

被保険者の皆様へ

みんチャレ禁煙プログラムの結果のご報告

平素は当健康保険組合の事業運営に関しご協力いただきありがとうございます。

みなさんの健康促進の一助となるべく、9月から約3か月間『みんチャレ禁煙プログラム』を実施しました。最終の禁煙状況結果が出ましたので、ご報告いたします。

今回の禁煙プログラムは115名の方に参加いただきました。最終アンケートに回答いただきました106名のうち、53名(50%)が4週間以上の禁煙に成功しました。禁煙外来における禁煙成功率は約30%といわれており、本禁煙プログラムの結果は非常に高い成功率となっています。

禁煙結果の分析

終了日時点で1週間以上禁煙している人は60.4%
プログラムの成功基準である4週間以上禁煙している人は50.0%

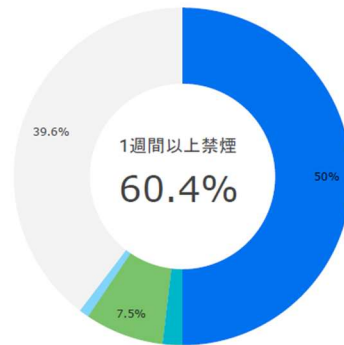
※参考：自力での禁煙成功率 4% 禁煙外来における成功率 31%

参加・最終報告人数

終了時人数 最終報告 回答人数
114 106
最終報告回答率
93%

多くのご参加
ありがとうございます！

最終報告回答者における禁煙成功分類

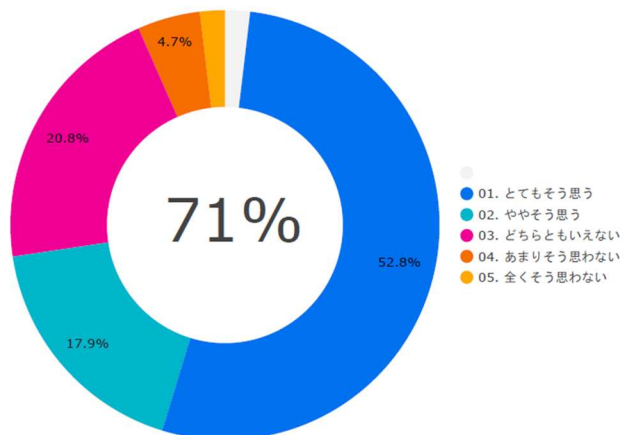


分類	人数	割合
4週間禁煙	53	50.0%
3週間禁煙	2	1.9%
2週間禁煙	8	7.5%
1週間禁煙	1	0.9%
0_喫煙	42	39.6%
総計	106	100.0%

※禁煙成功の定義：禁煙プログラム終了時点で、同時点からさかのぼって少なくとも4週間、たばこを1本も吸わずに禁煙している場合

成功者・失敗者含めて、
71%の参加者がプログラムに参加して良かったと回答している

参加して良かったか



来年度も禁煙プログラムを実施予定ですので、まだ喫煙中の皆様はぜひご参加ください。