

令和8年9月8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/>

秋の健康ウォーク
健康管理アプリ「P e p U p」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、当組合では被保険者並びに被扶養者の健康保持・増進と生活習慣病の予防を目的として、別紙要綱により秋の健康ウォークを開催いたします。

近年、健康経営の取り組みにおいて、従業員本人だけでなく、「従業員を支えるご家族の健康維持」も非常に重要な要素とされています。ご家族と一緒に参加することで、家庭内での健康意識が高まり、従業員本人の運動習慣化やモチベーション維持にもつながります。

本ウォーキングイベントは、スマートフォン等で気軽にご参加いただけるため、日常の中で無理なく取り組める活動として、ご家族と楽しみながら取り組んでいただけます。

また、「健康経営優良法人」等の認定申請（家族の健康保持・増進に向けた取り組み）における実績としても活用可能であり、社内コミュニケーションの活性化にもお役立ていただけます。

つきましては、ぜひ事業所様におかれましても、ウォーキング事業を健康施策の一つとして位置づけいただき、より多くの従業員の皆様ならびにご家族の皆様さまへ積極的なご周知と参加促進にご協力賜りますようお願い申し上げます。

当組合といたしましても、今後も加入事業所様の健康経営の推進を支援してまいりますので、引き続き積極的なご協力をお願いいたします。

なお、参加には健康管理アプリ「P e p U p」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。

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

10月1日～10月31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

※手動入力是不可となります。

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「降臨！歩神伝説」

※八百万の神々の力をその身に宿し、ウォーキングの極意を得ていく冒険ファンタジーウォーキングとなります。

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8年11月27日（金）に一括付与

※ポイント付与は10月31日（実施期間最終日）現在の有資格者に付与されます。

以 上



開催期間

10/01 (木) ~ 10/31 (土)

申込期間

9/08 (火) ~ 9/30 (水)



イベント参加で最大 **300** ポイント GET!

さらに!!

1日10,000歩以上で ポイント GET!

歩く楽しさ、一步の頑張り、未来への計画性、そして困難に立ち向かう勇氣。神々の力をその身に宿し、目指すゴールは「歩くことが当たり前になる日常」です。気づけば足取りは軽くなり、心と身体に満ちていく確かな自信。毎日の習慣化の果てに、過去を超越した「新しい自分」が待っている。さあ、神々と共に、いま一步を踏み出そう！

参加にはペップアップへの登録が必要です！

お届けした登録案内通知をご用意ください。



本人確認コードを入力し、登録してください。



ウォーキングラリーページからご参加ください。

✓ 参加する



https://pepup.life/users/sign_up

名古屋薬業健康保険組合

pepUp.

はじめて1年、
実年齢
マイナス4歳に
なりました。

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



※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。



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。
健康状態が見える化し、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



スマホはこちらから

「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

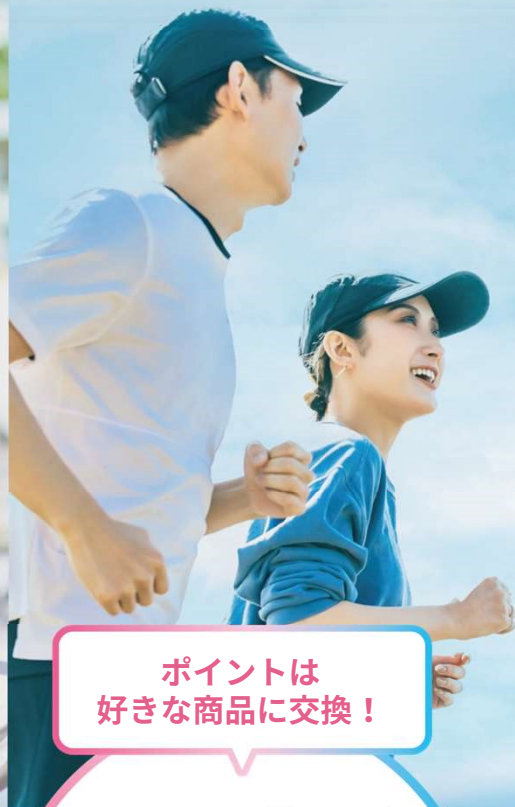


たまる

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！

amazon gift card

R POINT ポイント



※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見！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。