

【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2021年度版
を元にしています。

ポイント獲得にはペップアップへの登録が必要です！

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>

