



# みんなチャレ禁煙のご紹介

エーテンラボ株式会社

**「みんなが行動変容できる世界をつくる」**  
をビジョンにSonyから独立したTech Startup



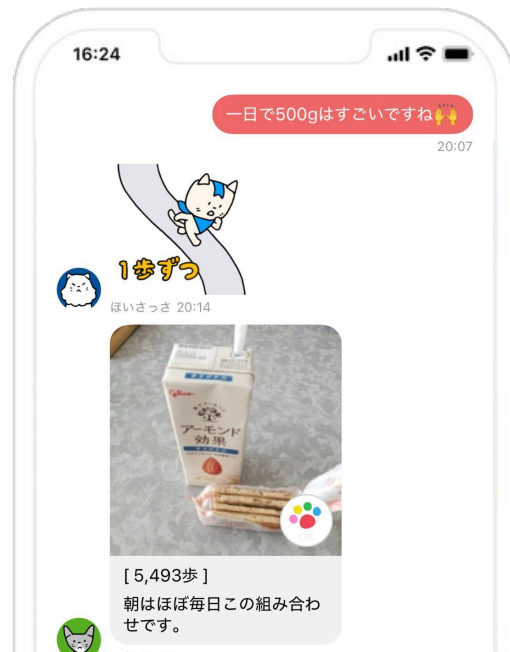
**A10 Lab**



**みんなキャラ**

楽しいから続く、人生が変わる

## 行動変容サポートアプリ



## 5人で励まし合いながら 楽しみながら、習慣化が続く

ユーザー数  
160万人  
突破 !!



1人で頑張り  
続けるのは大変…



同じ目標を持つ  
5人1組のチームに参加



頑張りの証拠を  
チームに写真で報告!



仲間がいるから  
習慣がつづく

 **みんなちゃん** 禁煙



## よくある課題

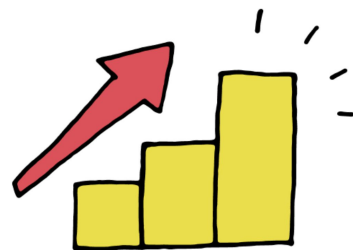
禁煙プログラムは導入済みだが…

- 参加者が減少傾向
- このままだと目標達成が難しい

## 求められていること

**参加人数UP!**

**成功人数UP!**



## 前年を大きく超える参加者増！

Before



A社

5名/年



65名/3週間

B社

8名/年



48名/3週間

C社

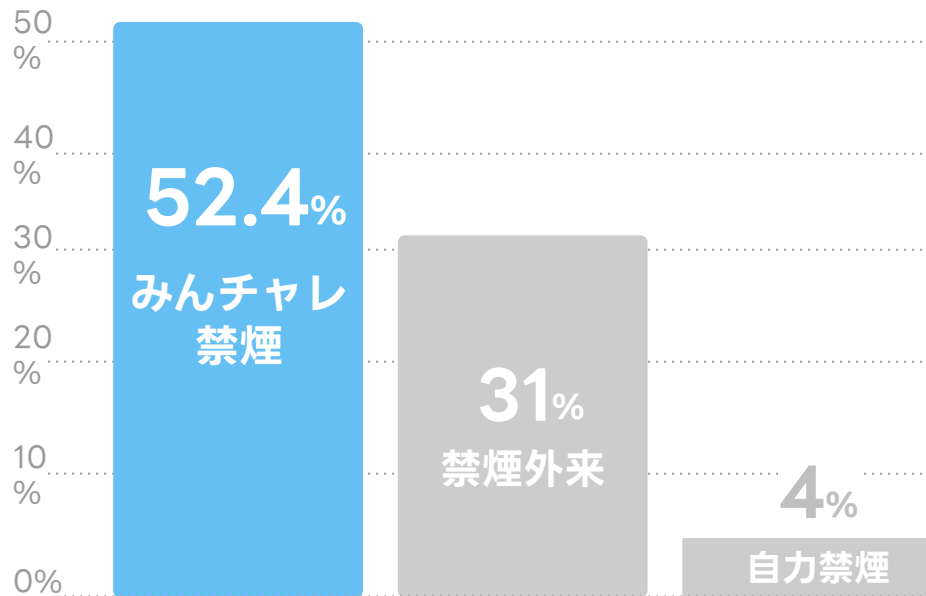
300名/年



540名/3週間

## 禁煙外来と比べて、高い成功率

禁煙外来・自力禁煙と比較した禁煙成功率



### 【禁煙成功基準】

プログラム終了時点で禁煙しており、  
終了時点からさかのぼって少なくとも4週間、  
1本も吸わずに禁煙している人を禁煙成功と判定。  
(禁煙外来と同等の基準を採用)  
※最終アンケートにて確認

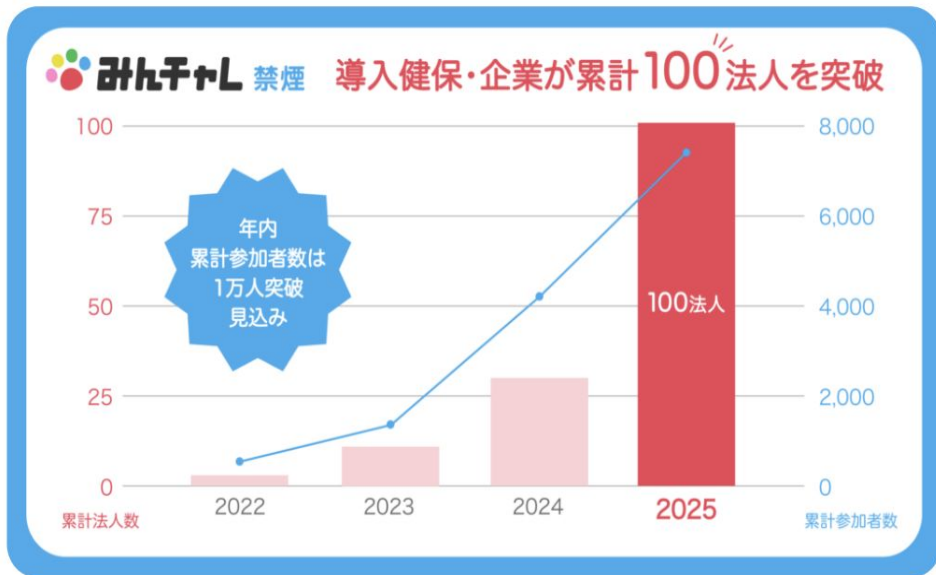
禁煙外来の成功率 出典

<https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12404000-Hokenkyoku-Iryouka/0000192293.pdf>

自力禁煙の成功率 出典

<https://www.mhlw.go.jp/topics/tobacco/kin-en-sien/manual2/dl/addition01.pdf>

## 導入法人100社以上、参加者10,000名以上



TOYOTA

YAMAHA

Tomorrow, Together  
KDDI

住友生命

さあ、街から未来をかえよう  
三井不動産  
MITSUI FUDOSAN

WingArc 1ST  
The Data Empowerment Company

カゴメ健康保険組合

JAL  
kenpo

日本航空健康保険組合

いすゞ自動車健康保険組合

アストラゼネカ健康保険組合、ATグループ健康保険組合、MSD健康保険組合、OTGグループ健康保険組合、カゴメ健康保険組合、グラクソ・スミスクライン健康保険組合、全国土木建築国保、そごう・西武健康保険組合、ダイハツ工業株式会社、トヨタウエインズグループ健康保険組合、ノバルティス健康保険組合、日立健康保険組合、ファイザー健康保険組合、三菱重工株式会社、BIJ健康保険組合、名糖健康保険組合

## 禁煙指導の権威 大和先生が禁煙をサポート



禁煙研究の第一人者  
産業医科大学 名誉教授

**大和 浩 先生**

昭和61（1986）年、産業医科大学医学部卒業  
専門：喫煙・受動喫煙・三次喫煙対策  
浪人時代に喫煙を始め、7回の禁煙に失敗し、  
8回目の禁煙を約30年継続中。

「ニコチン依存症」から「タバコ対策依存症」となり、  
日本の空気の改善をライフワークとして発信中。

## 禁煙成功に導く3ステップ

### 参加者集め

専任担当による  
伴走支援



### 禁煙開始～継続 (3ヶ月)

禁煙補助薬



事務局支援



### 再喫煙防止 (3ヶ月間)



## 参加ハードルを下げ、気軽に参加が可能

	一般的な禁煙プログラム	みんチャレ禁煙
参加方法	通院やオンライン面談あり	通院やオンライン面談なし 自分のペースで参加可能
支援方法	医療職との1対1	禁煙を目指す仲間同士で 気軽に参加が可能
タイミング	年間いつでも参加できる	参加者の背中を押す 期間限定のイベント型 (年3回：1月・5月・9月)

	年間開催スケジュール													
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月		
1月募集	募集		プログラム期間		新年こそは！ 思いも新たに禁煙！									
5月募集			世界禁煙デー 募集開始		募集		プログラム期間							
9月募集			今年中に禁煙して、 新しい年を迎えよう！				募集		プログラム期間					
								健康経営_調査票 全国労働衛生週間						

## 2026年9月回（予定）※

参加者募集：

2026/9/1~9/24

プログラム

：2026/9/25~12/16

※ 最新のスケジュールは担当者に確認ください

9月募集回のご利用受付中

ご内諾は**6月末**まで！

※2026年9月回・2027年1月（定額プランのみ）は令和8年度医療DX補助金の対象となります。  
適用条件など詳細は別途お問い合わせ下さい。

準備費用

+

プログラム費用

200,000円/回

禁煙成功

36,000円/名

禁煙失敗

26,000円/名

※プログラム費用には禁煙補助薬費用が含まれます

目標参加人数：20名

※禁煙成功判断：プログラム終了時のアンケートで把握

※禁煙成功基準：禁煙外来と同等の基準を採用。プログラム終了時点で禁煙しており、

終了時点からさかのぼって少なくとも4週間、1本も吸わずに禁煙している人を禁煙成功と判定。

※ご請求：2回(開始時に初期費用と参加人数×26,000円、終了時に禁煙失敗以外人数×10,000円)

「請求対応を開始時の1回にしたい」

「健保向け医療DX補助金として1月回にも利用したい」

というご要望をいただき、従来の成果報酬型に加え、定額プランを新設しました。

準備費用

+

プログラム費用

200,000円/回

一人当たり

31,000円/名

目標参加人数：20名

※詳細は営業担当までお問い合わせください。

## 会社概要

- 社名 : エーテンラボ株式会社  
所在地 : 東京都中央区日本橋小舟町8番13号  
設立 : 2016年12月  
資本金 : 1億円(2023年10月時点)  
従業員数 : 36名  
事業内容 : 三日坊主防止アプリ「みんなチャレ」の開発運営。  
企業や自治体向けに  
健康事業、フレイル予防事業を提供。  
その他 : 健康経営優良法人 (2023年:ブライツ500) 認定



健康経営優良法人  
2025年を含む6年連続取得



IS761429/ISO27001

## 受賞歴

- 2018.3 日本最大級のピッチコンテスト未来2018  
健康経営賞とSMFG賞受賞  
2018.8 日本糖尿病情報学会で登壇  
2018.11 東京都主催世界発信コンペティションで奨励賞受賞  
2019.12 Google Playベストアプリ3度目の受賞  
2020.1. 経済産業省ジャパンヘルスケアビジネスコンテスト  
優秀賞受賞  
2021.1 東京都 UPGRADE with TOKYO 優勝  
2021.5. 神奈川県 ME-BYO BRAND 認定  
2021.5 仙台市ヘルステック推進事業  
ビジネスアイデアコンテスト 優勝  
2021.6 東京都 NEXs Tokyo モデル事業創出プログラム 採択  
2021.11 厚生労働省「第10回健康寿命をのばそう!アワード」  
老健局長 優良賞受賞  
2022.8 かんぼ生命 - アフラック Acceleration Program 採択  
2023.3 内閣官房Digi田甲子園 インターネット投票7位



みんなが行動変容できる世界を一緒に作らせてください



**A10 Lab**

お問い合わせ先

エーテンラボ株式会社 ヘルスケア推進部  
[hc.biz@minchalle.com](mailto:hc.biz@minchalle.com)

