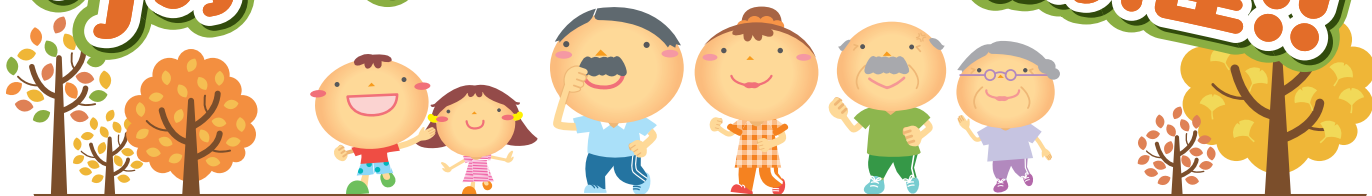


愛けんぽ2023秋

ウォーキングラリー開催!!



イベント概要

開催期間 令和5年11月1日(水)～11月14日(火)の14日間

エントリー期間 令和5年10月2日(月)～令和5年10月31日(火)

対象者 PepUpに登録している被保険者および被扶養配偶者

参加費 無料(通信費は自己負担)

参加特典

健康ウォーキング 目標歩数 「8,000歩」を目指して頑張りましょう!

あなたの2週間の平均歩数によって特典が変化!
毎日コツコツ自分のペースで歩いて、健康ウォーキングを習慣化しよう!

平均8,000歩以上	500Pepポイント
平均10,000歩以上	1,000Pepポイント
平均12,000歩以上	1,500Pepポイント

+

さらに
毎日歩数記録して
くださった方全員に
600Pepポイント
プレゼント!

※上記特典はいずれか一つです

事業所でチームを組み平均歩数を競おう!

順位に応じて下記の特典をプレゼント!

チーム平均歩数1位	チーム全員にAmazonギフト券5,000円
チーム平均歩数2位	チーム全員にAmazonギフト券4,000円
チーム平均歩数3位	チーム全員にAmazonギフト券3,000円
チーム平均歩数4位	チーム全員にAmazonギフト券2,000円
チーム平均歩数5～10位	チーム全員にAmazonギフト券1,000円

※チームは3～5名で同じ事業所の方と組んでください。

※チームを組む際は必ずチーム名に「事業所名称」を入れてください。事業所名称が入っていない場合、特典対象外とさせていただきます。

健康ウォーキング ミニ知識

■日本人の平均歩数の現状
厚生労働省「令和元年 国民健康・栄養調査報告」によると、
1日当たりの平均歩数は、男性が6,793歩、女性が5,832歩。

●チーム作成時の注意点

●歩数入力方法



スマホ
連携方法



手入力 / Fitbit連携 /
スマホアプリ連携
(Google Fit・iPhoneヘルスケア)

あなたの健康を維持・改善するためのヘルスケアプラットフォームです。
 健康状態が見える化し、あなたの健康活動をサポートします。



紹介動画は



こちらから

Pep Up 新規登録方法

1 Pep Up 登録申請フォームへアクセス



URL <https://pepup.life/users/ekyc/VVBcJIyX/issues/new>

2 本人情報の入力

保険証の記号・番号等必要なご本人様の情報をご入力ください。

3 送付先のご入力

記載の注意事項を確認いただき、「本人確認用コード」の送付先住所を入力してください。

4 入力事項の確定

利用規約を確認し「登録」ボタンを押してください。

5 「本人確認用コード」のお届け

「本人確認用コード」と登録手順が印字されたハガキが送付されます。ハガキが届きましたら記載の手順に沿って登録してください。

登録申請フォーム

〇〇〇〇健康保険組合

本人確認用コードを欄に打ち込むのはこちら

ご入力いただいた情報をもとに医療保険者（保険証の発行元）にてご本人確認いたします。
 確認できず、本人確認用コードが記載されたお届き先が不明な場合はお問い合わせください。
 ※確認のためご届先を再入力してください。

本人確認項目

健康保険組合への連絡項目

■保険証内の住所情報と一致して
 ※必ず健康保険組合へ送付の住所を正確に入力してください。
 ※住所が変更になった場合は変更後の住所を記載してください。健康保険組合へ送付の住所と異なる場合は送付先住所を再入力してください。

■健康保険組合の住所情報
 ※健康保険組合の住所を正確に入力してください。
 ※健康保険組合の住所が変更になった場合は変更後の住所を再入力してください。

■お問い合わせ先
 〇〇〇〇健康保険組合
 TEL: 000-0000-0000

（必須）連絡先メールアドレス

（必須）本人確認用コード送付先住所

〒 100-0000

（必須）連絡先電話番号

・利用規約
 ・Pep Up サービスに関するプライバシーポリシー

※健康保険組合の住所情報と一致して
 ※健康保険組合の住所を正確に入力してください。
 ※健康保険組合の住所が変更になった場合は変更後の住所を再入力してください。

000

※本人確認用コード送付先住所は必ず正確に入力してください。

本人確認用コード案内ハガキサンプル

郵便はがき

料金後納
郵便

〒999-9999
〇〇県〇〇市〇〇町9-9-9 〇〇ビル10階

〇〇 〇〇 様

転送不要

pepUp

443866-200000003_001 001 0000000001

〇〇健康保険組合
〒 999-9999
〇〇県〇〇市〇〇町9-9-9 〇〇ビル
TEL: 999-999-9999 FAX: 999-999-9999

【取扱代行】【受付先】
 (株)ネクストウェイ e-オンデマンド受付センター
 〒275-0023 千葉県習志野市芝園2-5-1

〇〇〇

ここからゆっくりとはがきをご覧ください。
 なお、面れた場合は乾いてからはがしてください。

自分の「健康年齢」を把握しよう

健康年齢から自分の「健康年齢」を知ることができ！

「健康年齢」は株式会社JMDが開発した指標で、個人の総合的な健康状態を年齢で表したものです。実年齢よりも健康年齢が高いほど、同世代と比べて生活習慣病リスクや将来医療費が高くなる可能性がある事を表しています。

健康結果の推移と注意が必要なポイントが分かる！

健康結果の推移をグラフで確認できます。肥満、血圧、血糖、脂質、腎臓、尿酸それぞれに注意が必要なポイントがわかります。健康値を元に1年後の医療費を予測・表示します。

健康からのお知らせや健康記事を読もう

健康に関する豆知識、おすすめのレシピなど、あなたの健康状態に合わせたヘルスケア記事を配信します。見逃しがらだった健康保険組合からのお知らせもいつでも確認できます。

楽しい健康イベントに参加しよう

様々なイベントに参加でき、楽しみながら健康年齢を維持改善できます。ウォーキングラリーイベントにはランキング表示があり、チームで競って楽しむこともできます。イベント参加や達成によってPepポイントが貯まります。

ポイントで素敵な商品と交換しよう

スポーツイベントなど様々なアクティビティを特別価格で利用できます。アクティビティ利用、健康チャレンジ参加、健康記事の評価といった健康促進活動でPepポイントが貯まり、ポイントは金券や素敵な商品に交換することができます。

株式会社JMD ペップアップサポート窓口 support@pepup.life

pepUp

あなたの手もとに健康のチカラを

登録方法

✓ まずは、Pep Upにアクセス

PC又はスマートフォンで検索、または以下のURLよりアクセスしてください。

ペップアップ <https://pepup.life/signup>

1 メールアドレスとパスワードの登録

Pep Upにアクセスしたら、メールアドレスとパスワードを登録します。

2 メール確認、本人確認画面にアクセス

登録したメールアドレスにメールが届いたら、メールに記載の本人確認用URLにアクセスします。

3 本人確認

以下の「本人確認用コード」と生年月日を入力してください。このコードは本サービス登録者が本用紙を正しく受け取ったご本人であることを確認するためのコードです。

大文字小文字は区別されません。このコードは最初の登録時のみ使用します。利用登録の手続きが終了後は、登録したメールアドレスとパスワードでPep Upにログインができるようになります。

健康情報提供サービスPep Up(ペップアップ)は、健康診断の結果や健康保険組合から提供されるなど、健康に関する様々な情報を提供しています。ぜひご利用いただき、毎日の健康管理や健康づくりに活用ください。

発行日 2021/02/25

ご登録方法についてご不明点等ある方は、
 専用お問い合わせフォームよりご連絡ください。

Pep Upお問い合わせフォーム

URL <https://pepup.life/inquiry>

