

ポイント付与項目一覧

別紙1

評価する(すべき)観点		ポイント付与条件		付与ポイント数		
大項目	小項目					
健康への取組を行っている	①健診を受診した	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歳以上の組合員対象で自動付与)		200	
		人間ドック				
	②健康情報を取得する行動を取っている	健康情報提供サービス(web)の利用		自ら健診結果を登録(入力)する(40歳未満の組合員対象で各自入力)		200
				初めてログインする(初回ログイン)		—
				ログインする		5(月次)
				メルマガ受信の登録している		5(日次)
	③実際に取組を実行している	保健事業等への参加	運動	「外部ウォーキングイベント」(7km以上のコース)に参加した(要申請:月1回を限度)		100
			特定保健指導	特定保健指導を利用した		200
				特定保健指導を終了した		300
	④上記①以外の共済組合の健診を受診した	脳ドック			100	
		肺ガン検診	いずれかを受診した		100	
		女性検診			100	
	⑤共済組合が実施する健康づくり事業に参加した	元気力アップセミナー			100	
女性健康講座		いずれかに参加した		100		
健康管理セミナー				100		
健康状態が良い(生活習慣病リスクが低い)	健診(問診)結果が基準値内である	良い健康状態を維持している	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	