

住友商事健康保険組合の

『2025年度 健康マイレージ制度』の概要 (インセンティブ・ポイント制度)

本制度は、皆様の健康管理や健康増進の取り組みに対し、被保険者本人にインセンティブ・ポイントを付与し、皆様の健康意識や疾病予防等につなげることを目的としたものです。

- 本制度は、「Pep Up」(https://pepup.life/users/sign_in)を利用します。
- ポイント獲得メニューは、下表のとおり。
被保険者1人で、年間4,000～8,000ポイント+αを獲得できます。被扶養者はポイント付与の対象となりますが、Pep Upのユーザー登録は、被保険者のみ。なお、ポイント申請は不要です。
- 獲得したポイントは、Pep Upで提供している様々な商品(商品券・健康グッズ・他の電子ポイント等)と交換できます。

ポイント種別	ポイント獲得の内容		対象者※1	付与ポイント	付与月※2
早期初回登録ポイント	6月末までにPep Up登録完了者		被保険者	1,000	即時
健康エントリーポイント	健康保険の資格取得者※3		被保険者	4,000	8月・翌年4月
			被扶養者(13歳以上)	4,000	
			被扶養者(7歳以上13歳未満)	2,000	
健康チェックポイント ※4	健康診断(定期健診、人間ドック等)の受診		被保険者	2,000	8月
			被扶養者(配偶者35歳以上)	2,000	
	受診者の内	健康診断の結果が良好※5	上記の対象者	2,000	8月
		前年(良好でなかった)より、良好に改善※5		2,000	
	生活習慣改善プログラムに参加し、完了※6			500	11月
	婦人科検診の受診		被保険者(34歳以下)	500	8月
健康チャレンジポイント	Pep Upで「やることチャレンジ」の目標を設定し、1カ月間における達成状況に応じポイントを付与		被保険者	500	7月・2月
健康セミナーポイント	15分間の健康ランチセミナー(毎月)		被保険者	100/回	8月・翌年4月
	自宅でRIZAPセミナー(9月開催予定)		(アンケート回答者)	500	11月
ウォーキングポイント (アプリを毎日立ち上げましょう)	日々の記録	毎日の歩数を記録	被保険者	3/日	即時
	ふれんどウォーク	【ほりほり】毎日の歩数 ※毎日アプリを開いて「ほりほり」しましょう！ 翌日しか「ほりほり」できません。	被保険者	5,000歩～7,999歩：1 8,000歩～9,999歩：2 10,000歩以上：3	翌日即時
		【ほりほりWボーナス】毎日の歩数 ※毎日アプリを開いて「ほりほり」しましょう！ 翌日しか「ほりほり」できません。	被保険者	5,000歩～7,999歩：4 8,000歩～9,999歩：5 10,000歩以上：7	翌月 (1カ月分合計)
	イベント	「個人」「グループ対抗」ウォーキング (5月・11月予定)	被保険者	開催時にご案内します	6月・12月 (予定)
ジェネリック医薬品の使用	ジェネリック医薬品使用のある世帯		被保険者・被扶養者	300/月/世帯	8月・11月・2月

※1 対象者年齢基準日は2026年3月31日現在 ※2 付与月の前月20日時点で、当健保組合の資格登録があることが条件

※3 期中取得者は、翌年4月に付与 ※4 前年度実績ベースに付与する ※5 良好の判定基準は、裏面のとおり

※6 健保組合が実施する40歳以上対象の「生活習慣改善プログラム」、40歳未満対象の「Under40健康支援プログラム」

ポイント付与の年間スケジュール

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	翌年4月
健康エントリーポイント					*								*
健康チェックポイント					* 健診の受診、健診結果			* 改善プログラムの終了					
健康チャレンジポイント			-----▶	*						-----▶	*		
健康セミナーポイント					*								*
ジェネリック					*			*			*		

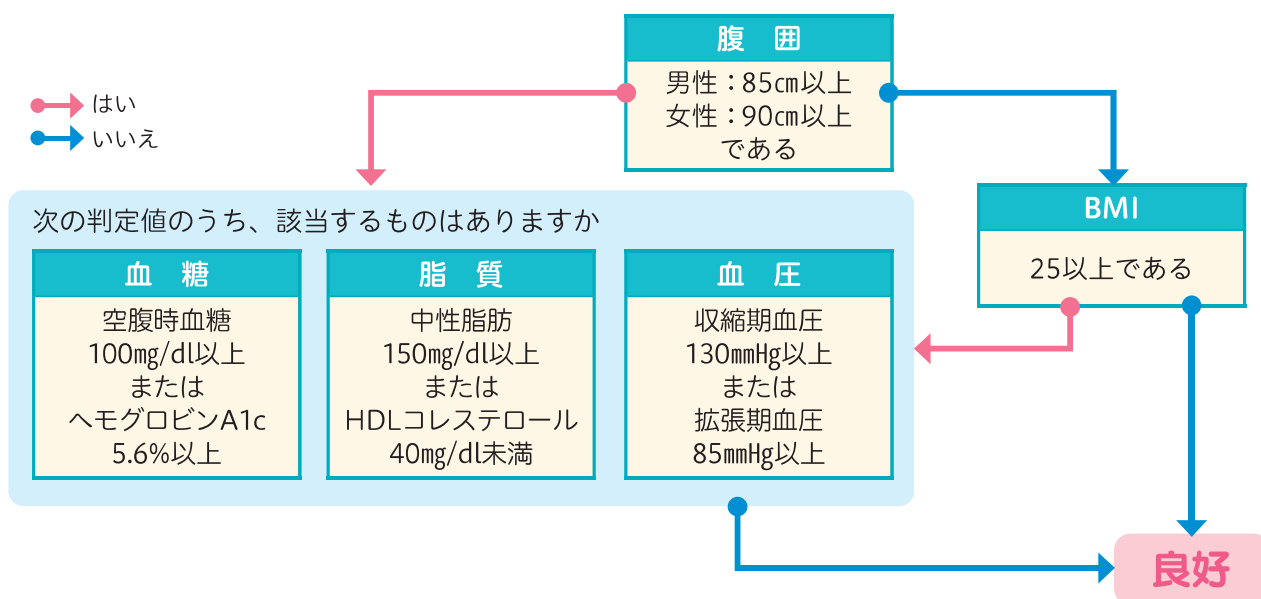
-----▶ 健康チャレンジ期間(行動目標にチャレンジする期間)

健診結果が良好とは？

下記の基準にて、良好かを判定します。

●〈35歳以上〉被保険者・被扶養者(配偶者)

人間ドック等特定健診の結果に基づき、以下のロジックで「良好」と判定されるケース。



●〈35歳未満〉被保険者

BMI (25未満) で簡易判定。