

2024年度イベント実施スケジュール



オリエンタルランド健康保険組合

イベント	開催時期	内容と達成条件	付与ポイント		最大獲得ポイント	ポイント付与日
日々の記録 チャレンジ	4月～3月	日々記録を行う （体重・歩数・睡眠時間）	達成ポイント (項目ごとに1日1pt)	3 pt	1,095 pt	即日
ウォーキング ラリー(春) 事前エントリー制	3月～4月 (エントリー) 3/1～3/31 (開催) 4/1～4/30	個人参加 1日平均8,000歩	達成ポイント	500 pt	500 pt	5月頃
		チーム参加 1日平均6,000歩／人	達成ポイント	500 pt	500 pt	
ウォーキング ラリー(秋) 事前エントリー制	8月～9月 (エントリー) 8/1～8/31 (開催) 9/1～9/30	個人参加 1日平均8,000歩	達成ポイント	500 pt	500 pt	10月頃
		チーム参加 1日平均6,000歩／人	達成ポイント	500 pt	500 pt	
ウォーキング ラリー(冬！) 事前エントリー制	1月～2月 (エントリー) 1/1～1/31 (開催) 2/1～2/28	個人参加 1日平均8,000歩	達成ポイント	500 pt	500 pt	3月頃
		チーム参加 1日平均6,000歩／人	達成ポイント	500 pt	500 pt	
体重測定 チャレンジ	第1回：5月～7月 「3ヶ月減量チャレンジ！」 を特別開催	1日1回体重を測定し、 3ヶ月の期間中に60日間記録する	達成ポイント	1,000 pt	3,500 pt	9月頃
			【ボーナスポイント】 体重記録チャレンジ達成者の うち、前回夏の健診から BMI、体重が減少し基準値に 該当した人に付与	500pt～ 2,000pt		12月頃
	第2回：12月～1月	1日1回体重を測定し、 期間中に20日間記録する	達成ポイント	500 pt		2月頃
健康クイズ チャレンジ	6月	6 カテゴリーある健康 クイズにチャレンジ	各カテゴリー 全問正解	100 pt	600 pt	9月頃
			全問正解ポイント （全30問）	400 pt	400 pt	
健診結果改善 チャレンジ	2023年度の 健康診断結果 をもとに判定	健康年齢※	実年齢差－0.1歳ごと （上限－3歳）	10 pt	300 pt	12月頃
		BMI (BMI判定のポイントを拡充)	健診結果の数値が 「A」判定	500 pt	500 pt	
		血圧 （収縮期、拡張期）	健診結果の数値が 「A」判定	50 pt	100 pt	
		血液検査結果※ （血糖値、脂質、肝機能等の各 項目）	健診結果の数値が 「A」判定	50 pt	400 pt	
		喫煙歴	喫煙をしていない方 （検診時の問診で判定）	200 pt	200 pt	3月頃
特定保健指導	健保が実施する特定保健指導（1月～）を受け、基準値(腹囲-2cm、体重-2kg)を達成し、完了した方に付与			1,000 pt	1,000 pt	翌年秋

※血液検査を実施していない方は付与対象外となります

最大獲得ポイント12,000pt以上（初回登録pt、登録キャンペーンptを含む）