

【令和7年度におけるポイント付与項目とポイント数】

項目		対象者	ポイント数	ポイントを付与する条件	ポイントを付与する時期	特記事項
①	初回登録 (1回のみ)	全員	500	P e p U pへの初回登録を完了された方	即時	—
②	特定健診の受診	40歳以上	500	次のいずれかに該当する方 ・支部主催の健診受診 ・受診券による健診受診	最短でも受診後2ヶ月以降	健診機関等から事務局へ請求が届いてからの付与となります。
③	人間ドック等の受診 ※特定健診を受診されていない方	40歳以上	500	人間ドック補助金制度を利用し、健診結果登録シートを提出された方 ※健診結果登録シートの記入に不備の無い方 ※年度末時点で40歳以上の組合員・家族	受診年度の翌年8月以降	国へ報告するためのデータ化処理が完了してからの付与となります。
④	人間ドック等の受診	39歳以下	500	組合員で人間ドック等補助金制度を利用された方 ※年度末時点で39歳以下の組合員	人間ドック等補助金の支給日から約1.5か月後	—
⑤	健康優良世帯の表彰	無受診世帯の組合員	5,000	前年度における無受診世帯の組合員を表彰	10月以降	組合員へ付与 ※家族には付与されません
⑥	健康クイズ ※期間限定イベント	全員	最大300	健康に関するクイズに答え、楽しみながら知識が身につけられます。	即時	・令和8年2月28日までの開催です。 ・6カテゴリー全30問（各カテゴリー5問）で構成 ・内容は年に一度更新されます。
⑦	健診値改善チャレンジ ※期間限定イベント	40歳以上	最大300	・健診値が良好な方へポイントを付与。（健康行動の促進・継続につなげます。） ・対象検査項目は健康年齢とBMIの2項目です。	・支部主催の健診受診又は受診券による健診受診：ポイントを付与する時期は最短でも受診後3ヶ月以降です。 ・健診結果登録シート提出：受診年度の翌年9月以降	・支部主催の健診受診又は受診券による健診受診：令和8年6月振込分までがポイント付与の対象となります。 ・健診結果登録シート提出：令和8年4月末日までの受付分がポイント付与の対象となります。 ※健診結果登録シートの記入に不備の無い方
⑧	日々の記録	全員	最大730 (1日2ポイント)	健康に関する記録をつけることでポイントを付与。（体調管理の習慣化につなげます。）	即時	毎日の体重を記録します。
⑨	健康記事の閲覧	全員	最大5	1人ひとりのリスクに応じたアドバイスを定期的に配信。	即時	ポイント付きの記事が対象です（記事によってポイント付与がない場合があります）。
⑩	ふれんどウォーク	全員	1日最大3	1日の歩数に応じてポイントを付与。	翌日	初回のみ参加登録が必要です。