

ポイント付与基準【R3】

No.	ポイント種別	内容	付与ポイント
1	制度の積極 的利用	健康ポイントサイト 初回閲覧ボーナスポイント（1000P）	1,000
2		継続者ログインボーナス(2年目以降) 月3回以上ログイン	100
3	健康意識の 向上	1日8,000歩達成	20
4		1日6,000歩達成	10
5		月間累計歩数ボーナスポイント（250,000歩達成）	300
6		体重測定記録	10
7		非喫煙者・禁煙宣言者(自己申告)	200
8		各種がん検診受診の有無 (自己申告項目として・共済ドック受診等も含む)	200
9		ジェネリック医薬品利用・宣言者(自己申告)	200
10		歯科検診受診有（自己申告）	200
11		生活習慣チャレンジ ※複数項目から最大5項目択可 1項目達成で2P/日	10
12	病気予防・ 早期発見	健診必要項目の入力 (身長・体重・BMI・血圧(収縮期/拡張期)・腹囲)	1,000
13		健診結果優良（BMI25未満）	200
14		健診結果優良（血圧最高130mmHg未満かつ最低85mmHg未満）	200
15		健診結果優良（腹囲 男性85cm未満/女性90cm未満）	200
16		被扶養者の特定健診等の受診（被扶養者が複数名いても上限800P）	800
17		特定保健指導対象外(服薬中及び受診勧奨の方は除外、若年層は一律付与)	1,000
18		特定保健指導初回面接実施	500

項目によって付与タイミングが異なります。予めご了承ください。