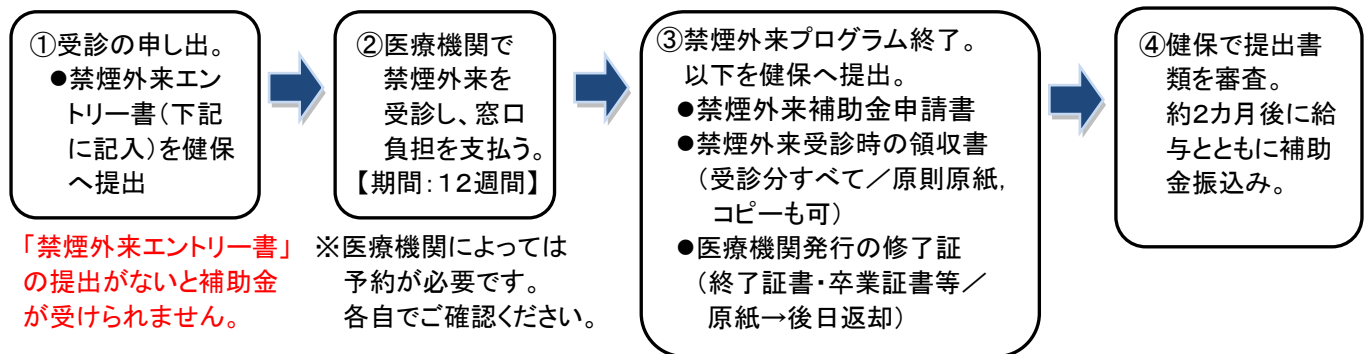


禁煙外来費用補助のご案内

喫煙習慣はがんを誘発するだけでなく、動脈硬化・高血圧・糖尿病などの罹患リスクを高めます。健保組合では喫煙から脱却する方のために「禁煙外来」の受診費用を補助します。ご自分と家族の健康のため、ぜひご利用ください。

1. 対象者 : 禁煙外来を受診し、12週間の禁煙プログラムを終了（禁煙に成功）した
被保険者（社員本人）・被扶養配偶者（CKD健保組合加入の配偶者）の方
（任意継続被保険者の方及びその被扶養者の方を除く）
2. 申請期間 : 補助金申請の期限は設けていません。随時申請してください。
3. 補助金額 : 禁煙外来で医療機関に支払った窓口負担額（**上限20,000円**／1人）
※禁煙外来を健康保険で受診するには、一定の条件が必要です。詳しくは次ページを参照してください。
4. 受診～補助金支給の手順



■禁煙外来受診にあたって

- ①禁煙外来を行っている医療機関を探す場合は、インターネットにて、「すぐ禁煙.jp」 <http://www.sugu-kinen.jp/> あるいは「日本禁煙学会HP」 <http://www.nosmoke55.jp/nicotine/clinic.html> を参照してください。（インターネット環境がない方は、健保組合へお問い合わせください。）
- ②医療機関から修了書等の発行がなかった場合は、「禁煙外来補助金申請書」の下段に医療機関で「禁煙外来終了証明」を受けてください。
- ③禁煙外来（12週間のコース）を終了し、禁煙外来補助金申請書を提出ください。
- ④薬については、他に服用中の薬との飲み合わせ等医師とよく相談し、了解した上で服用してください。

----- きりとり線 -----

禁煙外来エントリー書

提出先 : K 健保 鬼頭

本件について健保組合と会社（健康管理室）が情報共有をすることに同意した上で、禁煙外来エントリーを宣言します。薬については医師と相談の上、了解した上で服用します。

年 月 日

保険証 記号・番号	記号	番号	被保険者 (社員本人) 氏名	職番	
禁煙外来受診者が被保険者 (社員本人)の時			氏名		
禁煙外来受診者が被扶養配偶者 (CKD健保加入の配偶者)の時			氏名		

健康保険で禁煙外来を受診するには

健康保険を使って禁煙治療を受けるためには、以下の条件をすべて満たしている必要があります。条件にあてはまる方は、健康保険で禁煙外来を受診できる可能性が高くなります。（最終的には医師が判断します。）

当てはまらない方は、自由診療になる可能性があります。自由診療の場合は健康保険適用の場合の3倍以上の費用がかかりますが、受診することはできます。（自己負担が増えます。）

今回が初めての禁煙外来受診である、または、前回の禁煙外来受診の初回診療日から1年以上経過している。

次の項目であてはまるものが4つ以上ある。

- ① 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまうことがある。
- ② 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがある。
- ③ 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコが欲しくて欲しくてたまらなくなったことがある。
- ④ 禁煙したり本数を減らした時に、次のどれかの症状があった。
 - ・イライラ ・眠気 ・神経質 ・胃のむかつき
 - ・落ち着かない ・脈が遅い ・集中しにくい ・手のふるえ
 - ・ゆううつ ・食欲または体重増加 ・頭痛
- ⑤ 上記の症状を消すために、またタバコを吸い始めることになったことがある。
- ⑥ 重い病気にかかった時に、タバコはよくないとわかっているのに吸ったことがある。
- ⑦ タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがある。
- ⑧ タバコのために自分に精神的問題※が起きているとわかっているのに、吸うことがある。
- ⑨ 自分はタバコに依存していると感じることがある。
- ⑩ タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けたことが、何度かある。

※精神的問題

禁断症状ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状があらわれている場合をいいます。

【1日の平均喫煙本数】 × 【これまでの喫煙年数】 ≥ 200 である。

1カ月以内に禁煙を始めたいと思っている。

禁煙治療を受けることについて、医療機関で文書で同意する。