



パソコンやスマホからアクセスすることができるWEBサービスで、健康維持・増進を目的とした様々な健康コンテンツを提供いたします。

また、健康診断結果からご自身の「健康年齢」をチェックでき、利用者の健康状態に合わせた記事が配信されます。日々の体重管理やバイタルデータを記録でき、ご自身の体調管理や生活習慣改善に活用できます。「健康知識」を身に付け、生活習慣の見直し・改善のきっかけを提供するサービスです。

ペップアップ pepUp.でできること

- ① 健康診断の確認
- ② 健康年齢
- ③ ジェネリック医薬品の確認
- ④ ご自身の健康状態に合ったコンテンツの提供
- ⑤ お薬手帳機能
- ⑥ 日々の体重管理やバイタルデータの記録
- ⑦ スマホウォーキング等健康チャレンジへの参加

※対象者は、被保険者および被扶養配偶者

パソコンやスマホからアクセスできるWEBサービスです



👉 スマートフォンを活用した体育奨励事業実施のお知らせ

令和8年度も、スマートフォンアプリ「Pep Up(ペップアップ)」を活用したウォーキング大会を開催いたします。アプリ内の「ウォークラリー機能」を活用し、楽しみながら歩数を伸ばせるイベントです。日ごろの運動不足解消や健康づくりのきっかけとして、ぜひご参加ください。

なお、エントリーは「Pep Up」アプリからの申請・登録が必要となります。申請から登録完了まで約2週間程度を要しますので、参加をご希望の方はお早めにお手続きをお願いいたします。

皆さまのご参加をお待ちしています。

参加には「Pep Up」の事前登録が必要です!

登録申請フォームは
こちらから▶▶▶



参加対象者	被保険者および被扶養配偶者
開催期間	10月1日(木)～11月30日(月)
エントリー期間	8月1日(土)～9月30日(水)
エントリー方法	個人でもチーム(2名～10名)でもエントリーできます。 エントリーは「個人参加」「チーム参加」いずれもエントリー期間中に、Pep Upのウォーキングラリー画面から“参加ボタン”を押下してください。
競技方法	個人、チーム別に当組合が設定した目標歩数(一日平均歩数)のクリアを目指します。
表彰	目標歩数をクリアした方全員に、電子マネー等に交換できるポイントを進呈。 さらに、チームエントリー者には上乘せポイント獲得のチャンスがあります。

★参加条件やエントリー方法等についての詳細は、当組合ホームページをご覧ください。

(7月中旬～掲載予定)

NEWS&TOPICS「イベント」▶▶▶【スマホウォーキング大会を実施します!】



問合せ

東京実業健康保険組合 健康管理課 〒103-8465 東京都中央区東日本橋 3-10-4
TEL 03-3663-1361 (代)

