



ペップアップは、ポーラ・オルビスグループ健保加入者の方のための健康支援サイトです！

# 日々の記録チャレンジキャンペーン

キャンペーン期間：2022年3月7日～8月31日

生活習慣に関わる様々な数値を毎日記録して、健康意識を高めていきましょう！

歩数



体重



血圧



体脂肪率



睡眠時間



キャンペーン期間中、日々のデータ記録でPepポイントプレゼント♪  
体重/日=10Pepポイント、他4項目/日=各1Pepポイント

## 日々の記録 登録方法

記録は簡単！ **PepUp** にログイン、  
ホーム(メニュー)から【日々の記録】を選択・登録するだけ！

好きな写真・ニックネームが登録できます

↓ ↓  
[写真入力欄] [ニックネーム入力欄]  
実際年齢 : 51歳  
健康年齢 : 50.6歳  
Pepポイント : 6176pt

あなたの現在の健康状態

🍷 脂質 🍷 野菜

- 🏠 ホーム
- 📄 わたしの健康状態
- 🏥 医療費
- 📅 健康記事
- 📅 日々の記録**
- 📄 ワクチン接種記録
- 📄 お薬手帳
- ★ キャンペーン一覧
- 🔍 PepUpリサーチ
- 📄 Pepポイント
- 📄 アクティビティ
- ⚙️ 設定

### ① 記録する項目を選択

**歩数** 目標: 8000歩

歩

### ② 右のマークをクリック

9/20 0歩

### ③ 記録し確認をクリック！

データ記入

歩数  歩

日付 2021/09/20

時間 00:00

× キャンセル

✓ 確認

## PepUp ログイン

[https://pepup.life/users/sign\\_in](https://pepup.life/users/sign_in)



年間で  
5,000ポイントは貯まる！

## PepUpに関する問合せ先

ログインできない場合は、  
ポーラ・オルビスグループ健康保険組合  
まで、メールでお問い合わせください。

[pogkenpo@po-holdings.co.jp](mailto:pogkenpo@po-holdings.co.jp)



- ・所属会社名
- ・保険証 記号-番号
- ・氏名 (戸籍姓：漢字・カナ)
- ・生年月日 (西暦)

についてご連絡下さい。