ご参加の条件



アプリを利用できる方

- ・動作環境については、アプリダウンロードの画面で要件をご確認ください。
- ・PCまたはタブレットはご利用できません。
- ・お使いの機種や端末によって、アプリがご利用できない可能性がございます。



禁煙を希望する方

- ※ 以下の方のご参加はご遠慮ください
- ・3か月以上禁煙している方
 - ・減煙希望の方
 - ・新型たばこの継続利用を希望される方
 - ・禁煙する意思が無いにも関わらず、強制的にプログラムに参加させられている方



SCSK健康保険組合にご加入の方

【注意事項】

- ・既往歴によっては、参加者の健康を守るため、医薬品をお渡しできない場合がございます。
- ・上記以外でも、うつ病の既往歴やその他治療中の病気がある方は、主治医の許可が出ない場合は参加をお断りする可能性がございます。

申込み期限と上限人数

2026年 3月19日(木)まで

お問い合わせはこちら

ascure (アスキュア) 卒煙サポートチーム

- ・ Email : ascure@cureapp.jp
- ・ TEL : 050-3066-5944
- ・ 受付時間 : 月～金曜日 10時～17時
(土日祝日・その他弊社が指定する休日を除く)
- ・ FAQサイト :
<https://cureapp.zendesk.com/hc/ja>