

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「ウォーキング アオッコ全国社内見学編」

※アオッコ研修生が全国で働くクセ強めな“社内の先輩たち”を、歩いて？泳いで？訪問しながら、仕事の極意を学んでいくメニューとなります。

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7年11月28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