

【ごほうびポイント】

付与条件		ポイント	備 考
動画セミナー			「食事」「睡眠」「感染予防」動画セミナー視聴後 小テストの実施で 各300pt
1	「食事」動画＋小テスト	300pt	
2	「睡眠」動画＋小テスト	300pt	
3	「感染予防」動画＋小テスト	300pt	
4	団体対抗ウォーキング	300pt	期間中20日間以上の歩数登録があり、平均歩数が 5000歩/日以上で300pt ※歩行困難な方は大塚製薬健康保険組合へ連絡して ください ※団体対抗ランキングを見ることができる 2023年度実績 27団体中24位