

新しいみんなの健康ナビ「PepUp」とは皆さまの「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(Webサービス)です。ご利用になるお一人お一人の健康状態に最適な情報をお届けします。

サービスメニュー一覧



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！

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。



ホーム

更新されたコンテンツ（記事、アクティビティ情報）や健保など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、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ご自身のポジションなどが表示されます。



医療費

月毎の医療費、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。(2023年9月機能公開)



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ご紹介します。



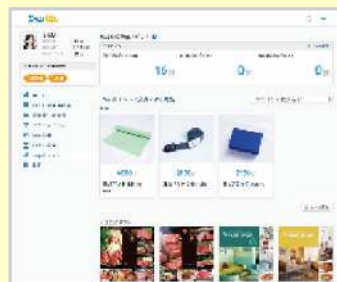
健康記事

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皆さま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

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



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

「新・みんなの健康ナビ」Pep Upに登録しよう！
毎月抽選でfitbitが当たるチャンス！

1. お届けした初回登録のご案内をご用意ください。
被保険者お一人お一人のために作成された本人
確認用コードのご案内が同封されています。



(イメージ)

2. 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



スマホはごちからから



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。

fitbit

登録方法がよくわからない等、よくあるご質問は
下記のFAQサイトをご利用ください。

(FAQ: ご利用者が知りたい情報をQ&A形式で提供する形態です)

<https://support.pepup.life/hc/ja>