いたばし健康プラン情報紙
健ちゃん通信

令和７年度　第１号

いた Pay 健幸ポイントに
『健(検)診記録機能』が新登場

発行：健康推進課　健康づくり・女性保健係（電話番号：03-3579-2727）

記事に関連する「いたばし健康プラン」の基本方針や区民の行動目標を　　で示しています。

ITABASHI

正しい生活習慣を実践する

６月から、いた Pay 健幸ポイントに 健(検)診記録機能が新登場！

いた Pay 健幸ポイント 板橋区

いた Pay 健幸ポイントは、いたばし Pay アプリ内にある**健康機能**です。歩数計測、体重・朝食摂取状況記録、健康情報閲覧、イベント参加などの機能活用でポイントがたまり、ポイントは１ポイント＝いたばし Pay1 円として、買物や食事に利用できます。このたび、令和７年６月から**健(検)診受診状況を記録する機能**が新たにできました。

健(検)診記録機能は、3Step で簡単に使える！

Step1
健(検)診を受診

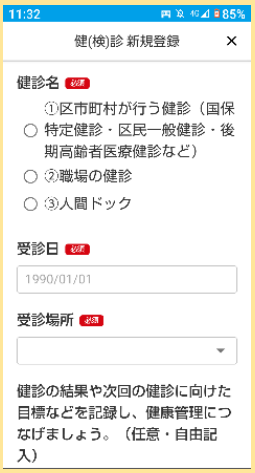
職場や区市町村が実施する健康診断、人間ドック、がん検診、歯科検診などを受けます。

Step 2
入力画面を開く

健(検)診の結果を受け取ったら、いた Pay 健幸ポイントの健(検)診管理画面を開きます。

Step 3
受診記録を入力

健(検)診名・受診日・受診場所・健診結果や次回の健(検)診に向けた目標などを入力します。



すべて完了すると・・・

最大で 300 ポイントもらえる!!

獲得できる条件などの詳細は裏面へ

利用方法

ITABASHI

健(検)診受診状況記録は、「基本健診」と「保健指導・その他検診」の２種類があります。受診内容によってご自身で分類し、入力してください。

	①基本健診	②保健指導・その他検診
健(検)診内容	身体測定、血液検査、検尿、血圧測定、心電図、視力・聴力検査、胸部レントゲンなどの基本的な検査を行う健診 【例】●区市町村が実施する健診 （国保特定健診・区民一般健診・後期高齢者医療健診 など） ●職場の健診 ●人間ドック　など	健診受診後の保健指導やがん検診など任意で受診するもので、基本健診以外のすべて 【例】●特定保健指導 ●がん検診 ●骨粗しょう症予防検診 ●歯科検診 ●眼科検診　など
付与ポイント	1年につき最大1回付与 50ポイント	1年につき最大2回付与 1回目　100ポイント 2回目　150ポイント
健(検)診受診期間	令和7年4月～令和8年3月の間に受診した健(検)診	
入力期間	令和7年6月2日～令和8年3月10日の間に入力が完了したもの	

機能の詳細や利用時の注意事項

「基本健診」は、職場などで年に１回以上受診する、いわゆる『**健康診断**』のことです。身体測定、血液検査、検尿、血圧測定、心電図等、**指定された内容をすべて受診**し、**１回分**とみなします。
「保健指導・その他検診」は、健診受診後の保健指導やがん検診等、ご自身で予約などを行い任意で受診するものです。**受診した１つの検診や保健指導ごと**に、**１回分**とみなします。

ポイント獲得例

① 職場の健康診断を受診 ➡ 「基本健診」入力 ➡ 50 ポイント獲得
② 区で行う胃がん検診を受診 ➡ 「保健指導・その他検診」１回目入力 ➡ 100 ポイント獲得
② かかりつけ歯科で定期検診を受診 ➡ 「保健指導・その他検診」２回目入力 ➡ 150 ポイント獲得
※①・②の受診ならびに入力は、順不同で構いません。

人間ドックなどで、基本健診とがん検診等をセットで受診した場合は、「基本健診」と「保健指導・その他検診」両方を入力し、300 ポイント獲得することができます。
例：人間ドックで、基本健診の他に胃・肺がん検診をセットで同日に受診した。
① 「基本健診」に入力 ➡ 50 ポイント獲得
② 「保健指導・その他検診」に胃がん検診を入力 ➡ 100 ポイント獲得
② 「保健指導・その他検診」に肺がん検診を入力 ➡ 150 ポイント獲得

健(検)診の記録自体に回数制限はなく、今年度受診した様々な健(検)診や、今年度以前に受診した健(検)診についても遡って記録することが可能です。ただし、**ポイント付与の対象**は、**令和７年４月～令和８年３月**の間に受診したもののみで、**付与回数**は**年に最大３回（50・100・150 ポイントの計 300 ポイント）限り**です。
また、一度入力した内容は修正や削除ができますが、後日修正や削除をしてあらためて入力した場合、既にポイント付与が完了されていれば重複して付与されませんので、ご了承ください。

ポイントは原則、**健(検)診受診後、記録を入力した翌日に付与**されます。

予算上限に達し次第、入力期限前にポイント付与を終了する可能性があります。お早めの健(検)診受診ならびに入力をお願いします。

ご自身が受診を希望する健(検)診に関する情報提供や予約などは、いた Pay 健幸ポイントでは行っておりません。勤務先やお住まいの自治体の健(検)診窓口へ、お問い合わせをお願いします。

いたばし Pay のダウンロードがまだの方はこちらから

App Store からダウンロード　Google Play で手に入れよう

いた Pay 健幸ポイントに関する登録や操作方法全般(健・検診入力操作を含む)については･･･

いた Pay 健幸ポイント　検索

問合せ
健康推進課
健康づくり・女性保健係
電話：03-3579-2727