

住友理工健康保険組合・住友理工株式会社

健康ポイント活動「PepUp」では、各種イベントに参加したり、日々の記録を入力することでポイントを獲得することができます。楽しみながら、健康な生活を送りましょう！

2023年度を通して合計で4,000PT以上
獲得可能です！！



《2023年度》期間：2023年4月1日～2024年3月31日

	実施時期	内容	獲得条件	付与P	備考
ウォーキング	5・10月	みんなでウォーキング	期間中の平均歩数が基準値（個人3段階/チーム8000歩）以上	最大800PT	パーフェクト賞（全日8000歩以上）有り 個人賞：8000歩、6000歩、4000歩以上
	登録後毎日	New ふれんどウォーク	1日の歩数が5000歩以上	1P～3P/日	5000～7999歩:1P 8000～9999歩:2P 10000歩以上:3P
健康活動	1～3月	体重測定	期間中60日以上体重を記録	500P	
健診	年1回	健診結果改善チャレンジ	健康年齢が実年齢より若い／健診の各項目で判定A	最大555P	40歳以上が対象
その他	初回	初回登録	PepUpに登録する	500P	新規登録者のみ
	不定期	アンケート	アンケートに回答する	100P/回	PointUp
	8月	健康クイズ	健康クイズに参加し、全問正解する	最大500P	PointUp
	年間	紹介	未登録者を登録へ誘う ※先着200名(1名につき2名まで)	100PT/名	4月中旬より実施 ※詳細はPepUpにて
	10月	e-ラーニング	健康をテーマにした学習を受ける	300PT	内容により対象となった方

さらに、PepUpからのアンケートや、不定期イベントなどによってポイント獲得ができます！

PepUpを活用して『健康』と『ポイント』どちらも手に入れましょう！

ポイント獲得にはPepUp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>