



マイヘルスアップ

キャンペーン

始めどきです!

なんと



1日に3コース全て48日以上達成した人に

25000

ポイントをプレゼント

どれにする?

3つのコースを選んで、健康づくりに挑戦!

食生活

- ① 朝ごはんを食べようコース
- ② 腹八分目がベストコース
- ③ 噛む噛むゆっくりコース
- ④ 寝る前は食べないコース
- ⑤ LOVEベジタブルコース

運動

- ⑥ 階段を使おうコース
- ⑦ 15分deストレッチコース
- ⑧ 腰痛・肩こり改善コース
- ⑨ 筋トレで筋力UPコース
- ⑩ いろいろ運動コース

日常生活

- ⑪ いい湯だな～コース
- ⑫ 6時間寝たろうコース
- ⑬ 就寝1時間前はPC・スマホなどは見ない!コース
- ⑭ 歯を大切にコース
- ⑮ 毎日、測定コース

参加対象者

名糖健康保険組合の
被保険者・被扶養配偶者
(6月30日時点在籍者)

実施スケジュール

キャンペーン期間：2026年5月1日(金)～6月30日(火)
感想入力期間：2026年6月23日(火)～7月16日(木)
最終入力期限：2026年7月16日(木)
マイヘルスウェブのポイントプレゼントは、8月上旬頃の予定です。

キャンペーン開始と同時に参加しよう!

キャンペーン期間 ▶ 2026年5月1日(金)～6月30日(火)

Amazon, Amazon.co.jp及びそれらのロゴはAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

名糖健康保険組合
<https://www.meito-kenpo.jp>

