



お手続き まるわかり B O O K

ご家族連絡先の登録・変更

MYひまわり (Webサービス) でお手続きが簡単に完了!

- 住所・電話番号の変更
- 入院・手術・通院等の給付金請求
- **ご家族連絡先の登録・変更**
- 改姓・受取人変更
- 保険料振替口座の変更
(すでに口座振替をご利用の方のみ)
- 解約
- クレジットカードの変更
(すでにクレジットカード払をご利用の方のみ)
- 生命保険料控除証明書の再発行
(ご利用期間は10月上旬から翌年3月末までです。)
- 健康チャレンジ・禁煙チャレンジ請求



※ご利用にあたっては所定の条件があります。

MYひまわり (Webサービス) にログインする

「メールアドレス」と
「パスワード」
またはLINEで
ログイン



▶ 二次元
コード

読み取ってログイン画面へ

▶ Web検索

MYひまわり

検索



MYひまわりに
未登録の方は**LINEでの新規登録**
をおすすめします!



**アプリでのお手続きが
おすすめです!**

詳細は次の
ページへ

MYひまわり アプリでの手続きがおすすです

アプリを使うほどお得にMYひまポイントが貯まります！

こんな方におすすめ！

- これから住所変更・給付金請求の予定がある
- 健康診断を毎年受けている
- ポイントを日常生活に使いたい

貯める

1. アプリから手続きでMYひまポイントGET！

ご契約に関する各種お手続き*を行うことで、年1回300～1,000ptが貯まる！

* 給付金請求・住所変更・口座変更など

2. 健康行動でもどんどん貯まる！

年1回の健康行動で最大10,000ptが貯まる！

毎日の健康行動*でもガチャ抽選で毎週MYひまポイント獲得のチャンス。

* 健康診断結果の登録（年1回）・健康ミッション（毎日）・歩行（毎日）など

交換する

3. 貯めたMYひまポイントは他社ポイントに交換可能！

さまざまな他社ポイントに交換可能。

アプリの「P」マークから簡単に交換でき、健康行動の楽しみが広がる！

まずはQRコードからアプリをダウンロード！

MYひまわりのご登録には証券番号が必要です。

お手元に保険証券等の証券番号が確認できるものをご準備ください。

STEP 1 アプリ紹介サイトにアクセス



STEP 2 サイトからアプリダウンロード



STEP 3 手順に従って新規会員登録後にデバイス連携を設定して、利用開始



※本サービスについての記載は、2026年2月現在のものです。
※MYひまポイント・ガチャコインの付与には条件があります。
アプリ内にあるポイント詳細ページおよび利用規約をご確認ください。

ご家族連絡先の登録や変更は
MYひまわり（Webサービス）でお手続きできます。

家族連絡先を登録しておくで安心だけど、
書類を取り寄せないと。。。



書類って記入が手間だし、
投函も忘れてしまいそう！

書類の記入・返送の手間なし！
その場でご家族連絡先の
登録や変更の手続きが完了！！



お手続きのながれ

MYひまわり（Webサービス）でお手続きで登録が完了します。
お手続き内容の確認のため、SOMPOひまわり生命からお客さまにご連絡することがあります。

お手続き

お手続き完了画面の表示

MYひまわり（Webサービス）で
ご家族連絡先の登録や変更のお手続きを
します。



お手続きの最後に完了画面を表示します。
最新情報は、「各種お手続き」から
「ご家族連絡先の登録・変更」でご確認
ください。

MYひまわり のアプリなら ログインも簡単！

ご契約内容の確認・各種お手続きをはじめ、健康リス
ク予測、健康行動によるプレゼント獲得のチャンスも
ある総合応援アプリです。



MYひまわりアプリの
紹介サイトはこちら



ご契約者さまに代わって、あらかじめ登録されたご家族が「契約内容のお問い合わせ」や「お手続き書類の取り寄せ」ができる制度です。

ご家族連絡先の登録にあたっては、ご入力前に以下を確認してください。

◆登録いただけるご家族の範囲

契約者の配偶者、契約者の4親等以内の血族・姻族（登録は2名まで）

例：夫、妻、子、父母、兄弟姉妹、孫、おじ、おば、おい、めい

※海外にお住まいの方を登録いただくことはできません。

◆登録内容

漢字氏名・カナ氏名・性別・生年月日・住所・電話番号・契約者からみた続柄

※登録家族から照会を受けた際の本人確認のために使用します。

◆登録条件

契約者・被保険者・登録家族本人の「ご家族連絡先登録制度規約」への同意

「ご家族連絡先登録制度規約」やご家族連絡先登録制度の詳細は、
当社ホームページのご契約者さま>ご家族連絡先の登録・変更
>ご家族連絡先登録制度をご参照ください。

参照サイトへ



【URL】

<https://www.himawari-life.co.jp/customer/family/info/>

「ご家族連絡先登録制度」は 契約者がこんな時に大活躍!!

ケガや病気で
問い合わせできない

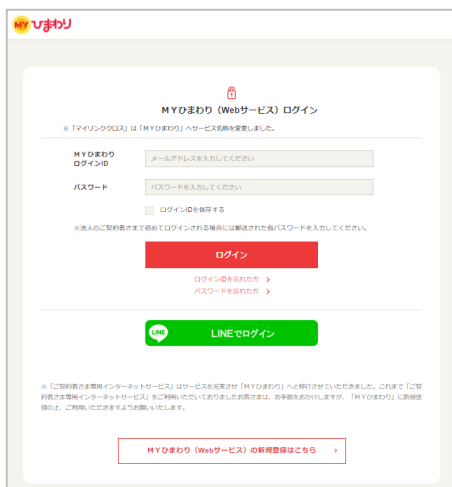
日中問い合わせする
時間がない



※登録のご家族は手続き書類の記入など実際の手続きはできません。

1. お手続き画面の選択

①MYひまわり（Webサービス）にログインします。



②「給付金請求・契約内容照会 各種お手続き」を押します。



③「各種お手続き」を押し、「ご家族連絡先の登録・変更」を押します。



※二次元コードからお手続きの場合は、②③の画面を通らないこともあります。

2. 規約等の確認

「(1) 【重要事項】ご家族連絡先登録制度」を押し、表示された内容を確認して、にチェックします。

「(2) 個人情報のお取扱について」を押し、表示された内容を確認して、にチェックします。

「確認して次へ」を押します。



 ご家族連絡先の登録・変更のお手続き



お問い合わせ番号 I-01

下記(1)(2)をお読みいただいた後、両方のにチェックをいれてください。

お客さまにとって重要な内容になりますので、ご確認ください。

なお、保障内容の見直しについては [カスタマーセンター](#) までご相談ください。

(1) [【重要事項】ご家族連絡先登録制度](#)

(2) [個人情報のお取扱について](#)

戻る

確認して次へ

3. ご家族連絡先の登録・変更内容の入力

ご家族連絡先は2名まで登録できます。登録画面は「1人目」「2人目」ともに同じ項目を表示します。表示画面に従って「変更後」欄を入力してください。

【登録済の場合】

「現在」欄と「変更後」欄に現在の登録内容が表示されますので、変更したい項目の「変更後」欄を修正してください。変更のない項目は入力不要です。すべての表示内容を変更しない場合は「変更なし」の○にチェックします。



ご家族連絡先の登録・変更のお手続き お問い合わせ番号 I-02

ご契約の証券番号

表示中のすべての保険契約のご家族連絡先を一括で登録・変更する画面です。
 ご家族連絡先を削除する場合は、カスタマーセンター(0120-563-506)にご連絡ください。
 以下のご契約を含むご家族連絡先の変更につきましては、カスタマーセンター(0120-566-203)にご連絡ください。
 ・リンククロス ピンク<無解約返戻金型女性用がん診断保険>
 ・糖尿病の方の医療保険ブルー<糖尿病患者向一時金給付医療保険>
 ・吸わんトク がん保険<終身がん保険(C1)>

証券番号	保険の種類
[証券番号]	変額保険V1-非喫健康体

ご家族連絡先「1人目」

「登録・変更希望」「変更なし」どちらかを選択し、登録・変更する場合のみ、変更後の欄に入力してください。

登録・変更希望
 変更なし

表示中のご家族連絡先は、直近の登録内容です。
※印字できない字体がある場合は、類似の字体で登録させていただく場合がございます。保障内容に 着ございませんのであらかじめご了承ください。

現在	変更後
氏名(フリガナ) (全角) 【必須】 ヒマワリ タロウ 様	<input type="text" value="ヒマワリ タロウ"/> <small>※ 氏と名の間は1マス空白を入れてください。</small>
氏名(漢字)(全角) (全角) 【必須】 向日葵 太郎 様	<input type="text" value="向日葵 太郎"/> <small>※ 氏名がカタカナ、または英字の場合も、ご入力ください。 ※ 氏と名の間は1マス空白を入れてください。</small>
メールアドレス(半角)	<input type="text"/> <small>確認のため、再度ご入力ください</small>
当社からの各種商品・サービスに関するご案内の配信	<input type="checkbox"/> 配信希望 <small>※お客さまへの重要なお知らせは、配信希望に関わらず、送付させていただきますのでご了承ください。</small>

戻る
次へ

【入力するご家族の情報】

入力項目	【必須】
氏名(フリガナ)	○
氏名(漢字)	○
生年月日	○
性別	○
続柄	○
郵便番号	○
住所	○
電話番号1	○
電話番号2	
メールアドレス	
ご案内の配信	

入力が終わったら、「次へ」を押します。

4. お申し出内容の確認

変更後欄に表示された登録内容を確認します。入力内容に誤りがなければ「確定」を押します。

内容を修正する場合は「戻る」を押し、「登録・変更のお手続き」画面に戻ります。



お申し出内容の確認

お問い合わせ番号 I-03

お申し出内容を確認いただき、「確定」ボタンを押してください。
入力内容を変更する場合は、「戻る」ボタンを押してください。

ご家族連絡先の登録・変更のお手続き		
■ご家族連絡先「1人目」： 登録・変更希望		
現在	変更後	
氏名（フリガナ） 【必須】	ヒマフリ タロウ 様	ヒマフリ ジロウ 様
氏名（漢字） 【必須】	向日葵 太郎 様	向日葵 次郎 様
メールアドレス		
当社からの各種商品・サービスに関するご案内の配信	配信希望しない	配信希望しない
■ご家族連絡先「2人目」： 変更なし		

戻る

確定

5. 受付完了

受付完了の画面が表示されたらお手続きは終了です。
最新情報は「各種お手続き」から「ご家族連絡先の登録・変更」でご確認ください。



ご家族連絡先の登録・変更のお手続きが完了しました。

■■■■様
結婚・出産・入学・就職・定年…等、ライフイベントに変化はございませんか？
お手続きもれがないよう以下もあわせてご確認ください。

- ▼ご家族連絡先の登録・変更をされた方がよく一緒におこなっているお手続き
- ◇住所変更
 - ◇改姓
 - ◇受取人変更

引き続きお手続きをされる場合は、下記の「各種お手続き画面へ」を押してください。

アドバイザーによる保障内容の見直しや保険相談をご希望の方は、
「保険相談サービスへ」を押してください。

お手続き
ありがとうございました。

各種お手続き画面へ

カスタマーセンターでの登録・変更

以下につきましては、MYひまわり（Webサービス）ではお取り扱いできません。お手数ですが、カスタマーセンターにご連絡ください。

- ◆登録しているご家族連絡先の削除
ご家族2名を登録しているが、そのうちの1名を削除したい場合など
- ◆以下の保険種類の契約のご家族連絡先の登録・削除
 - ・リンククロス ピンク＜無解約返戻金型女性用がん診断保険＞
 - ・糖尿病の方の医療保険ブルー＜糖尿病患者向一時金給付医療保険＞
 - ・吸わんとく がん保険＜終身がん保険（C1）＞

カスタマーセンター 0120-563-506（無料）

[受付時間]

平日9:00～18:00 土9:00～17:00

（日・祝日・12/31～1/3を除く）

【認知症保険のみ】登録されているご家族自身による登録内容の変更

認知症保険のみ、登録されているご家族自身で登録内容を変更できるサイトをご用意しています。



スマートフォンの場合は、左のコードを読みとってください。

パソコンやタブレットの場合は、以下のURLを入力してください。

<https://www4.himawari-life.co.jp/HZN01/>

【登録項目とご家族自身による変更の可否】

入力項目	変更
氏名（フリガナ）	×
氏名（漢字）	×
生年月日	○
性別	×
続柄	○

入力項目	変更
郵便番号	○
住所	○
電話番号1	○
電話番号2	○
メールアドレス	○
ご案内の配信	○

※変更欄が×の項目（氏名、性別）につきましては、ご契約者さまによるMYひまわり（Webサービス）でのお手続きが必要となります。