

## CONTENTS

- 2 連載 目指せ! 私の Smart Life  
**レナさんが行く!**  
「健康ポイントって何?」編
- 4 知って納得、使ってお得  
**motto<sup>2</sup> けんぽ**
- 6 WEB ウォーキング大会
- 7 家族の健康を守るために“脱・たばこ宣言”
- 8 天空の散歩  
「高千穂 国見ヶ丘」
- 10 平成 28 年度 収入支出決算のご報告
- 12 つくりおき常備菜+アレンジレシピ  
「れんこん団子」
- 14 効果抜群! ラジオ体操
- 15 ご存じですか? 接(整)骨院へのかかり方
- 16 レナさんの“それホント?”「健康食品・サプリメント」  
どこが違う? 「レナさん間違い探しクイズ」

### 同封

- ① スポーツクラブ ルネサンス法人利用のご案内
- ② ラフォーレ倶楽部おすすめプランのご案内
- ③ 家庭用常備菜等のあっせんのご案内
- ④ レナさん間違い探しクイズ応募用紙

※本誌掲載の記事、写真、イラストなどの無断転載を禁じます。

新しく、  
**健康ポイントプログラム**  
が始まります!

### 健康ポータル

健診結果がサイト上に登録され、注意したほうがいい病気や生活習慣改善アドバイスを確認できます!




健康レシピやビジネス健康術など健康情報も満載です!

### 健康ポイント

健康ポータルサイトで健康ポイントが貯められます!

- 個人の健康づくりに対するインセンティブとして、健康ポイントが貯まります!
- 日々の歩数や体重が管理できます!  
(日々記録するだけでももらえるポイントもあり)

ポイント有効期限  
ポイント付毎日から  
2年後の同月末日まで有効  
※期限までに交換  
ください

こんなことで健康ポイントがもらえるよ!

ポイント付与基準(一例)	獲得ポイント
健康ポイントサイト 初回閲覧 ボーナスポイント ※初回のみ	200ポイント
1日8,000歩達成 ※専用アプリの運動可、歩数計の方は手入力	2ポイント(1日)
エスカレーター、エレベーターを利用せず階段を使う	1ポイント(1日)
歯科検診 ※2017/10～2019/3の期間で1回付与	300ポイント
健康診断の受診 ※2018/4～2019/3の期間で1回付与(自己申告)	300ポイント

- 貯めたポイントは1p=1円相当となり、例えば1000ポイント保有で1,000円分の商品と交換が可能です



目指せ!  
私のSmart Life

レナさんが行く!

健康ポイントって何?

編



Panel 1: Woman A asks, "Just by walking, how do I get points?" Woman B replies, "So! From October, for members of the health insurance group, 'Health Portal' has started!"

Panel 2: Woman A asks, "Besides walking, how do I get points?" Woman B replies, "Even dental checkups earn points!"

Panel 3: Woman A asks, "How do I record my daily weight?" Woman B replies, "In your daily life, earning points every day is so happy!"



# 健康ポータルポイント

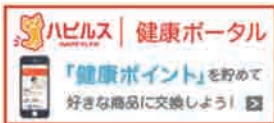
健康ポータルに登録すると、健康ポイントがたまる、つかえる!!

## ご利用の流れ

### WEBサイトに登録

まずは健康ポータルサイトに登録!

※健康ポイントサイトの初回閲覧で200ポイントプレゼント!



### 健康アクション

(例)

- 健診受診
- ウォーキング
- 正しい食生活
- 体重入力 他



### ポイントゲット



### 好きな商品と交換



(例)

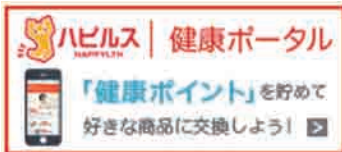
nissan お買い物券1,000円分  
→ 1000ポイント  
新潟県産こしひかり  
→ 1900ポイント

## 登録方法

①レナウングループ健保サイトか下記の専用URL にアクセス

<https://happyth.com>

▼健保サイトから下記バナーをクリック



携帯用QRコード

②初回登録をクリック

※登録完了後はご自身で設定したユーザーIDとパスワードでログイン可能です

③下記の項目を入力して認証

●保険者番号 ●被保険者記号・番号 ●氏名(カナ)

④ご自身でIDとパスワードを設定し登録完了

⑤登録完了したら健康ポータルサイト右上の「健康ポイント」アイコンをクリックして200ポイントを取得

## 日々の健康サポートにはアプリが便利! ハピルス健康アプリを活用しよう



「健康ポータル」の登録後、スマホから「ハピルス健康ポイントアプリ」をインストール。下記のログインIDとパスワードを入力

【ログインID】 保険証 被保険者記号・番号 RG  
【パスワード】 生年月日8桁RG

【入力例】被保険者記号 1023 番号 45678 生年月日 1989年1月5日の方の場合  
【ログインID】 102345678RG 【パスワード】 19890105RG

※アプリからのログインは、健康ポータルでご自身で設定したID・PWと異なりますので、ご注意ください。健康ポータルの初回登録完了後より、アプリをご利用いただけます。

### ◎アプリQRコード

iPhoneをお使いの方  
「App Store」から

Androidをお使いの方  
「Google Play」から

