

健康アプリ Pep Up（ペップアップ）のご案内



本年度より、組合員の皆さまの健康づくりを支援する取り組みとして、(株)JMDC が運営する健康アプリ「Pep Up（以下 Pep Up）」の提供を開始しました。

「Pep Up」は日々の健康管理に役立つだけでなく、健康的で楽しくお過ごしいただけるコンテンツやイベントにもご参加いただくことができ、スマートフォンやパソコンを利用して楽しみながら健康管理をすることができます。

今後は、「Pep Up」を活用したウォーキングラリーなどの健康イベントについても開催を予定しており、イベントを通じて貯まったポイントで各種電子マネーや商品等に交換いただけます。

ぜひご登録いただき、健康づくりにお役立てください！

【Pep Up 利用サービス】

○健康診断結果等閲覧

ご自身の健診結果の経年変化や服薬情報を閲覧できます。

○健康年齢

検診結果を基に健康年齢を算出し、健診結果とは異なる指標で同世代と比較した自分の健康状態を把握できます。また、健診値のレベルに合わせた生活習慣に対するアドバイスを閲覧できます。



○ウォーキングラリー（JMDC 主催型）

自分のペースで取り組むことができる JMDC 主催型のウォーキングラリー「ふれんどウォーク」に参加できます。日々の歩数に応じてポイントの獲得も可能です。



○日々の記録（バイタルデータ）

歩数、体重、睡眠時間、血圧などのバイタルデータを「日々の記録」として、毎日手軽に記録することができます。また、スマートフォンやウェアラブルデバイスと連携し、データを自動で取得することも可能です。



○健康記事

生活習慣改善の方法や知識を学べる、健康記事を閲覧できます。



今後も健康づくり等にお役立ちいただけるイベント・サービスを展開いたします。

【Pep Up 新規登録・ご利用方法】

〈ステップ1〉

お届けした「初回登録案内通知」をご用意ください。

Pep Up の登録には「本人確認用コード」と登録用のメールアドレスが必要です。

お届けした初回登録案内通知をご用意ください。

※資格取得後 2～3 か月後にお勤め先を通じて案内通知が届きます。

【「初回登録案内通知」を紛失した場合（未登録者のみ）】

初回登録案内通知を紛失した場合（本人確認用コードが分からない場合）、共済組合福祉課またはお勤め先の共済事務担当課へご連絡ください。

後日、「本人確認用コード」が確認できる書類を送付いたします（送付まで2週間程度お時間がかかることがありますので、予めご了承ください）。

※（注意）Pep Up に一度でも登録すると登録後の本人確認コードは無効となります。

その場合は再発行手続きではなく、Pep Up カスタマーサポート問合せフォーム（URL：<https://pepup.life/inquiry>）からの手続きとなります。

【登録したメールアドレスやパスワードが不明な場合】

以下の URL から、お心当たりのあるメールアドレスとパスワードでログインをお試しください。

URL:https://pepup.life/users/sign_in

【解決できない場合や Pep Up に関する問い合わせ先】

URL:<https://pepup.life/inquiry>

※問合せはフォームのみでの対応となり電話対応はありません。

※共済組合での対応も不可となります。

〈ステップ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 から登録画面にアクセスし、案内にしたがって登録してください。

URL : https://pepup.life/users/sign_up

参考リンク：よくあるご質問（Pep Up 登録に関して）

URL:<https://support.pepup.life/hc/ja/sections/360002081151>

〈ステップ3〉

登録完了後、パソコンまたはスマートフォン（Web または公式アプリ）からご利用ください。

Web 版でご利用の方

パソコンまたはスマートフォンで以下の URL にアクセスしてご利用ください。

URL:https://pepup.life/users/sign_in

アプリ版でご利用の方

以下の二次元コードよりアクセスし、アプリをインストールしてご利用ください。

iOS 用スマートフォンアプリ



Android 用スマートフォンアプリ



参考リンク：よくあるご質問（ログインに関して）

URL:<https://support.pepup.life/hc/ja/sections/360002095932>

【ウェアラブルデバイスとの連携方法】

身につけているだけで歩数、消費カロリー、睡眠状況、心拍といった活動量が計測できるものを、ウェアラブルデバイス（活動量計）といいます。スマートフォン用のアプリとあわせて使うことで、計測した記録を残しておけるようになります。

Pep Up では「fitbit」、「Garmin」、「OMRON Connect」を連携してご利用いただけます。

各デバイスの連携方法は、以下よりご確認ください。

<fitbit との連携方法>

URL：<https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360045101471>

<Garmin との連携方法>

URL：<https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360047301151>

<OMRON Connect との連携方法>

URL：<https://support.pepup.life/hc/ja/articles/17845899289241>

【Pep ポイントのご案内】

健康づくりへの取り組みで、各社ポイントや電子マネーを始めとした、素敵な商品と交換ができる Pep ポイントが貯まります。



※掲載されている商品名およびロゴは、各社の商標または登録商標です。

〈ポイント交換方法〉

Pep Up にログイン後、「Pep ポイント」をクリックしてください。

商品を選択して交換すると、ページ上部に「交換しました」と表示されます。

交換完了後、登録済のメールアドレスに「ポイント交換のお知らせ」が届きますのでご確認ください。

【Pep Up に関するお問い合わせ】

Pep Up に関するご質問は、まずは Pep Up の FAQ ページ
(URL:<https://support.pepup.life/hc/ja>) をご覧いただき、それでも解決しない場合には以下の Web フォームからお問い合わせください。

URL:<https://pepup.life/inquiry>