

ポイント一覧

項目		要件	付与ポイント	回数
健康維持・増進サービスログイン	MHWログイン時	・毎日1回抽選による	上限50	1回／日
禁煙	1日禁煙成功者 (本人)	—	200	1回／年
	1日禁煙成功者 (サポーター)	—	200	1回／年
	卒煙チャレンジ成功 (本人)	—	800	1回／年
	卒煙チャレンジ成功 (サポーター)	—	1,000	1回／年
	※但し、指定医療機関(事業主医務室)にて受診は、1ポイント1円として換算し、受診者が窓口で支払う費用との相殺が可能とする 禁煙外来受診 ※	—	上限15,000	1回／年
非喫煙	問診時 (但し禁煙との重複なし)	—	500	1回／年
特定保健指導インセンティブ	期間中の特定保健指導にて、腹囲2cm・体重2kg減少できた被保険者	・特定保健指導(積極的支援)受診者に限る ・翌年の特定健診結果と比較しポイント付与	1,000	1回／年
乳がん検診受診	受診時	・ポイント付与申請は、受診日より90日以内とする	200	1回／年
乳がん検診費用インセンティブ	健康保険組合の指定機関(巡回健診等)以外での受診者	・検査項目 マンモ(X線)検査 エコー(超音波)検査 ・ポイント付与申請は、受診日より90日以内とする	上限10,000	1回／年
子宮頸がん検診費用インセンティブ	子宮頸がん検診受診時	・対象:25歳以上50歳未満の被保険者 ・ポイント付与申請は、受診日より90日以内とする	上限3,000	1回／年
インフルエンザ予防接種	毎年9月1日から、翌年1月末日までに接種したインフルエンザ予防接種で、自己負担額2,000円以上が対象	・被保険者・被扶養者対象 (被扶養者分は被保険者へポイント付与) ・2回接種法の場合は、2回で1回とする ・ポイント付与申請は、接種年度の2月末日までとする	1,000	1回／年
脳ドック検査受診	健康保険組合の指定機関以外での受診者	・ポイント付与申請は、受診日より90日以内とする ・対象年齢48歳～50歳	上限10,000	対象年齢期間中 1回／年
被保険者(有所見者)／がん再検受診	胃がん・大腸がん再検受診時	・ポイント付与申請は、受診日より90日以内とする	3,000	1回／年
ウエストサイズポイント	BMI25以上で特定保健指導対象外(情報提供)の方で、腹囲3cm以上減少した被保険者	・特定保健指導対象者は対象外とする ・翌年の健康診断の結果を比較する(健保組合にて集計) ・参加は事前エントリー制とする	1,000	1回／年
MHW記録ポイント	体重を毎日MHWへ入力	・MHWへ体重を記録した日数ポイント付与 ・月間にて集計ポイント付与	10/日	1回／月
	血圧を毎日MHWへ入力	・MHWへ血圧を記録した日数ポイント付与 ・月間にて集計ポイント付与	10/日	1回／月
	歩数8,000歩／日達成	・MHWへの歩数登録で8,000歩／日を達成した日数にポイント付与 ・月間にて集計ポイント付与	上限30/日	1回／月
LINE「お友達登録」	本人(被保険者)登録時	・「お友達登録」時に付与	100	新規登録時 年1回上限
	紹介者(被保険者)が登録時	・紹介者が「お友達登録」した場合に付与 ・年間上限500ポイント(10人紹介分)までとする	50	紹介者登録時
けんぽだよりWEB取材協力	取材協力時	内容によりポイント増減	上限1,000	都度
アンケート・調査協力	回答・協力時	内容・項目によりポイント増減	上限1,000	都度
被扶養者特定健診受診	被扶養者が特定健診受診時	・ポイント付与申請は、受診日より90日以内とする ・ポイントは被保険者へ付与する	100	1回／年
その他	健康保険組合で定めた事項		都度定める	