

ポイントがたまったら交換しよう!

こんな豪華なアイテムも選べます

(ポイントは、2年度分まで合わせて交換が可能です)



「8,000 POINT」で
タニタ体組成計
(ホワイト)



「5,000 POINT」で
南魚沼産こしひかり



「10,000 POINT」で
宮崎牛サーロイン
ステーキ



「10,000 POINT」で
ハイパワーミキサー
(シルバー)

ポイント交換方法

【交換申込】毎月月末締め【交換単位】1,000ポイント毎
【発送日】翌月15日より順次発送

※アイテムによって、発送が遅れる場合があります。

ポイント交換は「MYポイント」ページからどうぞ!

※アイテム供給元の理由により、
形状・色等が予告なく変更になる場合があります。

How to Get POINTS ? ポイント獲得早見表

ポイント付与の対象者は被保険者のみです。また、下記のポイントは一例です。

アクション	上限付与回数	2017年度ポイント
利用登録(メールアドレス登録・メール受信同意・医療費明細及び健診結果参照同意)	初回のみ	100
スローガン入力	1回/年度	100
MY HEALTH WEB ログイン時	1回/日	1~6
医療費明細の閲覧	1回/月	20
健診結果の閲覧(35~74歳)	1回/年度	100
MYバイタル登録時	1回/日	3
被扶養配偶者の健診受診(30~74歳)※	1回/年度	500
①適正体重該当(35~74歳)	1回/年度	100
②血糖適正基準該当(35~74歳)	1回/年度	100
③悪玉コレステロール適正基準該当(35~74歳)	1回/年度	100
④血圧適正基準該当(35~74歳)	1回/年度	100
⑤非喫煙者(35~74歳)(健診受診時の問診で非喫煙回答)	1回/年度	100
コンプリートポイント(上記健診結果5項目全て該当)	1回/年度	500

●MYポイント制度など、詳細は、MY HEALTH WEBをご覧ください。

※「MY HEALTH WEB」登録済みの被扶養者の方のポイントは、被保険者に付与されます。



日立健保HPから
ログイン

日立健保

<http://www.hitachi-kenpo.or.jp/>

↓ 次のバナーを
クリック!



「MY HEALTH WEB」の
登録はお済みですか?
一度も利用したことのない方は、まずは利用登録から始めましょう!

電子
図書館の
利用

健康相談・
小児救急相談

24時間・
年中無休

「MY HEALTH WEB」には、
お役立ちコンテンツ満載!
ヘルスリテラシーを
高めてチェック



健康情報サイト

「ヘルシーファミリー
倶楽部」

ポイント対象※3

被扶養
配偶者の方も
年に一度は
健診受診を!

年に1度は受けよう!
健康診断の受診



MY HEALTH WEB
便利です!

ポイント対象※2

事業所主催の
健康イベント
に参加!

自分のペースでゆっくりと!
運動などの実践



は健康管理にとっても便利!

健診から始まる “健康サイクル”で 賢くポイントゲット!

いろいろなコンテンツが盛りだくさんの「MY HEALTH WEB」。
日立健保ホームページからログインしてご利用ください。

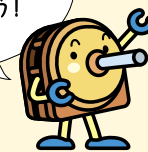


ポイント対象

健診結果を
確認※1

基準値を超えている
項目がひと目で
分かる!

「MY HEALTH WEB」を
効果的に使おう!



ポイント対象

スローガン
登録

毎年見直し、
自分にあった
目標をたてよう!

まずは目標を決めましょう!
改善に向けて日々、
健康管理



ポイント対象

MYバイタル登録

血圧・体重・歩数も
グラフ化され、
見やすく表示!



ポイント対象※3

ウォーキング
キャンペーンに
参加

ウォーキングをしながら
ポイントをゲット!

※詳細はP.8を
ご覧ください。

「MY HEALTH
WALKING」を活用
Web上でウォークラリーを
楽しめるプログラムです。
※詳細はP.6をご覧ください。
アンケート実施中は
回答者にポイントが
つきます。



※1 健診受診後、3ヶ月程度でご自身の健診結果が確認できます。

※2 ポイント付与は、健保共催に限ります。

※3 「MY HEALTH WEB」登録済みの被扶養者の方のポイントは、
被保険者に付与されます。