

喫煙対策

職場などで
ご活用ください

無料で使える喫煙対策資材、あります。

協会けんぽ北海道支部
ホームページから
無料ダウンロード



「自分たちで取り組める」をコンセプトに
解説やアドバイスなどを盛り込んだ
喫煙対策ワークブックを作成しました。

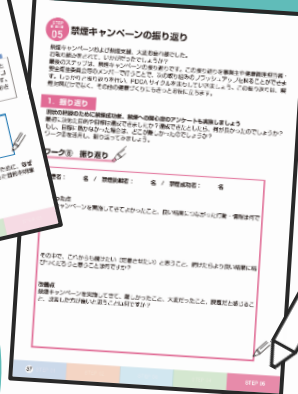
こんな悩みにオススメ!

- ・喫煙対策を一生懸命やっているのに、成果が出ない
- ・禁煙になかなか興味をもってもらえない など

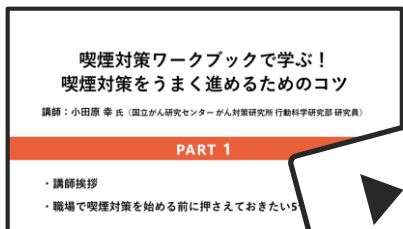
書き込みながら、
それぞれの職場に適した
喫煙対策プログラムを作る



計画の作成から
振り返りまで、
5段階のステップ



解説動画で
もっとわかりやすく!



職場で喫煙対策を始める前に押さえておきたい
ポイントや、喫煙対策の流れとコツなどの
解説動画を公開しています。
ワークブックとあわせてご覧ください。

ワークブックのダウンロード、
動画の視聴はこちらから



※ワークブックのダウンロードや動画の視聴は無料ですが、ご利用時の通信料等は各自のご負担となります。

他にもいろいろ! 裏面へ

禁煙セミナー動画

協会けんぽ北海道支部YouTubeチャンネルにて、禁煙セミナー動画を公開しています。

動画内容

- パート① 演者紹介、総論
- パート② 喫煙者へのアプローチ
- パート③ 受動喫煙
- パート④ 受動喫煙、SDGsの観点からの禁煙
- パート⑤ 加熱式タバコ

動画の視聴は
こちらから



※動画の視聴は無料ですが、視聴の際の通信料等は各自のご負担となります。

要申込

喫煙対策資材の無料配付

喫煙対策についてよくわかる、パンフレットなどの喫煙対策資材を無料で配付しております。
職場での掲示・回覧などにより、ご活用ください。 ※1～3については、ファイザー株式会社作成

1 パンフレット

吸わない人の
健康被害
“受動喫煙”
について



2 パンフレット

ニコチン
依存症を
正しく知る



3 パンフレット

喫煙対策で
健康的な
職場づくり



4 女性のための 禁煙ガイドブック

喫煙が及ぼす
影響について
5人の専門医
から学ぶ



5 卒煙ポスター（A2）

事務室などに
掲示して
禁煙への意識を
高める



- ◆ 数に限りがございますので、ご希望の数量を送付できない場合があります。
- ◆ お申込み後、約1週間程度で発送いたします。

ご希望の場合はこちらから
申込用紙をダウンロードし、
FAXにてお申込みください

