

【40歳以上対象】2022年度健診結果チャレンジ

今年の健康診断はいかがでしたか？

PepUpでは、健診結果から、健康年齢を予測しています。

※健康年齢とは、健診値と健診受診日の年齢に基づいて算出された生活習慣病リスクを表す指標です。
健康年齢が高いほど、同世代と比べて生活習慣病リスクや将来医療費が高くなる可能性がある事を意味します。

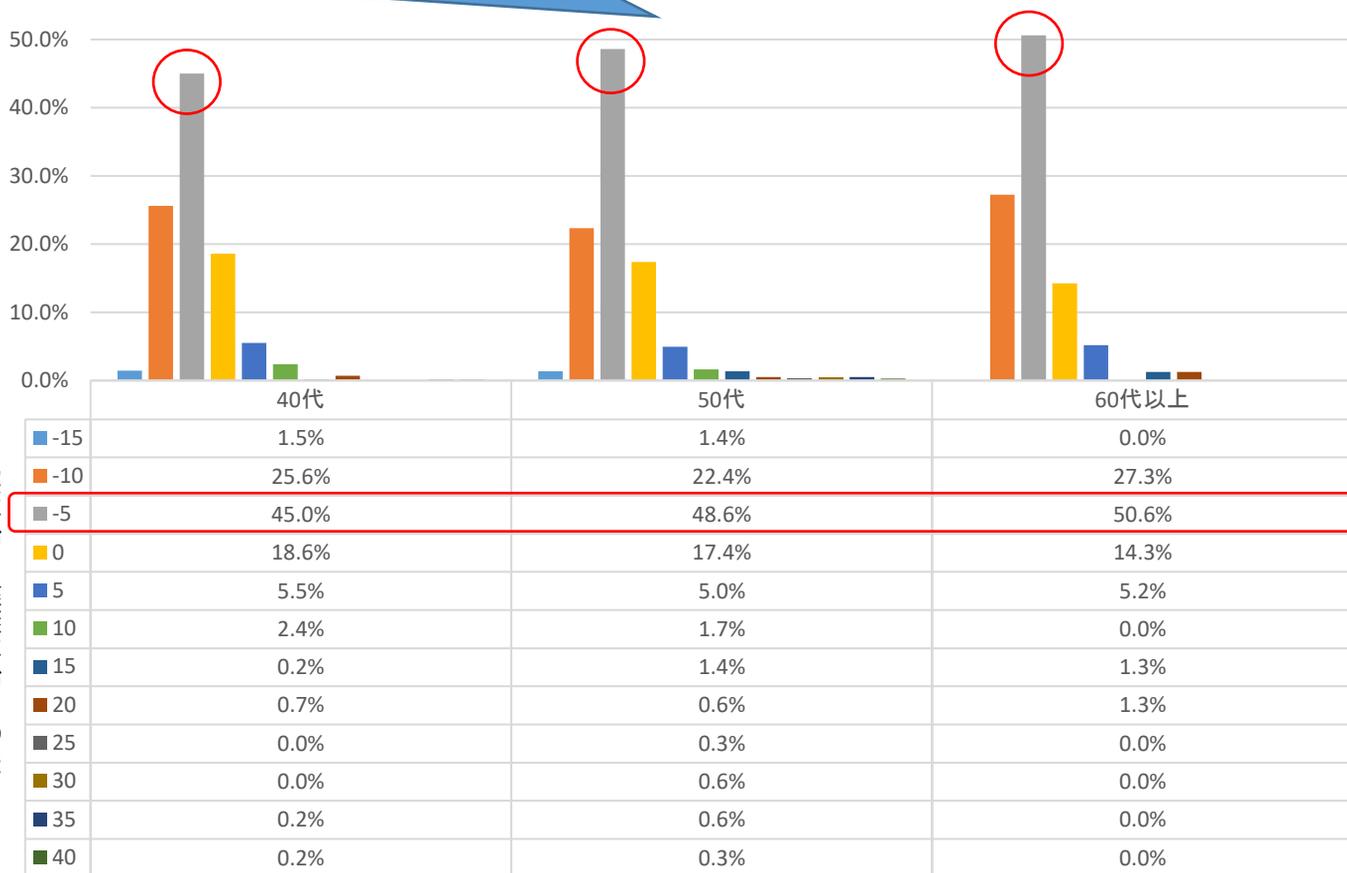
2021年度報告

当組合では、平均で実年齢よりも **1.5歳** 若い結果となりました！

住友理工健康保険組合PepUp登録者

特定健診結果（40歳以上 983名） 年代別実年齢と健康年齢との差

PepUp登録者の皆さんはどの年代でも-1~-5歳がいちばん多く45~50%の割合でした。
今後もPepUpを利用して楽しく健康習慣をお続けください！



ポイント獲得にはペップアップへの登録が必要です！

1 お届けした登録案内通知
をご用意ください



2 スマホまたはPCから
ご登録できます



【40歳以上対象】2022年度健診結果チャレンジ

40歳以上でPepUpに参加いただいている方は、
健診結果に応じてポイントを獲得できます。

健康習慣は蓄積です！
毎年健診結果を確認し、健康維持につとめましょう。

■獲得できるポイントと基準

項目	基準	ポイント
健康年齢	実年齢との差 -0.1歳 ごとに3PT（最大500PT）	
BMI	18.5～24.9	5 PT
収縮期血圧	129以下	5 PT
拡張期血圧	84以下	5 PT
空腹時血糖	99以下	5 PT
HbA1c	5.5以下	5 PT
中性脂肪	30～149	5 PT
HDLコレステロール	40以上	5 PT
LDLコレステロール	60～119	5 PT
Γ-GTP	50以下	5 PT
ALT(GPT)	30以下	5 PT
AST(GOT)	30以下	5 PT

健康年齢は、あなたの健診値に基づいて算出された生活習慣病リスクを表す指標です。健康年齢が高いほど、同世代と比べて生活習慣病リスクや将来医療費が高くなる可能性がある事を意味します。

人間ドック協会判定区分2022年度版を元にしてしています。

❖ポイント付与時期

定期健康診断（特定健診）⇒Pep Upに健診データ反映後の毎月15日

健診結果が反映するまでに数ヶ月（3～4か月）必要となるので、ポイント付与までにお日にちをいただいております。

ポイント獲得にはペップアップへの登録が必要です！



ペップアップ

1 お届けした登録案内通知
をご用意ください



2 スマホまたはPCから
ご登録できます



<https://pepup.life>