

健康ポータルサイトの運用開始について

2025年度の保健事業計画において、検討・実施することとなっていました「加入者向け健康ポータルサイトの導入」について、下記により実施することとなりました。

パソコンやスマートフォンからアクセスでき、健康診断結果からご自身の健康状態を分かりやすく確認できるとともに、健康イベントや健康記事など様々な健康増進サービスを提供します。是非ご登録いただき、健康増進・健康管理に役立つPep Upをご活用ください。

記

1. 導入アプリケーション

P e p U p（株式会社JMDC）

2. 登録対象者

- ・ 被保険者（任意継続被保険者を含む）
- ・ 40歳以上の被扶養者（任意継続被保険者を含む）

3. 運用開始時期

2025年10月（予定）

4. 概要

健診結果から健康年齢が把握でき、日々の歩数や体重などを記録して、自ら健康づくりをすることができます。健康記事を読んだり、各種健康イベントに参加すると、ポイント（Pepポイント）を獲得でき、さまざまな健康増進賞品などと交換できます。

また、予防接種補助などの各種申請や健康保険組合からのお知らせなどにも利用します。

**健康づくりでポイントが貯まる**

**予防接種や特定健診でポイントが貯まる**

**貯めたポイントを賞品等と交換**

**健康年齢 & 健診結果確認**



**医療費通知がいつでも見える**

**ジェネリック医薬品の確認**

**お薬手帳にも活用できる**

**健保からのお知らせ**

Pep Up(ペップアップ)はあなたの「健康年齢」を維持改善するためのPHRサービスです。
健康状態を見る化し、あなたの健康活動をサポートします。[PHR=Personal Health Records]

画面のイメージ

健康年齢

自分のカラダ、実年齢と同じ？それとも...？

健康診断の結果をもとに、「健康年齢」で今の体の状態をチェックできるよ！実年齢より若い数値が出ると、なんだかちょっと嬉しくなるよね！

健康年齢とは
ご自身の健康状態を分かりやすく理解するための指標です。健康診断の結果を使い、あなたのカラダが何歳くらいなのかを統計的に判定します。



健康記事

Pepポイント
チャンス

健康知識、アップデートせずに思い込みでやってたら危ない!?

Pep Upの健康記事は、医師や看護師、管理栄養士など、現場を知る医療専門職を中心に作成しています。情報の信頼性が高いから安心して読める内容ばかり。ぜひ一度チェックしてみてくださいね！



日々の記録

記録することで気づく。気づくことで変わる。

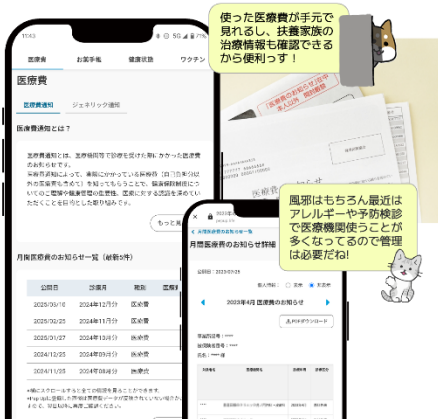
食事や運動以外にも、環境や仕事のストレスなどで、気づかないうちに体調を崩し体重が上下していることがあります。他にも習慣的に記録したり記録することで身につくこともあるかも。



医療費通知

医療費をちゃんと知って大事。まとめてくれてありがと～！

医療機関を利用する機会が増えている今、診療や処方の情報をひとつにまとめて見られるのはとっても便利。さらに国税電子申告(e-Tax)用データのダウンロードもできるから思った以上に使える機能なんです！



健診結果

健診結果がいつでもすぐに見られるって、すごく便利じゃん！

健康診断結果って項目の意味が分からないよね。Pep Upはそれぞれの項目の理解をサポートしてくれるよ！いつでもすぐに確認できるようにしてあげよう！



お薬手帳

「お薬」のこと、ちゃんと記録に残しておきたかったんだよね。

病院に通うことが増えてきた今、処方される薬もどんどん増えがち。気づかないうちに「別の病院でもらった薬と同じでは？」なんてこともあるかもしれません。記録に残しておけば振り返り飲み合わせなども分かります。



ウォーキングラリー

みんなで参加するウォーキング、まるでデジタルの運動会じゃん！

Pep Upの中で一番盛り上がる機能です！社内に活気がない、部内の一体感が欲しい、現場では課題も多い、そんなときこそ仕事のことはちょっと忘れてみんなで無心に歩いて目標を達成すれば、健康と一緒に一体感も手に入るかも！そしてみんなでポイントをとってわんざもさあろう！



やることチャレンジ

毎日楽しんでやってたら、いつの間にか習慣になってたゾ！

改善したい生活習慣って、なかなか身につかないですね。このチャレンジは、習慣化したい項目を設定してできたらチェックしていくチャレンジです。スランラリーみたいに毎日チェックしていくだけなのでとても簡単！



Pepポイント

ジャカジャカもらえるPepポイント、マジでスゴくない？！

ポイント活きる人ならさきと気づくはず。Pep Upはポイントがとにかく貯まりやすい！しかもポイントだけでなく健康も手に入るなんて.....これはもうマジでスゴイ！

