2026 年度 PepUp 年間イベント情報

イベントに参加して楽しく健康改善につなげよう！

対象者：被保険者・被扶養配偶者
35 歳以上被扶養者

スマホ・タブレット・パソコンからいつでもアクセス可能！

年間最大 13,520pt 獲得！

PepUp を使うほどポイントが貯まる！

電子マネー、 素敵な商品と交換 R POINT ポイント amazon ギフト券

	企画内容	実施期間	ポイント数
1. ウォーキングラリー（事前エントリー必要）	期間開催中の月平均歩数でポイント獲得 ・2,000 ～ 4,000 歩未満　：500pt ・4,000 ～ 8,000 歩未満　：1,000pt ・8,000 歩以上　：1,500pt 個人参加・チーム参加でプラスポイント獲得	第 1 回 :6 月 第 2 回 :10 月	**最大 6,000pt**
2. ふれんどウォーク	毎日の歩数に応じて、 ポイントを獲得 ・5,000～7,999 歩　：1pt ・8,000～9,999 歩　：2pt ・10,000 歩以上　：3pt	通年	**最大 1,080pt**
3. シニアウォーク（60 歳以上）	60 歳以上　日々歩いてポイント獲得 ・5,000～7,999 歩　：3pt ・8,000～9,999 歩　：6pt ・10,000 歩以上　：7pt	通年	**最大 2,520pt**
4. 体重測定チャレンジ	開催期間中に 80%以上の体重記録で 1,000pt	12月～1月	**1,000pt**
5. 日々体重記録	毎日体重を記録して 1 日 2pt	通年	**最大 720pt**
6. E ラーニング	動画視聴後、 アンケートに回答で 500pt	8 月～ 11 月頃	**500pt**
7. 健康クイズ	全 6 カテゴリー全問正解で 500pt	2 月	**最大 500pt**
8. 健康診断早期受診	4 月～ 7 月に健診受診で 200pt	4 月～ 7 月	**200pt**
9. 事業所イベント支援	事業所独自イベントに参加すると最大 1,000pt（被保険者のみ）	年度 1 回	**最大 1,000pt**

アプリをインストールすると、スマートフォンの歩数データ等が自動連携され
より便利にご利用いただくことができます。
アプリで PepUp ポイント残高も確認できます！

Download on the App Store　GET IT ON Google Play

Pep Up 公式アプリ
PC・スマホに対応しているだけでなく、 Pep Up 公式アプリもあります