

健康ポイント付与基準

最終更新日: 令和4年12月1日

区分	区分	対象	2022年 11月30日 まで	2022年 12月1日 から	年間最大 回数	詳細
自動付与	健康ポイントサイト 初回ログインボーナス	組合員	50ポイント	50ポイント	1	個人でWebサイトにアクセスして入力してください。ポイントが付与されます。
自動付与	歩数入力	組合員	5ポイント	5ポイント	日数分	個人でWebサイトにアクセスして入力してください。1日6,000歩以上の歩数入力 でポイントが付与されます。なお、令和4年4月1日から令和4年11月30日までの歩数 入力分は、令和4年度内に支部にて付与します。
自動付与	体重測定入力	組合員	3	3	日数分	個人でWebサイトにアクセスして入力してください。ポイントが付与されます。
自動付与	生活習慣チャレンジ入力	組合員	5ポイント	5ポイント	日数分	個人でWebサイトにアクセスして入力してください。ポイントが付与されます。
自動付与	健診結果入力	組合員	100ポイント	令和4年4月 1日から機能 廃止	1	
支部	乳がん検診受診	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	子宮がん検診受診	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	宿泊ドック受診	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	一日ドック受診	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	ヤングヘルスチェック受診	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	脳検診受診	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	被扶養者一日ドック受診	被扶養者	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	被扶養者特定健康診査受診	被扶養者	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	特定保健指導利用	組合員 被扶養者	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	ログインキャンペーン	組合員	5000ポイント 3回	5000ポイント 3回	3	支部にてポイントを付与します。
支部	歩こう歩けばコンペ参加 (参加200p・目標達成100p～400p)	組合員	最大 600ポイント	最大 600ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	ヘルスリテラシー普及事業・健康検定参加 (参加100p・ボーナスポイント100p～200p)	組合員 被扶養者	200ポイント	200ポイント	参加 回数分	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	健康相談参加	組合員 被扶養者	200ポイント	事業廃止	1	
支部	へるすあっぷセミナー参加	組合員 被扶養者	200ポイント	200ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	管理監督者のメンタルヘルス研修会参加	組合員	200ポイント	200ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	認知症予防事業参加	組合員	200ポイント	200ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	育児セミナー参加(令和4年度新規事業)	組合員		200ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	職場の健康づくり事業参加	組合員	500ポイント	500ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	職場の健康教育支援事業参加	組合員	200ポイント	200ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	生活習慣病重症化予防事業	組合員	500ポイント	500ポイント	1	事業終了後、支部にてポイントを付与します。 (ポイント反映に時間がかかることもありますのでご了承ください。)
支部	よい健康状態の維持 肥満度 腹囲(男性85cm/女性90 cm)未満かつBMI25未満	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	よい健康状態の維持 血圧 最高血圧130mmHg未満か つ最低血圧85mmHg未満	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	よい健康状態の維持 血糖 空腹時血糖100mg/dl未満か つHbA1c5.6%未満	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	よい健康状態の維持 血中脂質 中性脂肪150mg/dl未満 かつHDLコレステロール40mg/dl以上かつLDLコレステ ロール120mmHg未満	組合員	100ポイント	100ポイント	1	支部にて一括してポイントを付与します。