みんなで卒煙 Q&A

[エントリーシートについて](#)

[インセンティブ請求について](#)

[卒煙証明者について](#)

[サポーターについて](#)

[kencom について](#)

[健康経営推進責任者向け](#)

【エントリーシートについて】

- Q. エントリーシート提出の段階で、卒煙証明者の署名は必要ですか。
- A. エントリーシートは、禁煙宣言書の代わりでもあります。これから禁煙を始める本人と、禁煙を見守る卒煙証明者やサポーターがみんなで、3ヶ月以上の禁煙を目指すという宣言の意味で、卒煙証明者にも署名をいただいております。エントリーシートに第三者の卒煙証明者（各社医療職、または卒煙者の上司）の署名がない場合は、禁煙成功時のインセンティブの付与はできませんので、必ず署名をもらってください。

【インセンティブ請求について】

- Q. 禁煙開始からタバコを吸ってしまったが、インセンティブを請求することは可能？
- A. エントリーシート提出後、薬剤（禁煙パッチ・禁煙ガム）を使用してから、万が一タバコを吸ってしまった場合、その翌日を禁煙開始日とし、以後3ヶ月間以上連続で禁煙ができた場合は請求が可能です。また、3ヶ月間の禁煙達成後も禁煙の見込みがあることが条件となります。
- Q. 健保の禁煙プログラムへ申し込みをせずに独自で禁煙に成功したがインセンティブは請求できますか？
- A. インセンティブ付与は、無料配布パッチ・無料配布ガム・オンライン禁煙プログラムへの申し込みが必須となります。申し込みがない場合または指定の健保禁煙プログラム以外は対象外となります。
- Q. インセンティブ請求書の提出有効期限はいつまでですか？
- A. 2022年6月30日健保必着。以後健保へ届いたものは対象外となります。

Q. インセンティブはいつ付与されますか？

- A. ・2021年12月末までの請求→2022年2月頃付与
・2022年3月末までの請求 →2022年5月頃付与
・2022年6月末までの請求 →2022年8月頃付与

Q. 健保禁煙プログラムに応募し、薬剤（禁煙パッチ・禁煙ガム）を使い始めてから「みんなで卒煙」を知りました。「みんなで卒煙」への参加は可能ですか？

- A. 原則としては健保禁煙プログラムへの応募前にエントリーシートを提出。
エントリーシート出し忘れの場合、すみやかに提出してください。
2021年8月以降に健保禁煙プログラムに応募した場合に限り、エントリーシートを提出した日から連続3ヶ月以上禁煙ができ、卒煙証明者の証明があれば可能とします。

【卒煙証明者について】

Q. 卒煙証明者の上司とは？

- A. 原則管理職（マネージャー以上・課長以上・36協定適用外者）。
管理職が不在の場合、各社責任者・職場グループリーダー等も可。

Q. 卒煙証明は何を基準としますか？

- A. チャレンジャー本人からの報告をもって証明としてください。

Q. サポーターと卒煙証明者の併用は可能ですか？

- A. 卒煙証明者がサポーターとなることも可能です。

【サポーターについて】

Q. チャレンジャーとサポーター双方へのエントリーは可能ですか？

- A. チャレンジャー（喫煙者）とサポーター（非喫煙者）双方へのエントリーはできません。

Q. サポーターは何をすれば良いですか？

- A. チャレンジャーを励まし、3ヶ月以上禁煙が達成できるよう見守ってください。
（例：チャレンジャーへの定期的なメール・声掛け等）

【kencom について】

Q. 以前 kencom のアカウント削除をしましたが、再登録はできますか？

- A. 再度新規登録が可能です。ただし、「自主退会」をされた方は kencom への新規登録ができません。

【健康経営推進責任者向け】

Q. 「みんなで卒煙」の名前を変更して独自で考えた禁煙施策を行うことは可能ですか？

A. はい、施策名の変更も可能です。各社独自考案の施策に健保支援キャンペーンの「みんなで卒煙」をご自由にご活用ください。