

PepUp 1周年!!

住友理工人事部ヘルスケア室
住友理工健康保険組合

PepUpが運用開始して12月で1年です。活用いただいている方、
ありがとうございます。未登録の方もまだ間に合います！ぜひ登録しましょう！！

現在の参加者数

SRKグループ全体：1568名 (23.9%)

※2021年12月16日時点



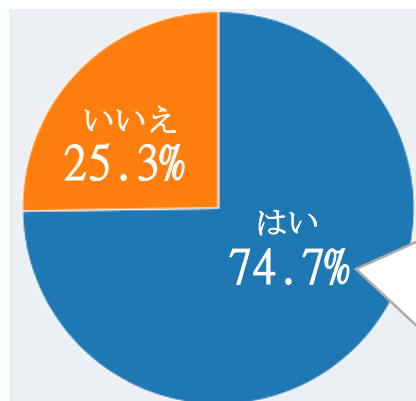
まだまだPepUp登録者は少数派・・・

でも、活用している人は
たくさん活用しているらしいですよ。



2021年11月末にアンケートを実施しました！

Q PepUpに登録して、健康に良い効果を感じていますか？



4人に3人が健康に良い効果を感じています！

- ・自分の歩数を意識するようになった
(『はい』と答えた方の半数以上が回答！)
- ・ポイントを貯めることがモチベーションになった
- ・健康年齢を確認して衝撃を受けた
／やる気につながった
- ・周りの人とのコミュニケーションへ
一つのきっかけとなった



Q 楽しかったイベントは何ですか？

みんなで声掛け合うもよし、
自分で目標を立てるもよし。



みんなでウォーキング(5、10月)

ただ、体重を測って記録する
まずはそこから。



体重測定チャレンジ(1~3月)

健康年齢をきっかけに
減量した方も・・・



健診結果チャレンジ
(通年40歳以上)

Q ポイントは何と交換しましたか？

まだ交換していない



ポイント・商品券



まだ半数以上の方が交換していないという結果に。
5000ポイント以上貯めている猛者も・・・！
交換した方の中では使える幅の広い
ポイント・商品券と交換した人が多かったです。

いろいろな商品があるので、『何にしようか』
と悩むのも楽しいですね。

皆さんも是非、ご参加ください！



Q PepUpについての要望を教えてください！

付与ポイントを多くしてほしい
ハードルを下げてほしい

カロリー計算や食事のアドバイスができるようにしてほしい

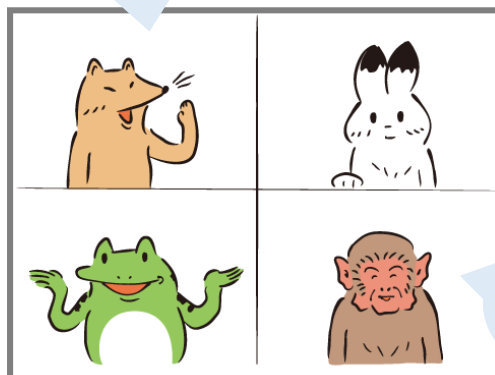
健康記事について
(ストレッチや食事のアドバイスについて、
もっと載せてほしい)

使い方を解説してほしい

オンラインイベントを実施してほしい
(筋トレや食事に関して)

筋トレでもポイントが貯まるようにしてほしい

アルコール摂取量を毎日記入し、
アルコール見える化



その他、様々なご意見をいただきました。
本当にありがとうございます！

実現できること、なかなか難しいこともあります。
事務局・JMDC（提供元）で共有し、
今後のPepUp運営に活用します。

一部のご意見について

■ 体重測定でポイントが溜まってほしい

→1月～3月に継続的な体重測定でポイントが溜まる『体重測定チャレンジ』を実施します。是非、ご参加ください！

■ 使い方があまりわかっていない

→基本的な使い方より活用する方法などについて、ヘルスケア室で講習会や動画・資料作成等も検討していきます。

■ iPhoneのアプリ化してほしい

→iPhone・Androidでアプリがあります！App Store もしくはGoogle Playで『PepUp』と検索してください。

■ googlefitの値を連携してほしい

→アプリから連携が可能です。アプリ→その他→外部サービス連携
→googlefitと連携をクリックしてください。
詳細は『PepUp よくある質問』内にも記載されています。

皆さんにもっともっと活用いただけるよう、
これからもイベントや登録推奨活動など、検討をしていきます。
是非、まだ登録いただけていない方は登録を・登録いただいている方は
活用し部署の方などに進めていただければ幸いです。

詳細は [ヘルスケア室HP](#)もしくは[健康保険組合HP](#)へ！

