

参加費
無料

Medically

オンライン 禁煙外来 プログラム

神奈川県自動車整備健康保険組合

≪ スマホで診察、通院の必要なし! ≫



お手持ちのスマートフォンを活用し、テレビ電話で医師による診察及び禁煙補助薬の処方を受けていただくプログラムです。
自分の好きな時間に好きな場所でいつでもどこでも気軽にはじめることができます。

オンライン
診察時間

平日：9時～22時
土日：8時～18時



完全オンライン
対応

スマホ一台で
時間や場所を
選ばず参加可能



禁煙補助薬は
ご自宅へ

お薬は登録住所の
ポストにお届け



禁煙成功率
88.8%

(2023年度参加者実績)
医師の診察と処方される
禁煙補助薬の効果で、
多くの方が無理なく
禁煙に成功しています。

申込期間

～2027年3月30日(火)

※初回診察は2027年3月31日(水)までにお受けください。

参加費用

自己負担 0円!

通常60,500円(税込)の
禁煙プログラムが

参加対象

神奈川県自動車整備健康保険組合にご所属の組合員

参加方法

- ①お手持ちのスマートフォンにアプリをダウンロード
- ②以下の健保識別番号を入力いただきプログラムスタート



アプリは右の2次元コードからダウンロードできます。

もしくは、App Store・Google Playにて「Medically」と検索してください。

ダウンロードはこちら

ユーザー登録の際に必要な健保識別番号

274839

プログラムの流れ・スケジュール

「Medically禁煙外来プログラム」は初回診察から2か月間（個人差があります）オンライン診察と禁煙補助薬で段階的に禁煙をサポートしていきます。



★プログラム終了後もプッシュ通知やメールマガジンで6か月間サポート！

禁煙補助薬

Medically禁煙外来プログラムでは、2種類の禁煙補助薬をご用意しています。

処方再開
しました！

チャンピックス錠 (経口薬)



【チャンピックス錠の作用と効果について】

- ・刺激作用により少量のドーパミン遊離を促進して禁煙に伴う離脱症状やタバコへの切望感を軽減します。
- ・拮抗作用により服用中に喫煙すると $\alpha 4\beta 2$ ニコチン受容体にニコチンが結合するのを阻害して喫煙から得られる満足感を抑制します。

※自動車の運転などの危険を伴う機械の操作に従事されている方には処方注意のため、日常のご状況をお伺いして医師が処方判断いたします。

※参考「くすりのしおり」

<https://www.rad-ar.or.jp/siori/search/result?n=18760>

ニコチネルTTS (貼付薬)



【ニコチネルTTSの作用と効果について】

- ・皮膚から徐々にニコチンを吸収させて、禁煙時に生じるタバコを吸いたいという欲求、いらいら感、集中力低下などの症状をやわらげ、無理なく禁煙に導きます。

※参考「くすりのしおり」

<https://www.rad-ar.or.jp/siori/search/result?n=44501&plain=1>

注意事項 ~参加前にご確認ください~

必須

既往歴等によって処方できない場合がございます。かかりつけ医をお持ちの方は、プログラム参加前に禁煙補助薬を使用している禁煙治療開始の許可を得てからお申込みください。

- ・薬剤使用開始後、副作用発現等により薬剤使用継続が困難、もしくは他規格等へ変更となった場合においても、すでに処方された薬剤の取り換えは対応しておりません。
- ・診察より2ヶ月以上経過し、次回のご予約もしくは終了操作が確認できない場合はプログラムを終了させていただきます。ご了承ください。

 Medically

申込・プログラムに関するお問合せ

メドケア株式会社

Medicallyサポートチーム（電話受付時間：平日10時～18時）

03-6908-2424 support@medically.com



Medically禁煙外来プログラム ユーザー登録ガイド

初めてご利用の方

キャリアメールをご利用の場合は、『medically.com』からのメールを受信できるよう、事前にドメイン設定をお願いいたします。

Step1. Medicallyアカウントを作成する

① アプリをインストールする



Medically
対応OS
iOS 13.0 以上
Android 7.0 以上



▼二次元コードが読み取れない場合は、iOSは「App Store」、Androidは「Google Playストア」にて「Medically」と検索し、上のアイコンのアプリをインストールしてください。

- 『はじめる』をタップ
- 携帯電話番号を登録し『次へ』をタップ
- 端末の【メッセージ】アプリに届いた4桁の認証コードを入力
- ユーザー登録画面でマイナ保険証と一致する姓名やスマートフォンで確認可能なメールアドレスなどの情報を入力 ※お好きなパスワードを設定してください
- 以下に案内された6桁の健保識別番号を入力



Medically禁煙外来プログラム開始に必要な
健保識別番号は、 **274839** です。

Step2. プログラムを申し込む

所要時間: 約 15分

① 【禁煙外来】の『開始』をタップ



- プログラム詳細を確認し『今すぐ申し込む』をタップ
- 『はじめる』をタップし問診に回答
- 「オンライン診療」を選び『今すぐ予約』をタップ
- 「禁煙説明動画(約10分/音声あり約19MB)」を視聴してから「予約する」をタップ
- 「ニコチネル」または「チャンピックス」を選択し『決定』をタップ



※移動中や運転中のテレビ電話通話は危険な為おやめください。

アプリ操作等でお困りの時は、**Medically-FAQ** (使い方ガイド) もご利用ください



ご不明な点がございましたらお気軽にサポートチームまでご連絡ください。

メドケア株式会社
Medically サポートチーム

support@medically.com

サポート専用ダイヤル
03-6908-2424
平日 10時～18時 受付

Step3. 診療を予約する

※マイナ保険証をご利用でない場合は『資格確認書』をご用意ください。

① 予約日時を選択



- 予約日時を確認し『確定する』をタップ
- プログラム案内元への在籍確認がとれる画像(※)を用意し『写真を撮影』をタップ
- 『送信する』をタップ(Androidは画面がスキップします)
- 【ホーム】と【診療・予約】画面に予約日時が表示されることをご確認ください

※予約枠時間内で順番に医師よりテレビ電話がかかります。アプリを開いてお待ちください。※イヤホンマイクの使用をお勧めしています。



【※在籍確認画像の送信方法】
マイナポータルアプリより医療保険資格情報を表示させ、スクリーンショットを撮影してアップロードしてください。

⚠マイナポータル内の『資格情報のPDF』画像は項目不足のためご利用いただけません

詳しい手順こちらをご確認ください
↓マイナポータルの医療保険資格情報の送付方法





キャリアメールをご利用の場合は、『medically.com』からのメールを受信できるよう、事前にドメイン設定をお願いいたします。

Step1. Medicallyにログインする

① 最新版アプリをインストールする

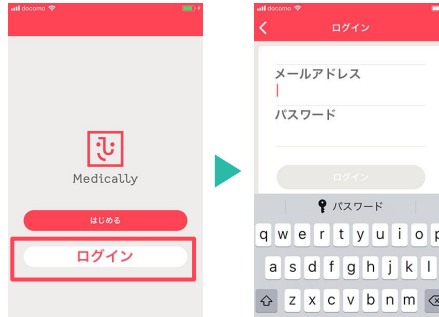


対応OS
iOS 13.0 以上
Android 7.0 以上



▼二次元コードが読み取れない場合は...
iOSは「App Store」、Androidは「Google Playストア」にて「**Medically**」と検索し、上のアイコンのアプリをインストールしてください。

- 『ログイン』をタップ ※「はじめる」ではないのでご注意ください。
- 以前に登録した「メールアドレス」と「パスワード」を入力



※パスワードが不明な時は以下ご参照ください

▼パスワード再設定方法



Step2. プログラムを選択する

所要時間: 約 15分

① アプリ画面下方の『診療・予約』をタップ



② 【禁煙外来】の『開始』または『予約』をタップ



- 『はじめる』をタップし問診に回答
- 「オンライン診療」を選び『今すぐ予約』をタップ
- 「禁煙説明動画(約10分/音声あり/約19MB)」を視聴後「予約する」をタップ
- 「ニコチネル」または「チャンピックス」を選択し『決定』をタップ



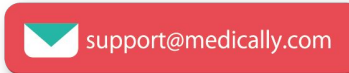
※予約時間枠内で順番に医師よりMedicallyアプリのテレビ電話機能を使用しご連絡いたします。通信環境の良い場所(WiFi環境推奨)にてアプリを開いてお待ちください。
※イヤホンマイクの使用をお勧めしています。
※移動中や運転中のテレビ電話通話は危険な為おやめください。

アプリ操作等で
お困りの時は、
Medically-FAQ
(使い方がガイド)
もご利用ください



ご不明な点がございましたらお気軽にサポートチームまでご連絡ください。

メドケア株式会社
Medically サポートチーム



サポート専用ダイヤル
03-6908-2424
平日 10時～18時 受付

Step3. 診療を予約する

※マイナ保険証をご利用でない場合は『資格確認書』をご用意ください。

① 予約日時の選択



- 予約日時を確認し『確定する』をタップ
- プログラム案内元への在籍確認がとれる画像(※)を用意し『写真を撮影』をタップ
- 『送信する』をタップ(Androidは画面がスキップします)
- 【ホーム】と【診療・予約】画面に予約日時が表示されていることをご確認ください



【※在籍確認画像の送信方法】
マイナポータルアプリより医療保険資格情報を表示させ、スクリーンショットを撮影してアップロードしてください。

⚠マイナポータル内の『資格情報のPDF』画像は項目不足のためご利用いただけません

詳しい手順こちらをご確認ください
↓
▼マイナポータルの医療保険資格情報の送付方法



⚠プログラム開始前に、アカウント情報を必ずご確認ください。

- 登録住所宛にお薬を配送します。送付先情報が最新になっているかご確認ください。
【確認・変更方法】メニュー>アカウント>右上「鉛筆マーク」をタップ
- 電話番号の変更があればサポートチームまでお知らせください。

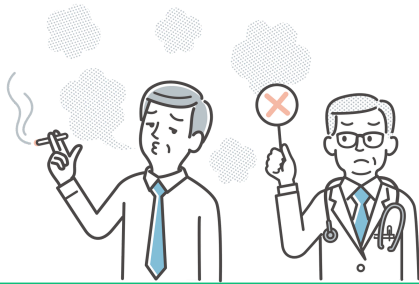
参加費
無料

神奈川県自動車整備健康保険組合



4月からたばこ増税。これを機に やめどき考えてみませんか？

オンライン禁煙外来プログラムのご案内



2026年4月からたばこの価格が段階的に引き上げとなります。
「そろそろやめたい」「出費が気になる」そんな方へ。
禁煙は、経済的にも健康面でもメリットが大きい行動です。
この機会に一度考えてみませんか？

たばこ代、年間いくら？

例：1日1箱600円の場合

1か月：約18,000円

1年：約216,000円

5年：約1,080,000円

禁煙すると…

- ✓ 旅行や趣味に使える
- ✓ 外食やご褒美が増える
- ✓ 欲しかったものが買える



禁煙すると体はこう変わります

直後：周囲の人をたばこの煙で汚染する心配がなくなる
20分後：血圧と脈拍が正常値まで下がる
数日後：味覚や嗅覚が改善する・歩行が楽になる
数週間後：心臓や血管など、循環機能が改善する
数か月後：咳や喘息が改善する・スタミナが戻る
1年後：肺機能の改善がみられる

禁煙は、いつ始めても
体に良い変化が期待できます！



参考：厚生労働省（e-ヘルスネット）禁煙の効果

こんな気持ち、ありませんか？



- ・値上げは痛いけれど、やめられるか不安
- ・何度も挑戦したけど続かなかった
- ・禁煙中のストレスが心配

禁煙は「意思の強さ」だけではありません。
医療のサポートを受けることで、
成功率は高まります。

当組合では「オンライン禁煙外来プログラム」をご用意しています

参加費用：通常60,500円(税込)の禁煙プログラム ▶ 自己負担0円！

申込期間：～2027年3月30日(火)

※初回診察は2027年3月31日(水)までにお受けください。

対象：神奈川県自動車整備健康保険組合にご所属の組合員

参加方法

- ①お手持ちのスマートフォンにアプリをダウンロード
- ②以下の健保識別番号を入力いただきプログラムスタート

アプリは右の2次元コードからダウンロードできます。
もしくは、App Store・Google Playにて「Medically」と検索してください。

ダウンロードはこちら



ユーザー登録の際に必要な健保識別番号

274839