

ヘルスリテラシーを高めよう ~ポイントを貯めて交換 神戸牛~

阿込 太郎(アコム タロウ)さん 52歳



4月10日に健診を受けた。1週間断酒して挑んだが、今年もメタボリックシンドロームからの脱却は難しかった。だが、そんなメタボな俺にも、ウェルネスポイントが付与された。なぜなら、たばこを吸ってない(禁煙できた)ことと、毎朝きちんとごはんを食べているから。ポイントがもらえるなら、夜のお菓子もやめようかな・・・。

保健事業のご案内

2014年度、総務省・厚生労働省・文部科学省の支援のもと、一部の市町村において健康ポイント制度の導入が開始されました。現在でも、さまざまな自治体で健康づくりへの取り組みに、インセンティブ(健康ポイント)を付与し、住民の健康意識の向上に役立っているようです。



アコム健康保険組合も各事業主と協同で、健康づくりのための運動や健康診断に対して、インセンティブ(ポイント付与)を設ける取り組みをスタートします。



楽しく！



無理せず！



お得に！



貯まったポイントは、お好きな商品に交換可能
(5,000点以上の中から選択)

サイトのご案内

株式会社ベネフィット・ワンと提携し、健康ポータルサイトを開設します。

【健診結果の閲覧】

ご自身の健診結果(最大5年分)の閲覧が可能。
※結果の反映には、健診受診後3~4ヶ月を要します。



アコム健康保険組合
ウェルネスナビ

<https://happy1th.com/>

↑ここからログイン↑

【健康リスク】

ご自身の健診結果から、将来かかりやすい病気を予測。また、生活改善によって変動する健康リスクのシュミレーション結果を見られます。

【健康コラムの閲覧】

健診結果等から、おすすめの健康コラムを表示。
※エクササイズや健康レシピなどのコンテンツあり。

【ベネステ連携】

福利厚生「ベネフィット・ステーション」のサイトに移行可能。

【日々の健康管理記録】

毎日の歩数や体重の記録だけでなく、自身で立てた生活改善目標の管理・記録ができる。



※歩数管理には別途ハピルスアプリをインストールすると便利です。



ウェルネスポイントの付与

		一般被保険者	任意継続被保険者
1	初回ログイン(1人1回のみ)	●	●
2	初回ログイン(8月末まで)	●	●
3	非喫煙	●	●
4	就寝前2時間以内の食習慣なし	●	●
5	間食をしない	●	●
6	朝食をとる	●	●
7	メタボ 非該当者	●	●
8	特定保健指導基準 非該当者	●	●
9	歯科健診センターの無料歯科健診受診	●	
10	ストレスチェック受検者	●	
11	インフルエンザ予防接種受診者	●	
12	年次有給休暇取得(半期6日以上)	●	
13	体重の記録	●	
14	歩数の記録	●	
15	3ヶ月間連続非喫煙(今年度は3回)	●	
16	生活習慣チャレンジコースの目標達成	●	
17	ウォーキングイベント参加者	●	●

<注> 1~12は自動付与、そのうち3~8は健康診断結果から付与されます。
 13.14は、記入後2週間で自動付与されます。
 15.16は自身で、チャレンジコースの設定やポイント申請が必要です。
 17のイベント参加には事前エントリーが必要となります。



**アコム健康保険組合 ウェルネスナビは、
7月5日 開設予定！**



初回ログイン時は、保険証をご用意ください。
 またメールアドレスの登録が必須です。

早期ログイン特典あり

初回ログインを8月31日までに実施すると、通常500Pを、なんと、800Pに！
 お見逃しなく☆

ウォーキングイベント 開催予定

10月にウォーキングイベントを開催します。事前エントリーは9月頃より受付開始。(予定)
 ポイントゲットのチャンス！

健康コラムは、年代・性別・健診結果から、君に最適な情報が表示されるらしいよ。僕のコラムはダイエットものが多いから、きっと減量をオススメされているんだろうな・・・お菓子をやめたらやせるかな。

