

## 「健康ポイント」ポイント加算メニュー一覧表

| 付与方法   | 対象者          | 年齢             | ポイント取得メニュー               | 基準             | 2016～2018年 | 2019～2021年 | 2022年  | 2023年  |
|--------|--------------|----------------|--------------------------|----------------|------------|------------|--------|--------|
|        |              |                |                          |                | 付与ポイント     | 付与ポイント     | 付与ポイント | 付与ポイント |
| 自動付与   | 本人<br>(被保険者) | 35歳以上          | 会社定期健診(特定健診)<br>有所見数★(1) | 0              | 1,000      | 2,000      | 2,000  | 2,000  |
|        |              |                |                          | 1              | 500        | 1,000      | 1,000  | 1,000  |
|        |              |                |                          | 2              | 300        | 600        | 600    | 600    |
|        |              |                |                          | 3              | 200        | 400        | 400    | 400    |
|        |              |                |                          | 4              | 0          | 0          | 0      | 100    |
|        |              | 特定保健指導         | 受診                       | 400            | 800        | 800        | 800    |        |
|        |              | 特定保健指導対象外の有所見者 | 改善宣誓書提出★(2)              | 400            | 800        | 800        | 800    |        |
|        |              | 35歳未満          | 会社定期健診<br>BMI数値          | 18.4未満         | 800        | 1,600      | 1,600  | 1,600  |
|        |              |                |                          | 18.5～24.9      | 1,000      | 2,000      | 2,000  | 2,000  |
|        |              |                |                          | 25.0～25.9      | 800        | 1,600      | 1,600  | 1,600  |
|        | 26.0～26.9    |                |                          | 600            | 1,200      | 1,200      | 1,200  |        |
|        | 27.0～27.9    |                |                          | 400            | 800        | 800        | 800    |        |
|        | 28.0～28.9    | 200            | 400                      | 400            | 400        |            |        |        |
| 29.0以上 | 0            | 0              | 0                        | 100            |            |            |        |        |
| 扶養者    | 35歳以上        | 扶養者検診          | 受診                       | 500            | 500        | 500        | 500    |        |
| 申請付与   | 海外出向者・本人     | —              | 海外出向者健診補助                | HPからポイント付与申請必須 | —          | —          | 1,000  | 1,000  |
|        | 海外出向者・帯同配偶者  | —              | 海外出向者健診補助                | HPからポイント付与申請必須 | —          | —          | 500    | 500    |
|        | 本人           | —              | インフルエンザ予防接種補助            | HPからポイント付与申請必須 | —          | —          | 1,000  | 1,000  |

### ★(1) 有所見項目

- ①腹囲 男性85cm、女性90cm以上または、BMI 25以上
  - ②血糖 空腹時血糖100mg/dl以上または、HbA1c 5.6以上(NGSP値)
  - ③脂質 中性脂肪150mg/dl以上または、HDLコレステロール40mg/dl未満
  - ④血圧 収縮期血圧130mmHg以上拡張期血圧85mmHg以上
- ②③④については、服薬者を含む

### ★(2) 改善宣誓書について

服薬治療中などにより特定保健指導は対象外でも、何らかの有所見があり、行動変容が必要な方は所定の「生活習慣改善宣誓書」を健保に提出いただくことで、ポイントを付与します。

是非、ご利用ください。

