

「MHW 健康ポイント」スタートに関する件お知らせ

既にご承知の通り、UACJ は、2024年3月に「健康経営銘柄 2024」および「健康経営優良法人 2024(ホワイト500)」に初選定されました。こうした中で、皆さまの健康づくりをさらに応援するために、健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」(以下、「MHW」)で、『MHW 健康ポイント』を開始します。

MHW で日々の健康管理やイベントなどに参加することで、健康ポイントが貯まり、お得なアイテムと交換できるようになります。なお、MHW 健康ポイントが付与される項目は、「データヘルス計画」を基にした“当面の当健保の健康課題”などを参考に設定しました(データヘルス計画・当健保の健康課題は「別紙1」をご参照ください)。今後も適宜拡大していく予定です。

MHW を登録されていない方は、この機会にお早めのご登録をお願いします!! (登録方法は「別紙2」をご参照ください)

1. MHW 健康ポイントの運用開始日：2024年5月1日(水)

2. MHW 健康ポイントの獲得方法

対象は「MHW の登録が完了している被保険者(家族等の被扶養者は除く)」となります。

項目 ^{※1}	内容	ポイント ^{※1}	間隔	付与時期 ^{※2}
MHW 初回登録	MHW の初回登録時 ^{※3}	500pt	初回	随時
ログイン時さいころ	ログイン時にサイコロが振られ、出た目の数のポイントを付与	1~6pt	1日 1回	
MY バイタル記録	バイタル登録時(「歩数」「体重」「血圧」)にポイントを付与(歩数はアプリ連携可 ^{※4})	3pt		
MY ミッション記録	ミッション記録時にポイントを付与	3pt		
健康情報閲覧	MY HEALTH CLUB の記事を閲覧時にポイントを付与	3pt		
医療費明細閲覧	医療費明細の閲覧時にポイントを付与 ^{※5}	10pt	月 1回	
健康促進の取り組み	健康促進につながる条件 ^{※6} を達成	200pt ~300pt		
イベント・キャンペーン	当健保のウォーキングイベント等への参加やアンケートへの回答などを実施	500pt ~1,000pt	年 数回	実施の翌月
人間ドッグ・がん検診	人間ドッグ・脳ドッグ・がん検診のいずれかを受診 ^{※7}	300pt	年 1回	申請・申込の 翌月
喫煙対策プログラム	喫煙対策プログラム(医療機関治療含む)を申込 ^{※7}	300pt		
非喫煙者	特定健診結果 ^{※8} の喫煙「いいえ」 ^{※10}	300pt		
特定健診結果“優良”	特定健診結果 ^{※8} にて特定保健指導の対象とならなかった者(薬服用等の者は含まず) ^{※10}	800pt		受診の 翌月~翌々月
特定健診結果“改善”	前年度の特定健診結果 ^{※8} が特定指導対象に該当していた者が、直近の健診結果で対象外となった者	300pt		
特定保健指導“完了”	特定保健指導 ^{※9} を実施し完了した者(薬服用等により指導非対象となった者を含む)	300pt	実施年度の 翌年度9月頃	

※1 健康ポイント付与の条件・項目並びにポイント数は、通知なく変更される場合があることを予めご了承ください。

※2 健康ポイント付与の時期は目安となります。

※3 現時点で登録済の方および2024年4月末日までに登録いただいた方についても「500pt」を付与します。

(裏面に続く)

- ※4 MY バイタル記録は「歩数連携」がおすすめです。設定や日頃の連携方法は、【MHW よくある質問】の「スマートフォンアプリについて」をご参照ください。
- ※5 医療機関に一度もかかっていない月（医療費明細の無い月）の場合でも、医療費明細の画面を閲覧するとポイントが付与されます。
- ※6 健康増進につながる下記の条件を達成できたら、達成した翌月にポイントを付与します（条件は年度ごとで見直します）。
【条件】MYバイタルに記録された月間の1日平均歩数が、「8,000歩以上で200pt」、「10,000歩以上で300pt」（集計は第3営業日頃に行います。集計日以降に、遡って記録（連携）された歩数は、ポイント付与の対象外となりますので、こまめに連携していただくことをおすすめします）
- ※7 当組合に申請・申込のあった者に限ります。
- ※8 「特定健診」は、40歳以上75歳未満の者が“定期健診”を受診する際に、内臓脂肪型肥満に着目した、生活習慣予防のための保健指導を必要とする人を選び出すための「メタボリックシンドローム健診」です。
- ※9 「特定保健指導」は、特定健診の結果をもとに内臓脂肪蓄積の程度とリスク要因の数に着目して、リスクの高さに応じて、「動機付け支援」・「積極的支援」のレベル別に選定し、該当した者に対して実施します。
- ※10 今後、定期健診結果をMHWに連携して、40歳未満の組合員の健診結果や喫煙状況に基づくポイント付与を検討していく予定です。

3. 交換できるアイテムの例

MHW健康ポイントが貯まったら、ポイント数に応じたアイテムと交換することができます。アイテム交換を行いたい場合は、MHWの「MYポイント」ページにある「アイテムと交換する」からお好きなアイテムを選択いただき、簡単な申込手続きするだけで、ご入力いただいた送付先などにお届けします。なお、交換はいつでも可能です。

必要ポイント数	品名
600pt～5,200pt	Amazonギフト 500円分～5,000円分
600p～6,000pt	QUOカード Pay 500円分～5,000円分
5,300pt	タニタ塩分計、三徳包丁
7,100pt	タニタ体組成計、ワイヤレス&モバイルバッテリー

※約60品から600pt～12,600ptでお好きな品をお選びいただけます（2024年3月時点）

4. その他

- MHW健康ポイントはMHWにて指定するアイテム以外の交換には利用できません。
- 各アイテムおよび各アイテムとの交換ポイント数は、在庫状況などの理由で通知なく変更される場合あることを予めご了承ください。
- MHW健康ポイントは年度管理をします。4月～翌年3月に獲得したポイントの有効期限は2年間となります。有効期限までに利用されなかったポイントやアイテム交換に満たないポイント数は全て失効します。
 例) 2024年度中に獲得したポイントは2026年3月末に失効します。なお、当健保加入資格喪失の場合は、退職日までに交換をお願いします。

2024年度「健康ウォーク」Web版のご案内

2024年5月1日～5月31日の間（エントリー期間：2024年4月15日～4月30日）に、「けんぽれんあいち健康ウォークWeb版」を開催します。Web版のため全国どこからでも参加可能です。

2024年度の「健康ウォーク」は終了しました。

ぜひ参加のうえ、毎日の健康づくりにお役立てください。

ご参加いただいた方、ありがとうございました。

※詳細および申込方法は、別紙「けんぽれんあいち健康ウォークWeb版のご案内」をご参照ください。

※今回健康ウォークにご参加いただいた方には、MHW健康ポイントを「500pt」付与します。

(PW:06230395)

MHW初回登録の500ptとあわせると「1,000pt」も獲得できるので、これだけで“Amazonギフト500円分”に交換できますよ！

以上

<お知らせ> “マイナ保険証”の利用をお願いします！！

「使ってみよう！マイナ保険証」（約8分）

<https://youtu.be/lmAw4sHfBV0>



「MHW」に関する問い合わせ先【法研】

ヘルプデスク：0120-260-226

（平日 9:00～12:00、13:00～17:00）

※健康ポイントに関する問い合わせは当健保まで