

健診前チャレンジ 第4期参加者募集

- ◆募集対象者：① 2025年10月～12月に健診（人間ドック・定期健康診断など）を受診予定の被保険者（本人）
かつ② BMI 18.5以上の方
- ◆参加費用：無料
- ◆キャンペーン詳細及び参加登録
右記のURLをご確認ください。 <https://wellme.jp/challenge/sanden/kmc202509/site/>

参加者募集

「減量ミッション」にチャレンジして体重報告！
チャレンジ期間終了までにマイナス2kgを目指すダイエットプログラムです♪

登録期間 | 2025 **8.11** 月 » **8.29** 14:00 金

マイナス2kg達成で素敵なボーナスを獲得しましょう！

チャレンジ期間終了時

登録時体重からマイナス2kg 達成で、
Amazonギフトカード **2,000** 円分がもらえる！

amazon

素敵なボーナス

みんなにチャンス！

チャレンジ期間中に貯めたミッションポイントで、
銘柄米詰め合わせが当たる！

素敵な抽選賞品

チャレンジ期間

2025 **9.1** 月 » **11.23** 日

募集対象

サンデン健康保険組合 加入者様(ご本人)



体重をはかること、実はそれが「カラダにいい行動」の第一歩！
はかるだけでなく数値を記録し、その変化を観察していくことが大事なポイントです。
マイナス2kgを目指して、週に1回は体重をはかって「報告」しましょう！

参加費無料

パソコン、スマートフォンからご登録ください。

<https://wellme.jp/challenge/sanden/kmc202509/site/>



マイナンバーカードの保険証利用 登録のお願いについて

以下の手順で保険証利用登録を実施してください

1 マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

申請

※以下から選択

1



スマホから パソコンから
オンライン申請

2



証明写真機
から

3



郵送

受け取り

- ①ハガキが届く
- ②受け取りに行く



詳しくはこちら



マイナンバーカード
総合サイト

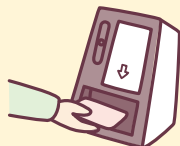
2へ

2 マイナンバーカードをお持ちの方は保険証利用の申込み

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、申込みが必要です。 ※以下から選択

医療機関で

- ☑ 医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申し込めます



スマホから

- ☑ 下記3つを準備
- ①マイナンバーカード
- ②マイナンバーカード読取対応のスマホ
- ③アプリ「マイナポータル」のインストール

マイナポータル

- STEP1 「マイナポータル」を起動する。
- STEP2 「申し込む」をタップする。
- STEP3 利用規約等に同意する。
- STEP4 マイナンバーカードを読み取る。



iPhone



Android



セブン銀行ATMで

- ☑ 必要なものはマイナンバーカードのみ！

ATM 画面

マイナンバーカード
での手続き

健康保険証
利用の申込み



マイナンバーカードで受診するメリット

安心 よりよい医療が受けられる！

- 特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査を防ぎ、自身の健康・医療データに基づくより適切な医療を受けられます。
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 薬の情報も医師・薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクも減少します。
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 旅行先や災害時に受診する際も、薬の情報等が連携されます。

便利 各種手続きも便利・簡単に！

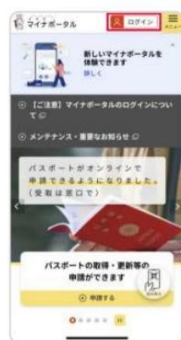
- マイナポータルで医療費通知情報を入手でき、医療費控除の確定申告が簡単にできます。
- 医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が不要になります。
- 就職や転職後の保険証の切り替え・更新が不要。
※新しい保険者による登録手続きが必要です。
- 高齢受給者証の持参も必要なくなります。

マイナンバーカードでの 受診前には登録情報の確認を！

ご自身の健康保険証情報がシステムに
正しく登録されているか確認をお願いします。

スマホ等のマイナポータル(わたしの情報)上でご確認いただけます。

🔍 確認方法



1. マイナポータルにログイン
します。



2. ログイン後、画面下部の「注
目の情報」までスクロールし、
「最新の健康保険証情報の確
認」を押します。



3. 健康保険証情報のページが
表示されます。ページの中段に
ある「あなたの健康保険証情
報」から、登録されている健康
保険証情報を確認いただけます。



◆令和5年8月8日第2回マイナンバー情報総点検本部資料一部加工

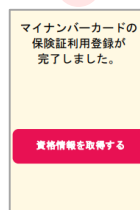
初めての利用時など、登録が完了しているかどうかわからない状態で受診する場合は、
念のため、マイナンバーカードとあわせて健康保険証を携行してください。

💡 医療機関等にある顔認証付きカードリーダー上での健康保険証利用登録時は、このような画面が表示されます

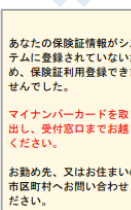
医療機関・薬局に設置されている顔認証付きカードリーダー上で利用登録手続を行った場合も、利用登録が正常に完了しているか否かを確認することができます。

- ▶ 登録が正常に完了している場合は、「マイナンバーカードの保険証利用登録が完了しました。」と画面に表示されます。
- ▶ データ登録に時間を要している場合は、「あなたの保険証情報がシステムに登録されていないため、保険証利用登録できませんでした。」と画面に表示されます。

正常に完了した場合



データ登録に時間を
要している場合



◆厚生労働省HP掲載資料一部加工

ご不明点等がある場合や情報が正しく登録されていない場合には、
マイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)もしくは
ご加入の健康保険組合にお問合せください。

サンデン健康保険組合

 健康保険組合連合会