

# Pep Up 2025年度イベントスケジュール



登録者  
150万人  
突破



きづく・まなぶ・やってみる  
**PepUp.**  
Pep Upは生活習慣の改善や健康づくりを通してポイントがたまるヘルスケアサービスです

あなたの手元に健康のチカラを  
健康状態の“見える化”で生活習慣を改善しポイントもたまる

2025年度予定はあくまで予定となりますので、変更する可能性があります。

イベント	2025年 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2026年 1月	2月	3月
eラーニング		→ たばこ健康	→ ロコモティブ シンドローム		→ 5つのがん		→ 歯科		→ 糖尿病		→ 上手な医療 のかかり方	
健診結果改善 チャレンジ	→ 2024年度健診分実施						→ 2025年度健診分実施					
健康レシピ	→ 通期実施（毎月15日にレシピ追加♪）											
ふれんど ウォーク	→ 一部の事業所ではウォーキングラリーも実施されますので、詳細は各事業所へご確認ください											

イベント内容	付与Pepポイント	備考
● 初回登録	500	● Pep Upの初回登録が完了した方に500Pepポイントプレゼント★ (初回登録時のみ)
● ふれんどウォーク	1～3	● 前日の歩数に応じて毎日最大3Pepポイント（ごほうび）をプレゼント♪ ● 5,000歩以上 …… 1Pepポイント ● 8,000歩以上 …… 2Pepポイント ● 10,000歩以上 …… 3Pepポイント
● 健康記事閲覧	1～4	● 健康記事を読むとポイントプレゼント！ (ポイント数は記事によって異なります)
● 健診結果改善チャレンジ	最大1,000	● エントリーは不要で健康診断の受診のみで参加することができ、健康診断の結果に応じて、改善者・良好者に最大1,000Pepポイントプレゼント★
● eラーニング	ポイントは お楽しみに♪	● 各eラーニング内の全教材の読了率100%および確認テスト正答率100%でポイントプレゼントしている場合もありますので、ぜひご参加ください！
● その他にも「Pep Up リサーチ（アンケート回答で5～10Pepポイント）」や「期間限定イベントへの参加（1,000PepポイントGETのチャンスも!）」で、ポイントを貯めて商品と交換できます！		



● ポイントを貯めて、欲しい商品に交換しよう！

貯めたポイントはAmazonギフトカードや楽天ポイント、PayPayポイント電子マネー、健康グッズなど、厳選された商品と交換できます。商品ラインナップは毎月更新中！  
※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。

