

ポイントを貯めて好きなアイテムと交換できる! 「MY ポイント」とは?

MY ポイントとは、MHW 上で健康増進に向けた行動をした際に、付与されるインセンティブのことです。貯まったポイントは、1ポイント=1円相当として本サイトに掲載されている対象アイテムと交換ができます。(但しギフト券など一部交換率が違うアイテムもあります) 付与対象になる行動やポイント数は、一覧をご参照ください。



◆ MY ポイントの付与ルール

(2021年10月～2022年3月実施分)

内容	付与ルール	ポイント	頻度/制限	備考
MY HEALTH WEBの初回利用登録	初回利用登録してくれた方全員にポイント付与	500	1回限り	
早期利用登録ポイント2倍キャンペーン	2021年12月31日までの利用登録でポイント付与	500	1回限り	2021.12.31まで
ログイン時のサイコロ	ログインすると自動的にサイコロが振られ、出た目の数をポイントとして付与	1～6	1回/日	
MY バイタルの登録	MY バイタルへ「歩数」「体重」「血圧」を登録したらポイント付与 (注:「入力した日」に対する付与です。一度に複数項目・数日分入れても付与ポイントは一日分です。)	1	1回/日	
MY ミッションの登録	MY ミッションへ「自身が設定した行動目標の結果」を登録したらポイント付与 (注: MY バイタルと同様に「入力した日」に対するポイント付与です。)	5	1回/日	
健診結果の閲覧	MHW で健診結果を閲覧したらポイント付与	100	1回/年	対象期間: 2022.01 ～2022.03
健康おめでとうポイント (健診結果が健康維持できている方へのお祝い)	健康診断の結果で「メタボ判定に該当していない」方全員にポイント付与	1,000	1回/年	実施時は別途お知らせします
広報誌クイズの正解者	広報誌内のクイズに正解し、正解者の中で抽選に選ばれた方へポイント付与	500	年4回	
広報誌の改善アンケートへ提案	健保リクエストの改善アンケートに対し、具体案を投稿された方へポイント付与	500	不定期	
ウォーキングイベントの参加賞	健保主催のウォーキングイベントに参加した方全員へポイント付与	100	イベント実施時	
ウォーキングイベントの目標歩数達成賞	健保主催のウォーキングイベントで目標歩数を達成した方にポイント付与	200～400	イベント実施時	

貯まったポイントはこれらのアイテムと交換できます

※表示のアイテムは一例です。
他アイテムはサイトの中からお確認ください。



コンビニで使える
QUOカード!



1,000ポイント

便利な台所洗剤セット



2,600ポイント

Amazon.co.jpで
使えるギフト券
(メールタイプ)



3,200ポイント

歩行だけでなく、デスク
ワークや家事などの
消費カロリーを判定!



4,000ポイント

毎日ヨーグルトを
続けたい方にお勧め!



4,900ポイント

MY ポイントの注意点

- 付与されたMY ポイントには**2年間の有効期限**があります。**有効期限を過ぎたMY ポイントは、自動的に失効します**ので、期限内に必ずご使用ください。
- 退職等により当健保から脱退した場合は、MHW のアカウントは停止され、一切のサイト利用ができなくなります。ポイントは、脱退前にお使いください。(ただし、引き続き任意継続被保険者になる場合は、ポイントはそのまま引継がれます。)
- 夫婦で当組合の被保険者として加入いただいていた場合で、退職後に配偶者の被扶養者として引き続き当健保へ加入された場合は、MHW のアカウントは新しいものが発行され、再度初回登録いただきます。被保険者資格時でのMY ポイントの引継ぎはされませんので、ご注意ください。
- 利用登録をされた被扶養配偶者および被扶養者が、一時的に扶養から外れた場合には、MHW の利用アカウントはその間凍結されます。しかし、再度当健保の扶養認定がなされた場合には、凍結前のアカウントでMHW の利用を再開いただけます。アカウント凍結前のMY ポイントもそのまま使用が可能です。