

世田谷区国民健康保険「健康ポイント事業」結果報告入力の手引き

項目1 ウォーキング 必須

	達成した歩数	取得ポイント
項目1	(1)2000歩以上、5000歩未満	5
	(2)5000歩以上、8000歩未満	15
	(3)8000歩以上	30

最大25日分(※達成した歩数(1)~(3)の合計日数)

↓ 入力様式・注意点 ↓

必須 項目1: ポイント

項目2 自分で設定した健康目標の達成

項目2	取得ポイント	5
-----	--------	---

健康目標：最大3つまで

取組日数：それぞれの目標 最大25日分

項目2: ポイント(目標と実施期間日数)

↑ ()内は目標数に応じて記入

項目3~20 その他、世田谷区の保健事業等への参加・利用

項目3	特定健診の受診(必須)	300
項目4	特定健診以外の健診、歯科健診、人間ドックの受診	200
項目5	特定保健指導	該当者のみ
項目6	肺がん検診	200
項目7	大腸がん検診	200
項目8	胃がん検診	200
項目9	胃がんリスク(ABC)検査	200
項目10	前立腺がん検診	200
項目11	乳がん検診	200
項目12	子宮がん検診	200
項目13	口腔がん検診	200
項目14	B型・C型肝炎 ウイルス検診	200
項目15	骨粗しょう症検診	200
項目16	成人歯科健診	200
項目17	生活習慣病予防教室	200
項目18	糖尿病性腎症重症化予防保健指導	200
項目19	重複受診・服薬等の訪問指導	200
項目20	ジェネリック医薬品の利用	200

必須 項目3: 300 ポイント(令和 年 月 日、〇〇医院)

項目4: } ↑ ()内に、受診日、医療機関名を入力
今後受診する方は、予定日、予定の医療機関名を入力

項目5: }
項目6: }
項目7: }
項目8: }
項目9: }
項目10: }
項目11: } 項目番号:200ポイント(令和 年 月 日)

項目12: } ↑ ()内に参加・利用日を入力
項目13: } 今後参加・利用する予定の
項目14: } 方は予定日を入力

項目15: }
項目16: }
項目17: }
項目18: }
項目19: }
項目20: 200ポイント 「あり」の場合

報告・記入例

【報告例】

・ウォーキング 5ポイント×10日
15ポイント×5日 30ポイント×10日
ポイント計425

・健康目標(ラジオ体操20日間実施)
5ポイント×20日 ポイント計100

・令和〇年8月1日に特定健診を〇〇医院にて受診

・ジェネリック医薬品の利用あり



【入力例】

項目1:425ポイント、項目2:100ポイント(ラジオ体操20日間実施)、項目3:300ポイント(令和〇年8月1日、〇〇医院)、項目20:200ポイント、合計の取得ポイント1025ポイント

※ 詳細は、添付ファイル「取組記録様式」をご覧ください