

# 건강생활실천지원금제 시범사업 포인트 적립 기준표

## □ 예방형(2년)

(단위: 점)

구분	항목	적립 기준		적립 한도
참여 포인트	참여 신청	참여 신청 시		일시 적립 5,000
실천 포인트	걸음 수	5,000보 이상 ~ 6,000보 미만		일당 50
		6,000보 이상 ~ 7,000보 미만		일당 60
		7,000보 이상 ~ 8,000보 미만		일당 70
		8,000보 이상 ~ 9,000보 미만		일당 80
		9,000보 이상 ~ 10,000보 미만		일당 90
		10,000보 이상		일당 100
	건강관리 프로그램	주 1회만 인정	대면 비대면	회당 1,000 회당 500
개선 포인트	① BMI 또는 체중 ② 혈압 ③ 공복혈당	한 항목*이 1단계** 이상 개선 * 참여 당시 높았던 항목 ** (건강단계) 안전→주의→위험		일시 적립 15,000
총 적립 포인트				120,000(2년)
포인트 사용	10,000점 이상부터(참여 포인트 포함)			

## □ 관리형(1년)

(단위: 점)

구분	항목	적립 기준		적립 한도
참여 포인트	참여 신청	참여 신청 시		일시 적립 10,000
실천 포인트	걸음 수	케어플랜의 목표 걸음 수 이상		일당 100 20,000
	자가측정 (혈압 또는 혈당)	1일 1회 이상		일당 100 20,000
	교육	연간 1~5회		회당 4,000 20,000
점검 평가 포인트	점검 및 평가	연간 2회 이상 ※ 참여기간(1년) 종료시점에 적립		일시 적립 10,000
총 적립 포인트				80,000(1년)
포인트 사용	11,000점 이상부터(참여 포인트 포함)			