

やっぱり健康でなくっちゃ

HIKYAKUの 元気街道

このコーナーでは、社員の「元気」を後押しするためのさまざまな健康情報を紹介します。

SGホールディングスグループ
健康保険組合からのお知らせ

元気街道クイズ

- ① 約11% ② 約22% ③ 約33%

★答えはページの下に。

Q: SGホールディングスグループの40歳以上女性被扶養者(奥様など)の喫煙率はどれくらいでしょうか?(平成20年度健診時に実施した問診結果より推計)



これから禁煙しようと考えている方にお知らせです!!
今年度より、禁煙を応援する「SG禁煙サポート」が始まります。社員だけでなくご家族(被扶養者)も対象になりますので、たくさんの方のご参加をお待ちしています。

SG禁煙サポート

1 インターネット禁煙マラソン

パソコンや携帯電話を利用した12週間の禁煙マラソン。毎日メールで配信される1日1問の質問に答えながら禁煙にチャレンジします。

その他に、禁煙記録、掲示板、相談窓口が利用できます。掲示板では禁煙の先輩や仲間とのコミュニケーションが自由にでき、相談窓口では医師からのアドバイスがもらえます。

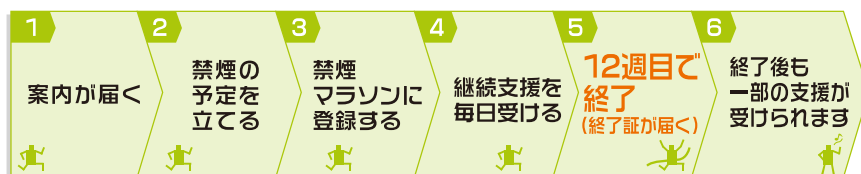
【対象】 禁煙を希望される被保険者および被扶養者(※任意継続の方はご利用できません)

【利用方法】 申込フォーム(健康保険組合のホームページからダウンロード)に必要な事項を記入してお申し込みください。申し込み受け付け後、詳しい登録方法やプログラムで使用する冊子を送付します。

【受付期間】 平成21年5月～平成22年2月

【参加特典】 ★本来有料のところを無料で利用できます(メールの送受信に掛かる費用は自己負担になります)。
★成功者には健康保険組合から禁煙成功認定証を発行します。

インターネット禁煙マラソンのスケジュール



2 禁煙相談

禁煙に関する疑問などに健康保険組合の保健師がお答えします。
フリーダイヤルなので無料で利用できます。

【電話番号】 0120-81-6570

【相談時間】 月～金の9:00～17:00(祝祭日除く)



※その他禁煙に関する情報を健康保険組合のホームページ<http://www.kenpo.gr.jp/sgh/>に掲載していますので、併せてご覧ください。

問合せ先 SGホールディングスグループ健康保険組合 075-343-6533

健康(心と体)に関するお問い合わせ 面談、カウンセリングもあります

SGホールディングスグループ 健康ダイヤル24

元気街道クイズの答え: ②約22%(平成20年度にJTが実施した全国調査では女性の喫煙率が12.9%です。SGホールディングスグループにおける女性被扶養者の喫煙割合は高いといえます)

禁煙してみませんか?

SG禁煙サポートが始まります!!



26
歩目