

■ 付与ポイント一覧

No.	どけんポイントを貯める方法	付与ポイント数
1	初回ログイン（1回のみ、クピオプラス移行者も含む）	500ポイント
2	日次ログイン（1日1回のみ）	1ポイント
3	体重、血圧の数値記録	各5ポイント
4	行動メニュー（自分で決めた目標）の取り組み結果を記録（3つまで）	各3ポイント
5	1日あたりの歩数	3,000歩 … 1ポイント 5,000歩 … 5ポイント 8,000歩 … 10ポイント
6	健診受診者（年度内一度のみ）	250ポイント
7	健診結果が基準値内*もしくは非喫煙 ※肥満度、血圧、血糖、脂質（年度内1回のみ）	各10ポイント
8-1	「みんなでヘルスチャレンジ*」の達成 ※kencom内「行動メニュー」等を利用して開催されるイベント	100ポイント
8-2	「みんなでヘルスチャレンジ」の参加者が300人を超えた場合、達成者全員にどけんポイントを100ポイント上乘せ進呈	100ポイント
8-3	「みんなでヘルスチャレンジ」達成者から各回抽選で3人に体組成計等健康グッズ進呈	年間6人
9-1	「みんなで歩活*」イベントの達成 ※kencom内で年2回開催されるイベント	1カ月間の平均歩数が 3,000歩以上 … 100ポイント 5,000歩以上 … 300ポイント 8,000歩以上 … 500ポイント
9-2	「みんなで歩活」の参加者が300人を超えた場合、達成者全員にどけんポイントを100ポイント上乘せ進呈	100ポイント

注) ポイントの有効期限は付与された年度の翌年度末です。