

令和4年6月27日

事 業 主 様

名古屋薬業健康保険組合
総務課 052-211-2294

健康管理アプリ「Pep Up（ペップアップ）」
利用開始の延期について

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、標記につきまして当初本年6月スタートの予定で、当組合機関誌
(vol.220)にて別紙のとおり周知させていただきましたが、諸般の事情により
利用開始が延期となりました。

現在、早急に実施できるよう準備を進めておりますので準備が整い次第改め
て、ご案内申し上げます。

2022年
6月
スタート

健康管理アプリ

pepUp をご利用いただけます!

健康保持・増進に役立つさまざまな情報を提供するWebサービスであるPep Up (ペップアップ)の登録を開始します。パソコン、スマートフォン、タブレットを使って、楽しみながら健康管理ができますので、健康づくりの一助としてぜひご利用をお願いします。

ジェネリック医薬品
差額通知で、
切り替え可能な
お薬情報も
お届けします!

Pep Up の 特徴



読める

運動、食事、健康情報など日常に役立つ記事を配信。自分に合った記事を読むことができます。



記録できる

歩数や体重、体温などのほか、健康づくりの取り組み状況を記録することができます。



確認できる

最大10年分の健診データを管理できます。健診結果から「健康年齢」を割り出して、健康状態が「見える化」されます。



たまる

健康記事を読んだり、イベントに参加したりするとポイントがたまります。ポイントをためれば、賞品と交換することができます。

初回登録で
1,000ポイント
プレゼント!!

登録に必要なご案内の送付について



Pep Up ご利用に必要な情報を2022年6月中旬以降順次、被保険者様のご自宅へ「Pep Up 専用はがき」にてご送付いたします。今後はこのPep Upを通じてさまざまな情報を提供してまいりますので、到着後は速やかにご登録いただくと幸いです。

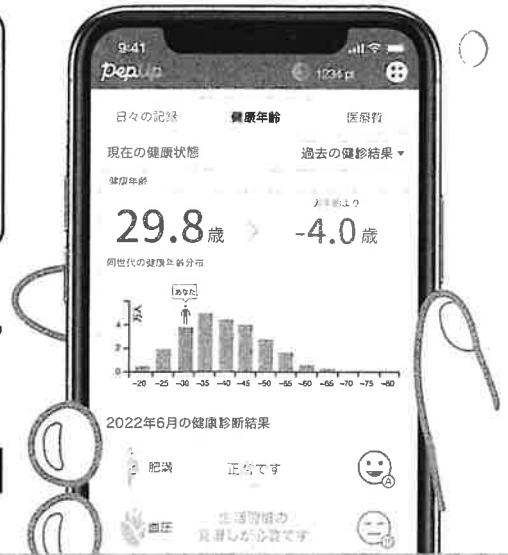
登録方法



まずは
サイトに
アクセス

- ①メールアドレスとパスワードを登録
- ②登録したメールアドレスに送られてくるURLをクリック
- ③本人確認コードと生年月日を入力し、本人確認
お送りしたご案内から、登録をお願いします

詳しくは、本誌投込のチラシをご参照ください



春こそ、生活に“ゆとり”をもちましょう

春は、異動や昇進、子どもの進学など環境の変化が多い季節です。このような周囲の変化に加え、1日の寒暖差が大きいこともストレスの原因となります。

この季節は意識的に“ゆとり”をもち、リラックスできる時間をつくりましょう。

初期のストレスは自覚できない

心身は、緊張とリラックスの時間のバランスがよいことで健康でいられますが、バランスの乱れを自覚することは困難です。春はストレスを感じやすいことをふまえたうえで趣味や休養の時間を大切に、緊張の時間を少なくする工夫をしましょう。



“ゆとり”の時間を増やして、規則正しい生活を

予定が詰まっていると1つの遅れが新たなストレスになります。プライベートの予定を少し減らすなどして、春は“ゆとり”の時間を増やしてみましょう。また1日3食、十分な睡眠、適度な運動など、健康的な生活を心がけることも大切です。

はじめて1年、
実年齢
マイナス**4**歳に
なりました。

pepUp.

健康年齢で、カラダ見える、ジブンが変わる

まずは登録を！
ご自宅にハガキが届きます！

Pep Upを利用するには「Pep Up登録はがき」
に記載された**本人確認コード**が必要です。

アプリ版でご利用の方

スマートフォンのカメラで
下のQRコードよりダウン
ロードしてください

iPhone

Android



2022年6月 登録スタート!

初回登録キャンペーン

初回登録時には**1000ポイント**を
プレゼントします。

今後様々なサービスを提供していき
ます。ぜひご登録をお願いします。

ペップアップで こんなことができる!

新型コロナウイルスの
感染拡大を防ぐため、
在宅勤務や不要不急
の外出を控える日々…

Pep Upでは皆さまの健康維持のために「**3密**」を避けながら出来る適度
な運動のご紹介や健康に関する知識をたくさんお届けいたします

健康記事を
読む

外出機会が減り運動不足に
なっていませんか？
Pep Upでは運動、食事など
日常に役立つ記事を日々更
新しています。記事はすべ
て専門家が監修しているの
も魅力のポイント♪



日々の記録を
つける

朝起きたら洗顔、歯磨き…
新たな習慣となったのが「**体温測定**」
そんな方も多いのでは？Pep Upなら
日々の体温を記録できます

Pepポイントが
たまる

- 健康記事を読む
- 毎日8,000歩以上
歩いてPep Walkに参加
たったこれだけで
年間**1,000**ポイントもらえます

健診結果を
見る

健診結果から
あなたの「**健康年齢**」
が測定されます。
あなたは実年齢より
若い？それとも…？

お問い合わせ先：名古屋薬業健康保険組合 TEL：052-211-2326

※掲載内容は22年3月時点の情報でありサービス内容が変更となる場合がございます

健康増進支援サービス **PepUp.** とは？

スマホ・PCで気軽に健康管理！

医療費に基づいたあなたの健康年齢がわかる！
あなたの健診結果を最大10年分経年で見ることができます。

公式アプリならもっと便利！らくらくログイン



Pep Up サービスメニュー一覧



ホーム

更新されたコンテンツ（記事、アクティビティ情報）や健保・サービス運営側からのお知らせが掲載されます。



わたしの健康状態

健康診断結果とアドバイスに加えて、JMDCが提供する健康指標「健康年齢」とその数値の推移、利用者全体における自分自身のポジションなどが表示されます。



Pepポイント

サービス内で記事を読んだり、イベントに参加したりすることでもらえるポイントの残高と、そのポイントで交換可能な様々な商品が掲載されます。



健康記事

運動、ヘルスケア/保健指導、成人病・生活習慣病、健康レシピ、ダイエットなど様々なジャンルの記事が利用者の健康状態に合わせて配信されます。



日々の記録

体重、歩数、血圧など自分で計測し管理可能な各種データを記録・閲覧することができます。



健康リテラシーコンテンツ

健康知識学習や、知識定着を確認するための健康クイズから構成されます。



変わる
わたしの
健康年齢

今後のあなたの
健康年齢・健診値を
最大10年分管理！

PepUp.

ベップアップ

※リリース検討中のサービスも掲載しております
※掲載内容は22年3月時点の情報でありサービス内容が変更となる場合がございます