

令和6年度 公立学校共済組合京都支部 健康ポイント付与基準

	内 容	付与ポイント	付与日	年間最大付与回数	詳細
1	健康ポイントサイト 初回ログインボーナス	100	翌日	1 ※初回のみ	
2	1日の歩数を入力（ウォーキングチャレンジ） ・8,000歩達成で2ポイント ・10,000歩達成で4ポイント	2、4	15日後	日数分	記録入力から実績を登録
3	生活習慣チャレンジの結果を入力 ・自身に合った目標を4項目設定し、達成でそれぞれ1ポイント	4			
4	体重測定の結果を入力	2			
5	職場の定期健康診断・人間ドック・特定健康診査を受診	100			
6	被扶養者が特定健康診査・人間ドック・パート先等での健康診断を受診	50	翌日	1	自己申告メニューからポイント申請
7	今年度の健康診断・人間ドック・特定健診の結果、BMIが25未満	50			
8	今年度の健康診断・人間ドック・特定健診の結果、 血圧が最高血圧130mmHg未満かつ 最低血圧85mmHg未満	50			
9	【保健指導対象者のみ】 特定保健指導に参加し最後まで取り組んだ	100			
10	支部事業の乳がん検診を受診	25	支部で受診確認した翌月末	1	支部からポイントを付与
11	支部事業の子宮頸がん検診を受診	25			
12	支部事業の大腸がん検診を受診	25			
13	支部事業のセルフケア脳ドックを受診	25			
14	支部事業の職場の健康づくり支援事業に参加	25			

※支部からポイントを付与する項目は、確認に時間を要するため、ポイント付与まで数箇月かかる場合があります。

※上記以外にも他事業でポイントを付与することがあります。