

ポイント付与一覧

イベントに参加したり、健診結果が改善するとポイントがもらえます。貯めたポイントは好きな商品と交換することができます。

●健診結果改善チャレンジ（最大950Pt）

項目	前年度	今年度	ポイント内訳
健康年齢	実年齢－健康年齢		-0.1歳あたり5Pt (上限500Pt)
BMI	健診データなし	A判定	100Pt
	A判定	A判定	
	C判定	A判定	
収縮期/拡張期血圧	健診データなし	A判定	50Pt
空腹時血圧/HbA1c	A判定	A判定	
中性脂肪	B・C・D判定	A判定	
HDL/LDLコレステロール	C・D判定	B判定	30Pt

●健康づくりイベント

時期	名称	説明	ポイント
年3回 夏、秋、春	ウォーキングチャレンジ 月間	平均歩数に応じてポイント獲得	200～1000Pt
8月	健康クイズ	健康に関するクイズに正解する	最大400Pt
12月	体重測定チャレンジ	体重測定・入力を20日以上	500Pt
通年	日々の記録	体重を入力する	1Pt/日
	禁煙	健診の問診票で「タバコを吸っていない」と回答	非喫煙者100Pt 禁煙成功者500Pt
	特定保健指導	特定保健指導を受け、最終報告まで実施する	動機づけ支援1000Pt 積極的支援2000Pt

●その他のイベント

時期	名称	説明	ポイント
通年	初回登録	新規利用登録をする	500Pt
	健康記事閲覧	Pep Upに配信された健康記事を読む	1記事あたり最大3Pt
	フレンドウォーク (Pup Up主催ウォーキング グラリー)	1日5000歩以上で翌日に「ごほうびほりほり」でポイント獲得	前日の歩数に応じて1～3Pt
	被扶養者健診	被扶養者が健康診断を受診する	200Pt/人