

# 禁煙

# チャレンジ

## 宣言者募集!



- 禁煙しようと思っているあなた!
- 禁煙のキッカケが欲しいと思っているあなた!
- 医師から禁煙を勧められているあなた!



食事が  
おいしくなった!

風邪を  
ひかなくなった!

# 禁煙で こんなに 変わる!

煙たい・クサイと  
言われなくなった

階段で息切れ  
しなくなった!



口臭がなくなった!

年間約15万円も  
節約できた!  
※1日1箱吸った場合

肌荒れが  
無くなった!



# イイこと いっぱい!

この機会に**禁煙**に**チャレンジ**してみませんか!

### 取り組み方法

- ①「禁煙宣言書」に記入して事業所担当者様へ提出  
事業所担当者様から当組合へFAXしてください
- ②「記録シート」へ日々の達成状況を記入
- ③達成(90日)後、「記録シート」を事業所担当者様へ提出  
事業所担当者様から当組合へFAXしてください
- ④当組合で内容を確認後、事業所を通じて**プレゼント**を進呈  
いたします

達成すれば  
プレゼントがもらえるよ!



**ご安心ください!**

- 禁煙宣言書に記載の個人情報外部へ流出することはありません。
- 禁煙に失敗してもペナルティーはありません。

大阪府建築健康保険組合