

げんき my life

2021.10 秋
Autumn

No.181

職場内で閲覧してください。

P2 PepUp をまだ登録していない方はお早めに！

P3 ウォーキングチャレンジ月間／「子宮頸がんリスク」郵送検診

P4 健診予約受付中 ご家族の健診予約はまだ間に合います！

P7 当組合のインフルエンザ予防接種の費用補助について



茨城県農協健康保険組合

<https://www.ib-kenpo.or.jp/>

登録率 TOP 3

(被保険者50人以上の
事業所、7月末現在)

連合会部門

- 1位 JA茨城県中央会 (55.6%)
- 2位 (株) 茨城県農協電算センター (30.4%)
- 3位 JA共済連茨城 (26.6%)

JA部門

- 1位 JA新ひたち野 (24.4%)
- 2位 JAやさと (22.5%)
- 3位 JA北つくば (20.4%)

みなさんの
ロコミが
効果的です！

ポイントGETのチャンスはこんなに！ たくさんの方がキャンペーンに参加しています

春

★初回登録キャンペーン

初回登録をした**1,178人**が**1000pt**をGET！

現在も、登録すると
500ptプレゼント！

夏

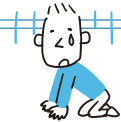
★健康クイズ

健康に関するクイズ大会に209人が参加。**161人 (55.5%)**が**400pt**をGET！

秋

★友達紹介キャンペーン

招待した人・された人に**最大1,000pt**のチャンスでしたが、ポイントGETは7人



冬

★体重測定チャレンジ (令和3年度は12月中旬以降に開始予定)

年末年始に体重を記録。**106人 (55.5%)**が**500pt**をGET！

★ウォーキングチャレンジ月間

4週間の合計歩数が目標をクリアすると**最大1,000pt**！

参加者188人のうち**111人 (59.0%)**が、12チームのうち**11チーム (91.6%)**が**平均510pt**をGET！

通年

★日々の記録

体重を記録するだけで**1日1pt**！GETしたのは**325人**！

★健診値改善チャレンジ

健診結果が改善・維持している**1,527人**がポイントGET！

★禁煙ポイント

禁煙成功者**32人**が**500pt**、非喫煙者**1,264人**が**100pt**をGET！

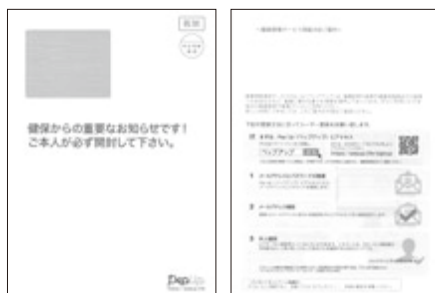


あなたも自動的に
ポイントが
ついているかも！

〈新機能〉ワクチン接種の記録ができます！

- メリット1 **スマホでいつでも確認できる** 副反応の相談や医療機関にかかるときすぐに提示できる
- メリット2 **接種したワクチン情報を提供** あなたが接種したワクチンの解説や最新情報をお届け
- メリット3 **ポイントがもらえる** 1回の記録につき100pt (予定) がもらえる【10/31まで】

PepUp未登録の方は、今すぐ登録を！ 登録案内通知をご確認ください (令和2年2月送付済)



▲登録案内通知 (A4サイズ)

お持ちの方は

なくした方は

スマホorパソコンから簡単登録！

再発行の申請を！

ホームページのPepUpの
バナーから「PepUp本人
確認用コード再発行依頼書」
をダウンロードし提出し
てください。

茨城県農協健保 🔍 検索

PepUp本人確認用コード再発行依頼書					
氏名	性別	生年月日	住所	電話番号	メールアドレス
氏名	性別	生年月日	住所	電話番号	メールアドレス
再発行依頼の理由(※)					
再発行依頼の理由(※)					
再発行依頼の理由(※)					

スマホは
こちらから



ウォーキングチャレンジ月間 PepUp限定

7月に行ったウォーキングチャレンジ月間では、204人、14チームが参加しました。
参加者の7割（148人）が目標歩数を達成し、ポイントをGETしました。

参加人数の多い事業所

1位	JA水郷つくば	27人
2位	土浦協同病院	24人
3位	JA常陸	14人

達成者・ポイント数

最高 1,000pt 14人
次点 800pt 23人
チーム参加の人はポイントGET率**100%**



参加登録をしたのに、歩数が「0歩」になっている方はいませんか？ ポイントGETのチャンスを逃すのはもったいないです！

PepUpアプリで歩数連携が正しくできているか、確認しましょう。

アプリを利用すれば簡単に歩数が記録できますので、**次回開催の2～3月まで**に準備しておきましょう。

PepUpアプリをインストールしよう！

iPhoneのApp Storeまたは、
AndroidのGoogle Playから
「Pep Up」で検索するか、
右の二次元コードからアクセス
してインストールしてください。

iPhone



Android



歩数を連携したら、アプリを
開いて、歩数が反映されているか
確認してみましょう。
←このアイコンをタップ



「子宮頸がんリスク」郵送検診を受けてみませんか？

ヒトパピローマウイルス（HPV）検査を受けた20歳以上の本人・家族に3,000円を補助しています。新型コロナウイルス感染拡大が懸念される中、安心して自宅で気軽に検診を受けるセルフチェックですので、ぜひこの機会にご利用ください。なお、健診機関でのHPV検査との重複受診は補助の対象外です。

自己負担

1,980円

（検査料4,980円のうち、3,000円を健保が補助）



配布の申込書（チラシ）

〈セルフチェックの流れ〉

事業所に配布した
申込書（チラシ）を
用意してWebで申込み、
自己負担を支払う

⇒
約3日後、自宅に
キットが届く

⇒
自身で採取し
郵送する

⇒
結果は約1週間後に、
スマートフォンまたは
パソコンへ通知

当組合のインフルエンザ予防接種の 費用補助について

当組合では、職場および家庭における感染や重症化予防を目的として、被保険者・被扶養者に対して予防接種費用の補助を実施しています。

昨年度は、被保険者7,591名、被扶養者200名に補助をしました。今年度も下記のとおり実施しますので、ぜひご利用ください。

1. 対象者

被保険者…事業所主体で行う予防接種（事業所で一定の接種期間を定め、集団接種等を行う）

＊65歳以上で市町村の助成の対象になる場合は、健保補助の対象外とします。

被扶養者…令和4年4月1日現在で18歳以下、接種時満1歳以上

＊市町村の助成の対象になる場合は、当組合補助の対象外とします。ただし、助成が1回接種のみの場合は、2回目のみ補助します。

2. 補助額および回数

被保険者…1,000円（1回接種のみ）

被扶養者…1,000円（1回接種の上限額）・2回

3. 接種期間

被保険者…令和3年10月1日（金）～令和3年12月31日（金）

被扶養者…令和3年10月1日（金）～令和4年3月31日（木）

＊接種期間を過ぎた場合は、補助の対象外。

4. 申請期間

被保険者…令和3年10月1日（金）～令和4年1月31日（月）

被扶養者…令和3年10月1日（金）～令和4年3月31日（木）

＊申請期間を過ぎた場合は、補助の対象外。

5. 申請方法

被保険者…各事業所が定めた実施方法・接種期間終了後に、各事業所がまとめて必要書類を添付し、当組合に申請します。

被扶養者…接種後（2回接種の場合は2回接種後）、「インフルエンザ予防接種 補助金申請書」に、必ず、医療機関の証明（領収書は、添付不要）を受け、健保事務担当者を通して当組合に申請してください。

※「インフルエンザ予防接種 補助金申請書」は、
当組合ホームページからダウンロードできます。

URL : <https://www.ib-kenpo.or.jp>

スマホはこちらから
アクセス！



健診予約受付中 ご家族の健診予約はまだ間に合います！

当組合より5月に送付しましたご家族の健診案内は、令和4年3月31日までの受診が補助の対象です。ご希望の健診を選択して、ぜひ年に1回の健診を受診してください。

なお、期限直前になると大変混み合いますので早めの受診をおすすめします。

■ 健診コースおよび申込方法

1. 特定健診 全額健保補助で無料です（40歳以上）

検査内容

メタボリックシンドロームに着目した健診です（がん検診は自治体の補助をご利用ください）。

申込方法

STEP
1

当組合に電話またはメール（s-support@ib-kenpo.or.jp）にて「特定健診受診券」を申込み。
※受付後、当組合より「特定健診受診券」を1週間程度で送付します。

STEP
2

健診機関または市町村窓口で直接電話予約（申込）をし、受診日を決める。

受診できる医療機関については
当組合HPのトップページにある
「特定健診実施機関」のバナーに
アクセスしてご確認ください！



2. 生活習慣病予防健診（厚生連病院限定） 7,500円補助します

検査内容

人間ドックより少しコンパクトですが、総合的な検査が受けられます。
オプションでがん検診を追加すると、さらに充実してお得な健診です！

申込方法

「生活習慣病予防健診」申込書（5月に送付済）で当組合に申込み。
申込書がない場合は、当組合までご連絡いただければ、再度送付します。

■ パート先で健診を受けた方・人間ドックを全額自費で受けた方

健診結果（写）^{*}を送付ください。QUOカード2,000円分をプレゼントします！

※健診項目（右記の当組合ホームページ参照）をみたましていることが条件です

▼当組合HP



〈家庭常備薬等を特別料金で斡旋します〉

当組合では、10月に秋冬の家庭常備薬を特別価格にて斡旋いたします。
ご家族の健康維持にお役立てください。

申込方法 事業所に配布する申込書（チラシ）よりお申込ください（Webでも申込可）。

申込期限 令和3年11月8日（月）

納品時期 11月下旬～12月上旬