

2021年10月1日

被保険者各位

PHC健康保険組合

### ＜PHC健康保険組合のポイントプログラムのご紹介＞

2018年10月から始まったPHC健保独自のポイントプログラム（愛称：ウェルプログラム）は、健康増進に向けた加入者1人1人の取り組みを積極的に支援することを目的としています。

PHC健保の「ウェルサポートナビ」で健康コラムの閲覧やイベント（ウォークラリーなど）に参加すると、PHC健保から「健康ポイント」が付与されます。獲得した健康ポイントは様々な日用品や書籍、食品などと交換することができます。

#### ■健康ポイント対象項目一覧

項目	ポイント	上限		
ウェルサポートナビ本登録	200	1回		
ウェルサポートナビログイン バイタル/食事/食生活セルフチェックの登録	各1	1回/日		
セーフティーウォーキング登録	10	1回/月		
健康コラム閲覧	10	2回/月		
禁煙ラリー、ウォークラリー、 年末年始の体重管理	エントリー	各100	1回/開催	
	達成	各500	1回/開催	
ヘルスアップチャレンジ	エントリー	5	10回/年度	
	達成 コース	ショート	5	10回/年度
		チャレンジ	5	10回/年度
		ステップアップ	20	10回/年度
		マスター	30	5回/年度
被扶養者の健診結果（※1）提出	1,000	1回/年度		
インフルエンザ予防接種（接種者1人につき）	3,000	1回/年度		

※1 ポイント付与の対象となる健診結果は、①健診受診日現在でPHC健保の被扶養者であること、②受診者が当年度末現在で40歳以上74歳以下であること、③当年度のPHC健保の健康診断を受診していないこと、④国が定める特定健康診査の必須項目をすべて実施していること、の4条件を満たすものに限ります。

■留意事項

- ✓ 健康ポイントの有効期間は、ポイントが付与された年度の翌年度末までです。
- ✓ P H C 健保の被保険者資格喪失時に未使用のポイントは、原則として失効します。
- ✓ 対象項目によっては、健康ポイントの付与に時間がかかることがあります。
- ✓ 健康ポイントは付与月の翌月 8 日頃に「商品交換可能ポイント」へ移行します。
- ✓ 年末年始の体重管理などの一部イベントは、開催しないことがあります。

以 上