



「MY ひまわり」は、いつでもお手元で「生命保険」の内容確認やお手続きができ、「健康」もサポートするアプリ・Webサービスです。

MYひまわりのご利用は、アプリが便利です

アプリ紹介
サイトは
こちらから



お手元ですぐに契約確認
各種お手続きも
スマートフォンで完結！

〈代表的なお手続き例〉

ご契約内容の照会

給付金のご請求

住所・電話番号のご変更

改姓・受取人のご変更

さまざまなデバイスと連携して
日々の歩行記録ができるため、
健康維持にも役立ちます！



さらに健康診断
結果を登録すると、
5年以内の
健康リスクを
AIが予測

1 健康診断結果を
カメラで撮影して
簡単登録



2 AIが5年以内に
罹患する確率の高い
がんなどの疾病を予測

5年以内の予測罹患率TOP3	
大腸がん	45%
高血圧	10%
糖尿病等	5%

お客様のニーズに応じた
サービスもご紹介

- ご利用にはMY ひまわりへの登録が必要です。
- 一部のご契約ではご利用できません。
- 契約者ご本人以外はお手続きのご利用はできません。
- 法人の契約者は加入の保険商品によってはご登録いただけません。個人にてご登録ください。

- アプリ内に記載の利用規約・注意事項もあわせてご確認ください。
- 各サービスは予告なく変更・終了する場合がございます。
- 健康リスク予測（検査値異常リスク予測、罹患リスク予測）は、過去の健康診断結果の統計データと登録していただいた健康診断結果との比較から5年以内の健康リスクの予測を表示するものです。

お問い合わせ先

SOMPOひまわり生命保険株式会社

〈公式ウェブサイト〉 <https://www.himawari-life.co.jp/>

SOMPOグループの一員です。

デジタル請求まるわかりbook

給付金のご請求は アプリ・Web でのお手続きがおすすめです

アプリ・Webでのお手続きのメリットは 3つ！

1. 郵送よりも早く給付金をお受け取りいただけます。



2. 24時間365日、いつでもお手続きできます。

お客さまのご都合のよい時間にお手続きできます。

3. Webのみでお手続きを完結できます。

書類の記入や郵送のお手間がかかりません。

取扱条件

アプリ・Web・LINEでの請求をご利用いただける条件は以下のすべてに該当する場合です。

- ✓ 医療保険、がん保険、医療特約のいずれかの給付金請求
- ✓ 被保険者＝受取人ご本人からのご請求 ※受取人とは給付金を受け取る人のことです
- ✓ 被保険者が未成年の場合、契約者＝親権者からのご請求
- ✓ 次の事項にあてはまらない
 - ・法人契約
 - ・連生保険
 - ・家族特約でのご請求
 - ・指定代理請求人や後見人からの請求
 - ・解約・失効している契約
 - ・ネット申込の通信販売商品

目次

表紙 アプリ・Web 請求のメリット / 取扱条件

P. 1 目次

P. 2 必要書類のイメージ

P. 3～4 MYひまわり（アプリ・Web）でのお手続き方法

P. 5～6 LINEでのお手続き方法

裏表紙 アプリのご紹介

給付金のご請求手続きは、4ステップで完了します。

1 ログイン

「メールアドレス」と
「パスワード」で
ログイン

▶二次元コード



二次元コードを読み取り、
ログインするとお手続き
画面に進みます。

▶検索

ひまわり生命 給付金

2 お手続きメニューから選択

【契約者・被保険者用】
給付金請求・契約内容
照会各種手続き

各種お手続き

給付金のご請求
を選択

【契約者・被保険者用】
給付金請求・
契約内容照会
各種お手続き
証券番号の登録もこちらから

ご契約一覧 各種お手続き 気になる質問 お問い合わせ

各種お手続き

給付金のご請求
給付金のご請求ができます。
(一部のご契約・ご請求を除く)

3 情報を選択・入力

画面に沿って
項目を選択し
情報を入力

契約選択

必要書類確認

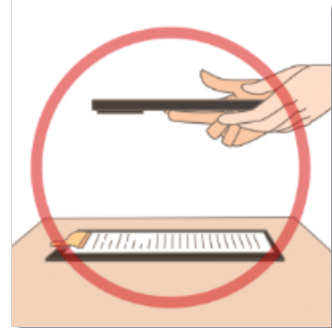
請求内容入力

連絡先・口座入力

4 画像取込み（書類アップロード）

書類の画像を取込
(書類アップロード)

送信したら
手続きは完了



※アプリ・Webからのお手続き詳細はP.3～4をご覧ください。

必要書類のイメージ

必要書類をご準備する際に、ご参照ください。提出書類に不足があると、お支払いまでにお時間がかかってしまいます。

☀ は当社所定の書類です。

診療明細書

- 受けられた手術を確認するための書類です。「項目名」欄に手術名の記載がありますので、記載ページを必ずご提出ください。
- 特に提出漏れが多い書類です。診断書をご提出しない場合で、手術給付金をご請求される際は必ずご提出ください。

領収証

- 治療期間を確認するための書類です。入院期間や処方料・薬剤料が分かります。
- 複数日分の通院給付金のご請求でご提出される場合でも、1日分のご提出で問題ありません。

退院証明書

- 医師が診断確定した最終的な「傷病名」を確認するための書類です。

診察券

- 通院日の記載がなくても問題ありません。

入院・手術・通院等証明書(当社所定診断書)



- 他の診断書では「手術の内容」や「病理検査結果詳細欄」等の情報が不足していることがあり、再度当社所定の診断書のご提出をお願いする場合があります。
- 記入は医療機関にご依頼ください。発行費用はお客さまのご負担となります。



アプリ・Web での お手続き方法

MYひまわりで必要項目を入力し、必要書類の写真を送信すると、その場で給付金請求手続きが完了します。

また、お手続き後の進捗状況もMYひまわりでご確認いただけます。

※スマホ画面を掲載しています。書類をカメラで撮影してアップロードできるため、お手続きにはスマホが便利です。
※画面はイメージです。実際の画面と異なる場合があります。
※契約者と被保険者が異なる場合でも、被保険者ご本人が操作・お手続きをしてください。

Webからの場合

MYひまわりにログイン後、「給付金請求・契約内容照会 各種お手続き」ボタンをクリックしてください。
各種お手続きタブから手続きが可能です。



新規登録・ログインはこちらから！



ひまわり生命 給付金

検索

MYひまわり (Webサービス) ログイン

MYひまわりログインID
メールアドレスを入力してください

パスワード
パスワードを入力してください

☐ ログインIDを保存する

※法人のご契約者さまで初めてログインされる場合には郵送された仮パスワードを入力してください。

ログイン

ログインIDを忘れた方 >
パスワードを忘れた方 >

LINEでログイン

【契約者・被保険者用】
給付金請求・
契約内容照会
各種お手続き
証券番号の登録もこちらから

ご契約一覧 各種お手続き 気になる質問 お問い合わせ

各種お手続き

給付金のご請求
給付金のご請求ができます。
(一部のご契約・ご請求を除く)

アプリからの場合

アプリをまだダウンロードしていない方は、ダウンロードをお願いします。
裏表紙の「アプリのご紹介」をご参照ください。

MYひまわり

わたしの健康 わたしの生命保険

8月6日(日)

他の 病気・けが がん 介護・認知症 資産形成 死亡

5年以内に異常値になる確率が高い健診項目
血糖 脂質 血圧 肝機能 体格

契約一覧 変額保険 確立額の確認

給付金請求 契約手続き

わたしのチャレンジ
保険料が割安になったり
健康増進金が増額したりするチャンスがあります。

体重 82.9kg 血圧 148/102 喫煙状況 吸っていない

ホーム 健診・予防 契約手続き

請求画面へ

MYひまわり

チャレンジ対象契約があります！
チャレンジをチェック！

契約手続き 契約一覧

変額保険の状況

解約返戻金・確立金照会 >
特別勘定の繰入割合変更・確立金の移転 >
ユニットプライス確認 >

契約手続き

給付金請求 住所・電話番号の変更 改姓・受取人変更
クレジットカード変更 ご家族連絡先登録・変更 控除証明書の電子発行
その他の手続き

ホーム 健診・予防 契約手続き

請求画面

インターネット請求 (給付金請求)

はじめに
インターネット請求とは、所定の条件を満たす入院・手術・通院給付金等の請求をインターネットでインターネットでお手続きできるサービスです。お手続きの際は必要書類を必要事項をモアップロードいただけます。
※必要書類 (写真) のファイル形式はjpg/jpegのみご利用いただけます。

お手続きは
最短5分で完了します
※60秒未満の請求を完了できなかった場合は、お申し込みのとき自動的に保留が解除されます。

以下の条件を満たす場合は、お申し込みのとき自動的に保留が解除されます。

取消条件

- ① 医療保険、がん保険、医療費控除のいずれかの給付金請求
- ② 被保険者・受取人「ご本人」からのご請求
- ③ 医療費控除の請求の期限、納税・納付金からの請求
- ④ 法定の期限(延滞)を過ぎない

⑤ 本人・親族
⑥ 医療費控除
⑦ 医療費控除での請求
⑧ 医療費控除や医療費控除からの請求
⑨ 納税・納付金に関する請求
⑩ ネット申込みの医療費控除

※納税・納付金に関する請求は本人のみです

取消事項

1 契約の選択

今回受療された方を選択し、今回ご請求する契約を選択します。がんでのご請求でない場合、がん保険の選択は外します。

お問い合わせ番号 J-02

1 2 3 4 5 6 7

契約選択

契約の選択

受療された方 (被保険者様) の選択

今回受療された方 (被保険者様) を選択してください。

選択してください

インターネットで請求できる契約

今回ご請求対象の契約がすべて選択されていることをご確認ください。
ご請求対象外の契約はチェックを外してください。
(例: がんでないご請求で、がん保険が選択されている)

証券番号 99999-999

保険種類 医療保険 (M1-01) B型 (40日)

契約日 2017/12/01

被保険者

証券番号 88888-888

保険種類 医療保険 2014 B160日型

2 必要書類の確認

・医師が記入済みの診断書がお手元にある場合
…④連絡先・口座入力画面へ
・医師が記入済みの診断書がお手元にない場合
…請求内容を選択し、質問事項に沿って必要書類を確認します。
※「診断書の有無」の選択は間違えやすい項目なのでご注意ください。

お問い合わせ番号 J-03

1 2 3 4 5 6 7

必要書類の確認

必要事項が記載された「診断書」がお手元にあるかを確認します。
※「診断書」(イメージはこちら)とは、以下の項目が確認できる書類です。

書類名が「診断書」かつ、以下「保険会社の請求における必要事項」の記載がある。

- ① 入院の場合) 「入院期間 (入院日・退院日)」の記載がある
- ② 手術の場合) 「手術日」「手術手技 (術名・術式)」等の記載がある
- ③ (がんの場合) 診断確定された検査結果について詳細の記載がある

診断書がない

診断書がある
・他の生命保険会社の診断書もご利用いただけます。
【重要】「睡眠時無呼吸症候群」でのご請求の場合、こちらをご確認ください。

ご請求の状況によって、必要書類や取扱条件が異なります。

請求内容の選択

今回ご請求いただく内容を選択してください。

選択してください

請求内容の選択

今回ご請求いただく内容を選択してください。

手術なし (入院のみ/入院と通院)

【判定結果】
「診断書」不要でお手続きいただけます。

ご請求内容の入力後、以下の必要書類をアップロードいただきます。事前に写真のご準備をお願いします。
※写真のファイル形式はjpg/jpegのみご利用いただけます。

必要書類 【手術なし】 (入院のみ/入院と通院)	右記いずれか1点	領収証
		診療明細書
		退院証明書※

※「特定部位・指定疾病不担保法」が適用中の入院の場合は、傷病名を確認する退院証明書が必要

3 請求内容入力

今回請求する病気やケガの情報を入力します。

お問い合わせ番号 J-04

1 2 3 4 5 6 7

請求内容入力

受療された方 (被保険者様)

種

請求対象の契約 (証券番号)

99999-999

請求内容の入力

【重要】「睡眠時無呼吸症候群」でのご請求の場合、こちらをご確認ください。

病気やケガの名前 【必須】

※手術名ではなく、傷病名を入力ください

選択してください

病気やケガの発生時期

2025 年 4 月 1 日

明確にわからない場合には、おおよその時期をご指定ください。

(ケガ・事故の総合) 受傷した時間・場所・原因

4 連絡先・口座入力

連絡先や振込先口座を指定します。

お問い合わせ番号 J-05

1 2 3 4 5 6 7

連絡先・口座入力

現在の連絡先

郵便番号

住所

県

電話番号

メールアドレス

今回の請求に関する連絡先指定

● 現在の連絡先
○ 今回のみ利用する連絡先を入力

振込先口座の指定

5 書類アップロード

画面のカメラアイコンから必要書類の写真をアップロードのうえ、送信ボタンを押してお手続きは完了です。

お問い合わせ番号 J-06

1 2 3 4 5 6 7

書類アップロード

お手続きは完了していません

必要書類のアップロード

※ブラウザの「戻る」ボタンは使用しないでください。

写真に関する注意事項

書類は1枚ずつ撮影する
文字をはっきり

斜めからの撮影
文字がぼやけている
書類の一部が見切れている

△注意
アップロードされた書類で確認ができない場合、再度をお出しすることとなり、お支払いまでにお時間がかかってしまいます。

※画像サイズは拡大や縮小の変更をしないでください。
※必要書類 (写真) のファイル形式はjpg/jpegのみご利用いただけます。

写真アップロード



LINE でのお手続き方法

- ・当社LINE公式アカウントから請求内容を入力・送信後、チャットオペレーターがお手続き方法についてご案内します。
- ・表紙の「取扱条件」を満たす場合は、請求内容の入力および必要書類の写真を送信するだけで、書類の記入や返送の手間が不要になります。

※「取扱条件」を満たさない場合は、書類でのお手続きとなりますのでご了承ください。

※画面はイメージです。実際の画面と異なる場合があります。

1 当社LINE公式アカウントより「各種お手続き(給付金請求など)」をタップし、「給付金請求」を選択



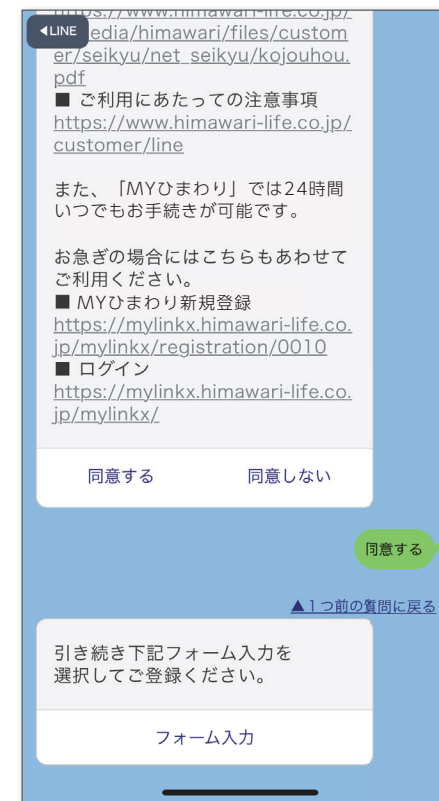
友だち登録はこちら



※当社からの回答は、9時～18時までとなります。
(土日・祝日・年末年始を除く)

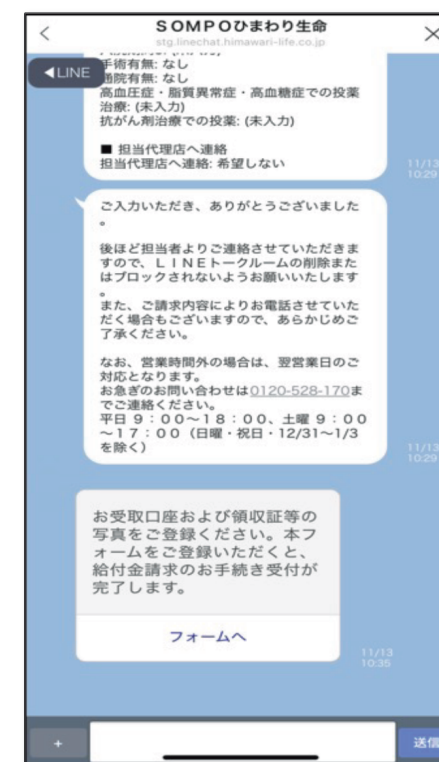


2 各種同意事項を確認後、「同意する」→「フォーム入力」をタップ



4 「フォームへ」をタップ

※③でご入力いただいた内容を確認し、LINEでお手続きが完結できるご請求の場合は、次のフォームをお送りします。

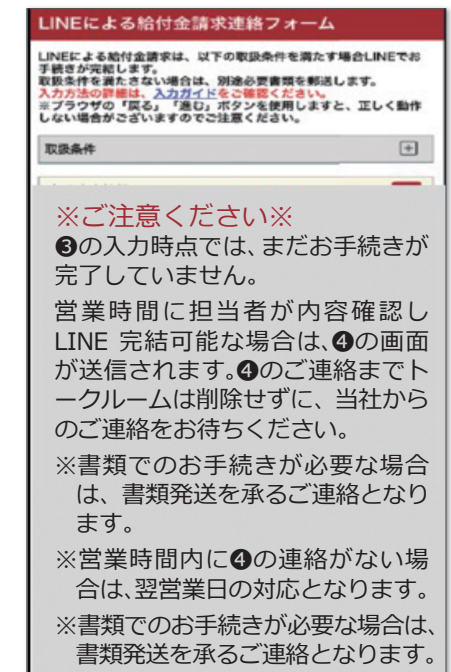


完結できない場合は、必要書類を郵送します。

3 ご請求内容を入力

契約情報や今回ご請求いただく病気やケガの情報を入力します。

※お手続き完了には、当社からの連絡フォームでの回答が必要となります。



5 給付金のお受取口座などの入力・写真アップロード



完了!

お支払い完了後、被保険者宛てに完了通知を郵送します。