

年金機構けんぽからのお知らせ（第 651 号）8.4.20

無料オンライン禁煙外来プログラムのご案内



令和 8 年度事業として、喫煙によるご本人の健康被害や疾病予防と、ご家族や職場の皆様の受動喫煙防止及び喫煙率の低減化を目的として「オンライン禁煙外来プログラム」を実施します。

禁煙をしたいと考えている方、禁煙がうまくいかなかった方、特定保健指導の対象となった方(※)は、相談やアドバイス等のサポートを得ながら禁煙成功を目指す本プログラムを、ぜひご活用ください。(※)禁煙により特定保健指導の支援レベルが積極的支援→動機付け支援に緩和されることが期待できます。

【 実施概要 】

募集期間	～令和 9 年 3 月 30 日(火) ※初回診察は令和 9 年 3 月 31 日(水)までに受診してください。
対象者	被保険者、被扶養者、任意継続被保険者 ※資格喪失後は利用できません。
費用	無料(通常 60,500 円)
実施方法・ 全体の流れ	詳細は【別添 1】を参照してください。 ・お手持ちのスマートフォンを利用、アプリをダウンロードします。 ・スマートフォンの表示に沿って情報を登録し、禁煙治療に関する動画を視聴後、オンライン診療の日時を予約します。 登録には、当健保組合の識別番号 042019 が必要です。 オンライン診療 平日:9 時～22 時 土日:8 時～18 時 (初回診察 15 分程度、再診 5 分程度) ・禁煙補助薬が自宅に届き、服薬開始します。 ・初回診察から約 2 か月間、オンライン診療と禁煙補助薬で段階的に禁煙をサポートします。卒煙確認後も 6 か月間プッシュ通知やメールマガジンでサポートします。
委託業者	メドケア株式会社 プログラムに関するお問い合わせ先 03-6908-2424 Medically サポートチーム(電話受付時間:平日 10 時～18 時)

令和 7 年度の実績は 53 名が利用し、
40 名治療完了、13 名継続中、
34 名卒煙されました(85%成功！)



- 申し込みは一人につき、年度内 1 回限りとなります。
- 昨年度に当プログラムを利用し、禁煙できなかつた方も、再度申し込むことができます。
- 令和 7 年度に特定保健指導の対象となった方には、9 月中旬に別途ご案内を送付する予定です。

マイナ保険証 始まっています!

医療機関の受診は **マイナ保険証** で
何が便利になるの? メリット編 ▶

厚生労働省作成動画



照 会 先	日本年金機構健康保険組合 保健事業課 電話番号 03-5216-3222 ※お問い合わせは 12 時～13 時を除いた時間帯にお願いします。 (12 時～13 時は担当不在により回答できない場合があります。)
添付資料	【別添】「参加費無料 Medicallyオンライン禁煙外来プログラム」リーフレット

参加費
無料

日本年金機構健康保険組合

Medically

オンライン 禁煙外来 プログラム

≡ スマホで診察、通院の必要なし！ ≡



お手持ちのスマートフォンを活用し、テレビ電話で医師による診察及び禁煙補助薬の処方を受けていただくプログラムです。
自分の好きな時間に好きな場所でいつでもどこでも気軽にはじめることができます。

オンライン
診察時間

平日：9時～22時
土日：8時～18時



完全オンライン
対応

スマホ一台で
時間や場所を
選ばず参加可能



禁煙補助薬は
ご自宅へ

お薬は登録住所の
ポストにお届け



禁煙成功率
87.3%

(2024年度参加者実績)
医師の診察と処方される
禁煙補助薬の効果で、
多くの方が無理なく
禁煙に成功しています。

申込期間

～2027年3月30日(火)

※初回診察は2027年3月31日(水)までにお受けください。

参加費用

自己負担0円！

通常60,500円(税込)の
禁煙プログラムが

参加対象

日本年金機構健康保険組合にご所属の組合員

参加方法

- ①お手持ちのスマートフォンにアプリをダウンロード
- ②以下の健保識別番号を入力いただきプログラムスタート

アプリは右の2次元コードからダウンロードできます。

もしくは、App Store・Google Playにて「Medically」と検索してください。



ダウンロードはこちら

ユーザー登録の際に必要な健保識別番号

042019

プログラムの流れ・スケジュール

「Medically禁煙外来プログラム」は初回診察から2か月間（個人差があります）オンライン診察と禁煙補助薬で段階的に禁煙をサポートしていきます。



★プログラム終了後もプッシュ通知やメールマガジンで**6か月間サポート!**

禁煙補助薬

Medically禁煙外来プログラムでは、2種類の禁煙補助薬をご用意しています。

処方再開
しました!

チャンピックス錠 (経口薬)



【チャンピックス錠の作用と効果について】

脳内のニコチン受容体へタバコの煙に含まれるニコチンに代わって結合し、本来なら喫煙時に放出されるドーパミン(快感を生む物質)を、代わりに少量放出した上でニコチンとの結合を長時間邪魔することで、ニコチン切れの症状を軽くしたり、タバコをおいしいと感じにくくさせます。

※2か月間の服用期間中は、自動車・バイクの運転や危険を伴う機械操作への従事はできません。処方可否については、医師が日常のご様子をお伺いして判断いたします。

※参考「くすりのしおり」

<https://www.rad-ar.or.jp/siori/search/result?n=18760>

ニコチネルTTS (貼付薬)



【ニコチネルTTSの作用と効果について】

皮膚から徐々にニコチンを吸収させて、禁煙時に生じるタバコを吸いたいという欲求、いらいら感、集中力低下などの症状をやわらげ、無理なく禁煙に導きます。

※参考「くすりのしおり」

<https://www.rad-ar.or.jp/siori/search/result?n=44501&plain=1>

注意事項 ~参加前にご確認ください~

必須

既往歴等によって処方できない場合がございます。かかりつけ医をお持ちの方は、**プログラム参加前に禁煙補助薬を使用している禁煙治療開始の許可を得てからお申込みください。**

- ・薬剤使用開始後、副作用発現等により薬剤使用継続が困難、もしくは他規格等へ変更となった場合においても、すでに処方された薬剤の取り換えは対応しておりません。
- ・診察より2ヶ月以上経過し、次回のご予約もしくは終了操作が確認できない場合はプログラムを終了させていただきます。ご了承ください。

申込・プログラムに関するお問合せ

メドケア株式会社

Medicallyサポートチーム（電話受付時間：平日10時～18時）

03-6908-2424 support@medically.com

 Medically