

ポイント付与項目一覧

| ポイント付与条件 | | ポイント数 | |
|------------------------------------|--------------------------------------|---|------|
| 定期健診 | 共済組合で取りまとめた健診結果が登録される (40歳以上の組合員) | 200 | |
| 人間ドック | | | |
| Kencomの利用 | 初めてログインする (QupioPlusからの移行者は除く) | 200 | |
| | ログインする | 1 (日次) | |
| | 歩数の記録をつける (歩数による) | 1~3 (歩数による) | |
| | 体重、血圧の記録をつける | 2 (日次) | |
| 保健事業等への参加 | 運動 | 「みんなで歩活」(Kencomウォーキングイベント)に参加した | 200~ |
| | 特定保健指導 | 特定保健指導を利用した | 300 |
| | | 特定保健指導を修了した | 200 |
| 脳ドック | いずれかを受診した | 200 | |
| 肺ガン検診 | | 200 | |
| 女性検診 | | 200 | |
| 健康フェスタ | いずれかに参加した | 200 | |
| 女性健康講座 | | 200 | |
| スポーツジム利用促進事業 | | 200 | |
| メンタルヘルス情報配信セミナー | | 200 | |
| 良い健康状態を維持している (健診結果が登録されると自動付与) | 肥満度 | 腹囲(男性85cm/女性90cm)未満かつBMI25未満 | 200 |
| | 血糖 | 空腹時血糖100mg/dl未満かつHbA1C5.6%未満 | 200 |
| | 血圧 | 最高血圧130mmHg未満かつ最低血圧85mmHg未満 | 200 |
| | 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120mg/dl未満 | 200 |

ポイントは自動で付与されますが、反映までお時間がかかります。