

公立学校共済組合宮城支部 健康ポイント 付与基準表 2026

区分	内容	付与ポイント	年間最大回数	詳細
WEB	健康ポイントサイト 初回閲覧 ボーナスポイント	100	初回のみ	個人でWEBサイトにアクセスしてください。ポイントが付与されます。
WEB	体重測定入力	1	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。
WEB	生活習慣チャレンジ入力	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。
WEB	1日8,000歩達成	2	日数分	個人でWEBサイトにアクセスしてください。ポイントが付与されます。 ※アプリを利用する場合は、自動で歩数情報が連動されます。
WEB	1日10,000歩達成	3	日数分	個人でWEBサイトにアクセスしてください。ポイントが付与されます。 ※アプリを利用する場合は、自動で歩数情報が連動されます。
支部	スリープタフネスセミナーに参加	100	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	ストレスマネジメント講演・演奏会に参加	100	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	若年層健康増進セミナーに参加	100	1	支部にて一括してポイントを付与します。
支部	ウェイトコントロールセミナーに参加	100	1	支部にて一括してポイントを付与します。

※「個人の予防・健康づくりに向けたインセンティブを提供する取組に関する指針」より、令和5年度から1人1年度当たりのインセンティブの付与上限は最大3,000ポイントとなる。