ポイントプログラム

※各イベントおよびポイント等は、予告なく変更される場合があります

★初回登録

項目	実施期間	説明	ポイント数
初回登録	通年	まずは登録でポイント獲得	**500P** **即日付与**
初回早期登録 ※再発行除く	通年	いすゞ健保加入時に早期登録で 更にポイント獲得	**500P** （資格情報のお知らせ発行後、約2カ月以内で 自宅へ届く封書到着より1カ月以内の登録が条件）

★健康イベント

項目	実施期間	説明	ポイント数
健康記事を読む	**通年**	健康状態に合わせた 記事を読んで評価	**1～3P**
ふれんどウォーク	**通年**	各目標地点に到達するごとに、 シャベルが手に入り、翌日ごほうび （ポイント）をほりほりできます。	5,000歩/8,000歩/10,000歩 **1～3P**
ウォーキングラリー	**5月、11月**	期間中の平均歩数により ポイント獲得	6,000歩達成 **500P** 8,000歩達成 **1,000P**
体重測定チャレンジ	**5～6月**	期間中35日以上体重を記録	**500P**
eラーニング	**7月、12月**	①プレテスト ②学習（スライド） ③確認テスト	**200P** ※確認テスト実施＆アンケート回答
健康クイズ	**8月**	1カテゴリ5問×6 全問正解で ボーナスポイント	**最大500P** １カテゴリ正解 50P 全問正解ボーナス 200P
歯の健康チャレンジ	**9月**	所定の条件達成 ＆アンケート回答	**500P**
日々の記録チャレンジ	**1月下旬 ～2月**	実施期間中、毎日記録 （体重・歩数・睡眠時間）	**最大520P** 1日あたり 体重3P 歩数7P 睡眠時間3P
卒煙チャレンジ	**通年**	卒煙キャンペーン参加者のみ対象 ※詳細は卒煙チャレンジページ参照	**最大1,000P**

ポイントプログラム

※各イベントおよびポイント等は、予告なく変更される場合があります

★健診受診　※データ受領時期により異なる

項目	実施期間	説明	ポイント数
パート先健診結果提供お礼 35歳以上被扶養配偶者 ※いすゞ健保の健診受診している場合、 別途パート先等の申請は不可	**年1回**	パート先や自治体などで受診した健診結果（特定健診項目必須）をPep Upで健保に提供	**1,200P**
特定健診受診ポイント 35歳以上被扶養配偶者		特定健診受診でポイント獲得（申請不要）	**1,000P**

※ポイント付与に関する注意点
健診データの受領〆時点で健診データがある場合
→その時点で**Pep Up未登録**→ポイント付与が終了したあとにPepUp登録していても付与対象外とします

女性のがん検診受診	実施期間	説明	ポイント数
（Pep Up申請分）	**年1回**	個人や自治体で受診した婦人科検診結果をPep Up申請	**最大1,000**
（人間ドック･巡回健診受診分）		いすゞ健保の健診オプションで受診した婦人科検診（申請不要）	

（補足）
①乳がん･子宮頸がん　それぞれ500P
※乳がん検診は超音波とマンモグラフィー両方受診しても1つとしてカウント
②健保補助利用の人間ドックや巡回健診で受診した場合、自動付与されるのでPep Upでの申請は不要

★意識変容　※データ受領時期により異なる

項目	実施期間	説明	ポイント数
健康年齢（当年度判定）	**年1回**	実年齢≧健康年齢	**500P**
健診結果改善チャレンジ		前年度と比較し、基準内維持もしくは基準外→基準内	**最大900P** ＢＭＩ　300P 収縮期血圧　150P　拡張期血圧　150P 空腹時血糖　150P　HbA1c　150P

（補足）
①健保へ健診データが到着次第随時ポイントが付与されます。（数値が維持･改善されている場合のみ）
※会社の定期健診と健保補助を利用した人間ドックの２つを受診している場合、先に健保へ到着したデータがチャレンジ対象となります。
②チャレンジは年度更新のため、当年度分チャレンジは翌年7月末までに受領したデータで終了となります。
　締め日以降に健保へデータが届いた場合、Pep Upで閲覧は可能ですが、改善チャレンジポイントはつきませんのでご了承ください。

★その他

項目	実施期間	説明	ﾎﾟｲﾝﾄ数
医療費のお知らせ確認チャレンジ	**通年** **毎月25日公開**	医療費の明細を確認するだけ ※医療費0円の月でも対象	**30P/月** ※毎月25日より１ヶ月以内に確認
インフルエンザ予防キャンペーン	**１０～2月**	いすゞ健保加入の本人および被扶養者がインフルエンザ予防接種をしてPep Upで申請	**中学生以上　上限1,500P** **小学生以下　上限3,000P** ※接種料が上限未満の場合は接種料＝ポイント数

（補足）
①申請は被保険者からのみとなります。
②０～12歳は２回接種分を１度に申請してください。※１度申請すると2回目の申請は行えません。