

令和6年3月29日

事 業 主 様

名古屋薬業健康保険組合
総務課 052-211-2294
<https://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>

春の健康ウォーク
健康管理アプリ「PepUp」ウォーキングラリー
のご案内について

日頃は、当健康保険組合の事業運営につきまして、格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、日常生活の健康管理の一環として、標記の「春の健康ウォーク」について、健康管理アプリ「PepUp」のウォーキングラリーを活用し別紙要綱のとおり開催いたします。

また、近年は、社員の健康を重要な健康資源と捉え、積極的に社員の健康増進に取り組む「健康経営」を実践されている企業様が増えており、健康優良企業であることをアピールできる「健康経営優良法人」の認定を受ける取り組み項目の中には「運動機会の促進」が入っており、標記のウォーキングイベントなどの参加も推奨されております。

なお、参加には健康管理アプリ「PepUp」への登録が必要となりますのでお早めにご登録いただきますようご周知をお願いいたします。

運動習慣を高め、後期高齢者支援金の加算・減算制度においても
減算評価を目指しましょう

後期高齢者支援金の加算・減算制度では、特定健診・特定保健指導の実施率をはじめ、いくつかの指標により、最大で10%の加算・減算が行われることになっており、当組合では、後期高齢者支援金を令和6年度予算で約13億円支払っております。

令和6年度からの第4期後期高齢者支援金の加算・減算制度では、特定健診における質問項目の運動習慣事項（質問項目「10」30分以上の運動習慣、「11」歩行又は身体活動、「12」歩行速度）の状況が反映されることとなっております。

みなさまが日頃から運動習慣があると感じられるようなきっかけにいただき、加算・減算制度における減算評価を目指したいと考えております。

健康管理アプリ「P e p U p」
ウォーキングラリー実施要綱

1. 対象者

被保険者並びに被扶養者である配偶者でP e p U pに登録されている方

2. 開催期間

4月15日～5月14日の1か月間

3. 実施方法

「P e p U p」のスマホアプリや fitbit (フィットビット) 連携又は Garmin (ガーミン) 連携を利用したウォーキングイベント

※手動入力は不可となります。

歩数入力方式	説明
P e p U pのスマホアプリ連携	P e p U pのスマホアプリで iPhone や Android から取得する歩数
Fitbit (フィットビット) 連携 Garmin (ガーミン) 連携	Fitbit や Garmin のウェアラブル端末から取得する歩数

コンテンツは「にゃんた ハッケヨイ」

※毎日歩いて「にゃんたノ部屋」の猫力士たちを「歩相撲」で倒すストーリーとなります。

P e p U p登録者をご自身でエントリーし個人として参加していただきます。

- 開催期間中（最終日の翌日含む）に毎日アプリを開いてください。
- やむを得ずアプリを開くことができなかった場合は7日間を限度に遡ってカウントすることが可能です。

4. ポイント付与数

開催期間中の平均歩数に応じて付与ポイント数を決定します。

- 5000歩以上 100P
- 8000歩以上 200P
- 10000歩以上 300P

5. ポイント付与の時期

令和6年6月15日に一括付与

※ポイント付与は5月14日（実施期間最終日）現在の有資格者に付与されます。

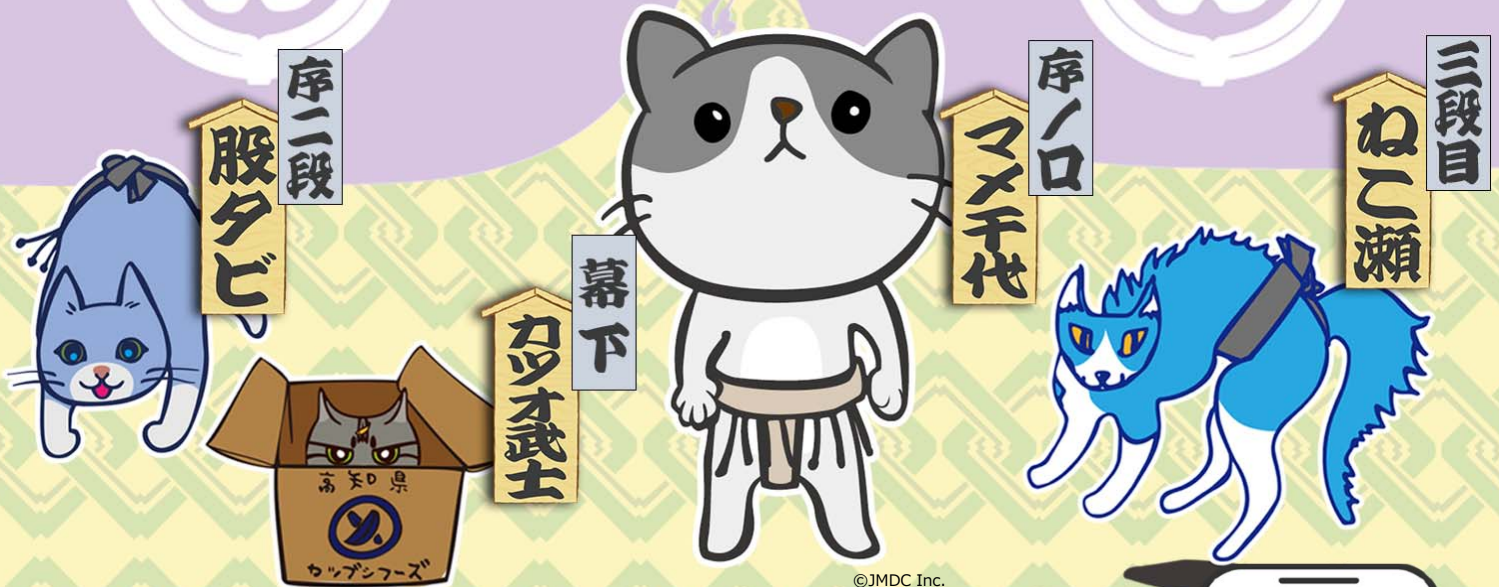
以 上

新ウォーキングラリー開催

にゃんたの ハツケヨイ

天下の
泰平

毎日歩いて「にゃんたノ部屋」の猫力士たちを
「歩相撲」で倒していこう！
猛者揃いの猫力士たちに負けず、目標達成して横綱を倒そう！



©JMDC Inc.

開催期間

4/15 (月) ~ 5/14 (火)

申込期間

4/1 ~ 4/14

申込方法

Pep Up内ウォーキング
ラリー参加ページより

貯めたポイントは電子マネーや
欲しい商品と交換できる！

最大

イベント
参加で

300 ポイント
GET!



参加にはペップアップへの登録が必要です！

pepUp.

ペップアップ

1.お届けした登録案内通知をご
用意ください



2.スマホまたはPCからご登録後、
ウォーキングラリー参加ページへGO

https://pepup.life/users/sign_up



はじめて1年、
実年齢
マイナス4歳に
なりました。



※画面はイメージです。実際の画面とは異なる場合があります。

健康年齢で、カラダ見える、ジブンが変わる

pepUp.

ペップアップ

スマホやウェアラブル端末で
バイタルデータを簡単に記録



歩数や睡眠時間などのバイタルデータや食事や運動の記録を簡単に行えます。デバイス連携すれば自動で歩数なども記録されます。

あなたの健康状態に合った
コンテンツを提供



あなたの健康診断の結果とあわせた健康コンテンツの提供、ウォーキングラリーや健康クイズなどのイベントをご用意しています。

Pep Upを使うほど
ポイントがたまる！



健康づくりへの取り組みで、各社ポイントや電子マネーを始めとした、素敵な商品と交換ができるPepポイントが貯まります。

ご利用は、PC・スマホ（公式アプリまたはWeb）から

同封の登録案内をご確認の上、スマートフォンかパソコンよりご登録ください。

Web版でご利用の方

PCまたはスマートフォンにて「ペップアップ登録」と検索してください。

ペップアップ登録



アプリ版でご利用の方

右のQRコードよりアクセスし、アプリをインストールしてご利用ください。

iPhone

Android



Pep Upでこんなことできたの!?

健康のための機能が盛りだくさん

Pep Up (ペップアップ) はあなたの「健康年齢」を維持改善するためのPHRサービスです。
健康状態を見る化し、あなたの健康活動をサポートします。



**貯めたポイントで
ほしい商品と交換**

**健康年齢 &
健診結果確認**

**健康チャレンジで
ポイントが貯まる**

**自分にあった
健康記事**

**ジェネリック
医薬品の確認**

**日々の記録 &
やることリスト**

**健保からの
お知らせ**

早速

Pep Upに登録しよう!

お届けした初回登録案内通知をご用意ください。通知が見つからない場合は健康保険組合にお問い合わせください。



パソコンまたはスマートフォンからご登録できます。以下のURLへアクセスし、案内にしたがって登録してください。

https://pepup.life/users/sign_up



スマホはQRコード

「初回登録案内通知」を紛失してしまった等、お問い合わせ先はこちら



初回登録案内通知の再発行は、お電話にてご連絡ください。
お問い合わせの際は、必ずご自身の健康保険証をご用意ください。

TEL : 052-211-2326

名古屋薬業健康保険組合

歩いて



たまる

読んで

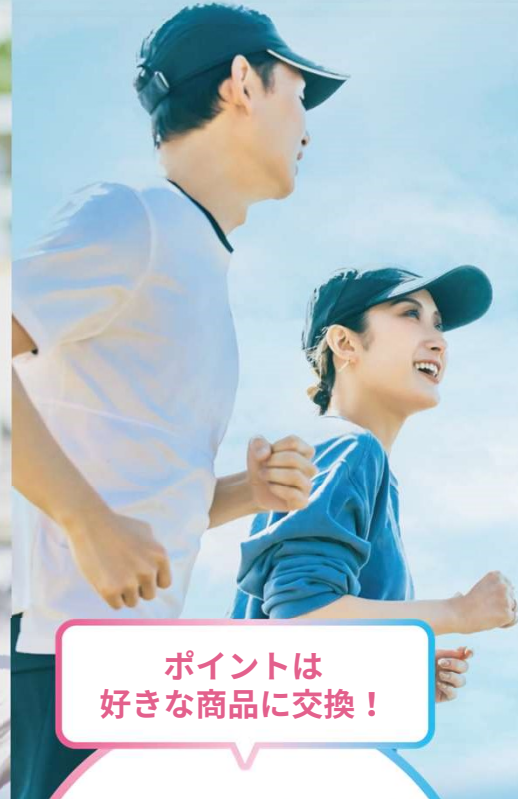


たまる

健康になると



たまる



ポイントは
好きな商品に交換！



pepUp.



Pep
ポイント たまる！

※掲載されている商品名およびロゴは、各社の商標または登録商標です。
※本サービスは株式会社JMDCによる提供・運営です。

ご登録方法

同封のチラシ記載の本人確認用コードと登録方法をご覧ください、スマートフォンまたはPCよりご登録ください。

▼同封チラシサンプル



アプリが
おすすめ！

▼アプリのダウンロードはこちらから

iPhoneの方



Androidの方



Pep Upの詳しい内容は裏面に ▶

Pep Upであなたの健康がわかる、ポイントもたまる。

Pep Up (ペップアップ) はあなたの「健康年齢」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。健康情報を一つにまとめ、あなたの状態を見える化し、健康活動をサポートします。

しばいぬと自分のペースで歩こう
「ふれんどウォーク」



1日5,000歩以上でしばいぬがシャベルを発売！シャベルでほりほりするとPepポイントがもらえます。

カラダ年齢がわかる
「健康年齢」



健康年齢は健康診断や人間ドックの結果からあなたの健康状態が何歳相当かを表す健康の指標です。



健康づくりでご褒美ポイント
「健康チャレンジ」



ウォーキングや生活習慣の改善行動に取り組みながらポイントもたまるイベントを開催。年間最大0,000ポイント以上たまります。

隙間時間に学んでポイント
「健康記事」



健康記事を読んで評価するとポイントがもらえます。大人気コンテンツ「メタボ川柳」も絶賛連載中！

他にも健康づくりをサポートする機能が充実



- ・健診結果の確認
- ・お薬手帳
- ・ワクチン接種記録
- ・日々の記録
- ・健康レシピなど

初回登録案内通知を紛失してしまった方などご質問等はこちらまで

TEL : 052-211-2326

初回登録案内通知の再発行は、お電話にてご連絡ください。お問い合わせの際は、必ずご自身の健康保険証をご用意ください。