



まだ使っていないの?

PePポイントで交換  
嬉しい商品盛りだくさん



登録がまだの方は  
**損** **3,000** ポイント以上  
しています



知らなかった！こんなに便利！ペップアップを使って得して健康に！

1

新規登録+イベント参加等で  
年間**3,500**ポイント以上!?



体重測定チャレンジやウォーキングラリーなどの健康イベントへの参加で、年間**3,000**ポイント以上ゲットのチャンス！あなたの登録がまだなら、初回登録時に**500**ポイントプレゼント中！健康になればなるほどポイントが貯まります！

2

自分の健康状態を**健康年齢**で  
いつでも気軽にチェック



スマホさえあれば、あなたの健診結果や自分の体の年齢である**健康年齢**をチェックできます。同世代と比べた自分の健康度がひと目で把握できるので、通院時にも役立ちます。

3

**医療費通知**を  
いつでもPC&スマホでチェック可能！



今まで紙でもらっていた**医療費通知**を、Pep UpならいつでもPCまたはスマホで確認できます。



Pep Upの  
豊富な機能は  
裏面にもっと詳しく

# 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ヘルスケアプラットフォームです。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**

**医療費通知が  
いつでも見れる**

**ジェネリック  
医薬品の確認**

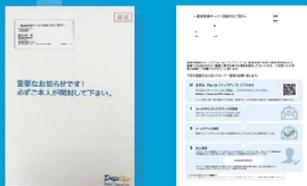
**日々の記録 &  
やることリスト**

**健保からの  
お知らせ**

**早速**

## Pep Upに登録しよう! 毎月抽選でfitbit(フィットビット)がもらえる!

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](https://pepup.life/users/sign_up)



スマホからも登録可能!



### fitbitとは?

毎日のアクティビティ、エクササイズ、そして睡眠の記録を通して、あなたの健康的でバランスの取れた生活をサポートします。



## 「初回登録案内通知」を紛失してしまった場合はけんぽのHPから!



初回登録案内通知に記載の「本人確認用コード」が必要な方は、けんぽHPのお知らせまたは [こちら](#) のリンクで表示されるフォームに必要事項をご入力下さい。メールで通知いたします。その他お問い合わせは、下記のお電話までご連絡ください。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 : 03-3817-6874**

**FAX : 03-3817-6078**

# PepUp.

ペップアップ

## 健康増進支援Webサービス

PepUp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。利用者の健康状態とライフスタイル、趣味嗜好から利用者一人ひとりに最適な情報やソリューションを提供いたします。



最大10年分の健診データを管理  
医療費に基づいたあなたの  
健康年齢を算出！

あなたの今後の健診結果を最大  
10年分経年で見ることができます。



楽しみながら取り組める  
健康イベントを開催。  
ポイントも貯まる！

部署対抗のウォーキングラリーや、  
同僚と競い合える健康クイズなど、  
楽しみながら取り組めるイベント  
を予定しています。

## PepUp 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）や健保様・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、弊社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。



### 医療費・給付金(予定)

月毎の医療費、各種給付金、また処方された医薬品名、ジェネリック医薬品との差額などを表示します。



### おすすめのアクティビティ

フットサル、ゴルフ、ヨガなど健康増進に役立つ各種アクティビティを紹介しています。



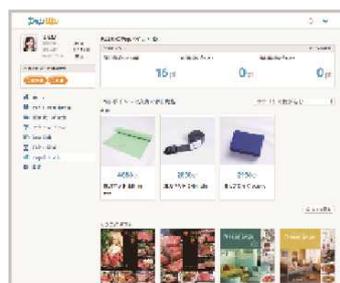
### 健康記事

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。



### 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。

### 推奨環境

Internet Explorer 9以降（推奨はInternet Explorer 11） / Google Chrome 最新版 / Safari 最新版  
iOS 8 以上のSafari / Google Chrome 最新版 / Android Android 4.4 以上の標準搭載のブラウザ / Google Chrome 最新版