

2026年度 禁煙サポートのご案内

【対象者】 豊島健康保険組合の被保険者（昨年度参加者で禁煙成功者は対象外）

【申込期間】 2026年5月11日（月）～11月20日（金）

先着40名限定
自己負担0円

下記のプランからご自身にあったものをご選択ください。

2～3か月の禁煙期間終了後、A～Cは「経過報告書」、Dは「禁煙証明書」をご提出いただきます。（上長確認有）

禁煙プラン	内容
A. オンライン禁煙プログラム （詳細：2～3ページ）	PCやスマホ・タブレットを活用したオンライン診療。 禁煙補助薬を利用し、約2か月かけて禁煙に挑戦。 （プログラム費用：約60,000円 ▶ 自己負担：0円）
B. ノンモ禁煙サポート （詳細：2～3ページ）	禁煙パッチまたはガムで禁煙に挑戦。 （プログラム費用：約8,800円 ▶ 自己負担：0円） さらに、プログラム終了後もご自身で市販薬を購入される場合、 購入代金の最大3,200円まで補助）
C. 禁煙外来	禁煙外来へ通院し、禁煙に挑戦。 （禁煙外来にかかる費用：最大20,000円まで補助）
D. 自力禁煙	ご自身の意思のみで禁煙に挑戦。 （禁煙成功者にPepUpで5,000ポイントプレゼント）

<2026年度 特別企画> サポータープランでPepUpポイントプレゼント★

禁煙はご自身だけでなく、家族や同僚など周囲の方の健康を守ることに直結します。

この機会に、周囲の方と協力して健康習慣&ポイントを取得を目指してみませんか。

サポータープラン	内容
サポーターあり	喫煙者（1～3名）+ サポーター（非喫煙者1名）で、 チームを組んで禁煙にチャレンジ。 禁煙成功者本人へは3,000ポイント、 サポーターへは禁煙成功者数×2,000ポイントプレゼント！ ※但し、Dプランは禁煙成功者本人へ元々5,000ポイント付与があるため、 サポーターのみへのポイント付与となります。
サポーターなし	禁煙に成功した場合、1,000ポイントプレゼント！ ※Dプランは対象外です。

★サポーターは、同僚の方・被扶養配偶者の方など、PepUpに登録されている方でしたらどなたでもOKです！

<申込方法> 下記①～⑤の情報をメールに記載してお申込みください。

複数名で参加の場合、代表の方がお申込みいただければ結構です。

申込メール確認後、豊島健保より参加者の方へメール連絡します。

①会社名 ②氏名 ③禁煙プラン(A～D) ④サポーターありorなし

→サポーターありの場合：⑤一緒に参加される方（喫煙者+サポーター）の会社名・氏名・メールアドレス

<申込・問合せ先> メール：kenpo@toyoshimakenpo.or.jp / 電話：052-204-7799 / 担当：瀬古

豊島健康保険組合の

被保険者の皆さま

今日からの積み立て。
1本ずつ減らして
みませんか??



健保組合が案内する禁煙プログラムで
年間約20万円の節約にチャレンジできます!

※「禁煙することで1日1箱（600円）の消費を節約した」と仮定 1か月（30日）18,000円 1年（365日）219,000円

～申込方法～

健康保険組合へメールにて希望プログラムを
ご連絡。
申し込み用URL/QRコードを受け取りの上
お申し込みください。

募集期間

2026/5/11（月）
～2026/11/20（金）

参加費無料

選べるプログラムで自分に合った禁煙にチャレンジ!!

A. オンライン禁煙プログラム

医師とともに2ヶ月間のプログラ
ムで確実に卒煙を目指したい方
におすすめです。オンラインに
よるプログラムで通院の手間が
かかりません。



B. ノンスモ禁煙サポート

まだ卒煙にまでは踏み切れない
ものの、まずは期間限定で禁煙
してみたい方におすすめです！
気軽に最初の一步を踏み出すこ
とができます。



プログラ
ムの内容等
に関する
お問合せ


株式会社リンケージ 
サポートデスク
TEL : 0120-33-8916
メール : sd@linkage-inc.co.jp


事業
に関する
お問合せ


豊島健康保険組合
TEL : 052-204-7799
メール : kenpo@toyoshimakenpo.or.jp

A. オンライン禁煙プログラムの流れ・特徴



 外来の待ち時間を解消

 通院の手間を解消

 診療後に処方薬を配送

※ 本プログラムはチャンピックス（飲み薬）もしくはニコチネルパッチ（貼り薬）を用いた禁煙治療となります。
※お申し込み後、委託先（株式会社リンケージ）から送付される「案内メール」にそってオンライン診察の予約をお願いします。

B. ノンスモ禁煙サポートの流れ・特徴



プログラムの比較

A. オンライン禁煙プログラム

特徴

医師による診療

本格的な卒煙チャレンジしたい方へおすすめ

薬

処方薬(8週分)

期間

2ヶ月+フォロー10ヶ月

B. ノンスモ禁煙サポート

メルマガによる支援

まずは数日間の禁煙体験をお試ししたい方へおすすめ

市販薬(数日分)

10日+フォロー6ヶ月