

令和6年9月10日

事 業 主 様

名古屋薬業健康保険組合
総務課 052-211-2294
<https://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>

秋の健康ウォーク
健康管理アプリ「PepUp」ウォーキングラリー
のご案内について

日頃は、当健康保険組合の事業運営につきまして、格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、日常生活の健康管理の一環として、標記について、健康管理アプリ「PepUp」のウォーキングラリーを活用し別紙要綱のとおり開催いたします。

近年は、社員の健康を重要な健康資源と捉え、積極的に社員の健康増進に取り組む「健康経営」を実践されている企業様が増えており、健康優良企業であることをアピールできる「健康経営優良法人」の認定を受ける取り組み項目の中には「運動機会の促進」が入っており、標記のウォーキングイベントなどの参加も推奨されております。

また、国が作成しております健康スコアリングレポート（2023 年度版（2022 実績分）の結果（別添参照P3 抜粋）から、当組合では運動習慣リスクについて、平均をやや下回る結果となっており、運動習慣を高めるきっかけにご活用いただければ幸いです。

なお、参加には健康管理アプリ「PepUp」への登録が必要となりますのでお早めにご登録いただきますようご周知をお願いいたします。

運動習慣を高め、後期高齢者支援金の加算・減算制度においても
減算評価を目指しましょう

後期高齢者支援金の加算・減算制度では、特定健診・特定保健指導の実施率をはじめ、いくつかの指標により、最大で10%の加算・減算が行われることになっており、当組合では、後期高齢者支援金を令和6年度予算で約13億円支払っております。

令和6年度からの第4期後期高齢者支援金の加算・減算制度では、特定健診における質問項目の運動習慣事項（質問項目「10」30分以上の運動習慣、「11」歩行又は身体活動、「12」歩行速度）の状況が反映されることとなっております。

みなさまが日頃から運動習慣があると感じられるようなきっかけにいただき、加算・減算制度における減算評価を目指したいと考えております。

健康管理アプリ「PeppUp」
ウォーキングラリー実施要綱

1. 対象者

被保険者並びに被扶養者である配偶者でPeppUpに登録されている方

2. 開催期間

10月1日～10月31日の1か月間

3. 実施方法

「PeppUp」のスマホアプリやfitbit（フィットビット）連携又はGarmin（ガーミン）連携を利用したウォーキングイベント

※手動入力は不可となります。

歩数入力方式	説明
PeppUpのスマホアプリ連携	PeppUpのスマホアプリで iPhone や Android から取得する歩数
Fitbit（フィットビット）連携 Garmin（ガーミン）連携	Fitbit や Garmin のウェアラブル端末から取得する歩数

コンテンツは「ボブの宇宙への旅」

※新時代の健康を求めて宇宙への健康を探す旅をして、称号が変化していくメニューとなります。

PeppUp登録者をご自身でエントリーし個人として参加していただきます。

- 開催期間中（最終日の翌日含む）に毎日アプリを開いてください。
- やむを得ずアプリを開くことができなかった場合は7日間を限度に遡ってカウントすることが可能です。

4. ポイント付与数

開催期間中の平均歩数に応じて付与ポイント数を決定します。

- 5000歩以上 100P
- 8000歩以上 200P
- 10000歩以上 300P

5. ポイント付与の時期

令和6年11月30日に一括付与

※ポイント付与は10月31日（実施期間最終日）現在の有資格者に付与されます。

以上

新ウォーキングラリー開催

pepUp.

Let's all walk in space together

ボブの宇宙への旅

今回のウォーキングラリーは、宇宙でウォーキング！ 宇宙空間での健康とは？

・・・そして、人類は新時代の健康を求めて宇宙への健康を探る旅が始まった。かつて太陽系の先端にあった冥王星プルートを目指すこのプロジェクトは『20**年宇宙の旅』と名付けられた。宇宙での健康調査隊として派遣されることになったボブ。「人類のため宇宙での歩行を楽しんで。いや、しっかり調査してきます！」
・・・頼んだぞ、ボブ！

※現在、冥王星は惑星ではないですが、ストーリーでは最終訪問地点として取り扱っておりますので、ご周知のほどお願いいたします。

©JMDC Inc.

開催期間

10/1 (火) ~ 10/31 (木)

申込期間

9/10 (火) ~ 9/30 (月)

申込方法

Pep Up内ウォーキングラリー参加ページより

※チームの新規作成・参加は申込期間中のみ可能です。申込期間を過ぎると作成・参加とも行えません。

貯めたポイントは電子マネーや欲しい商品と交換できる！

イベント参加で

最大

300 POINT GET!

ポイント



参加にはペップアップへの登録が必要です！

pepUp.

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からご登録後、ウォーキングラリー参加ページへGO

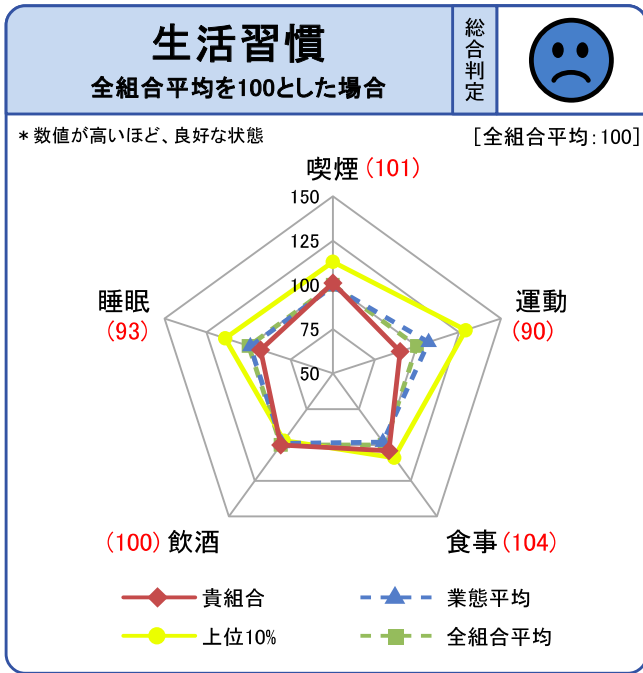
https://pepup.life/users/sign_up








名古屋薬業健康保険組合

貴組合の生活状況（適正な生活習慣を有する者の割合）

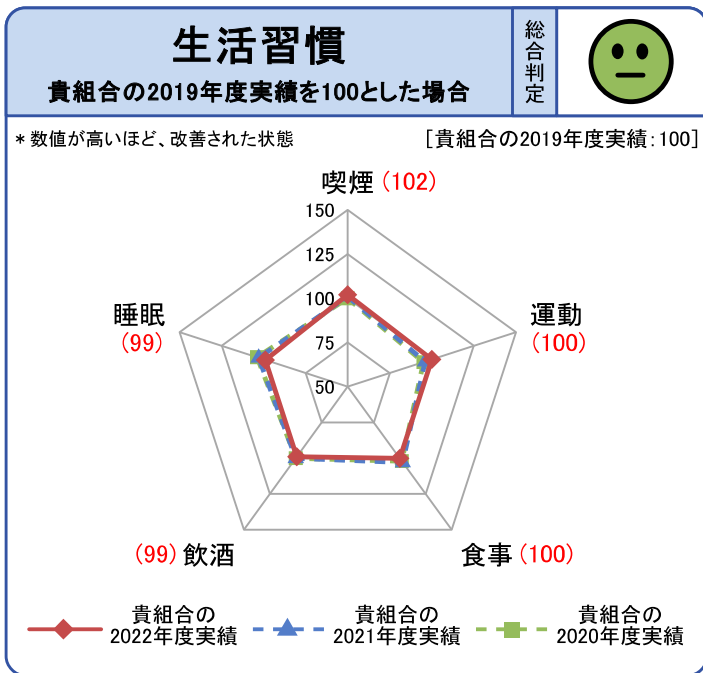
※ 生活習慣データについては、一部任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。



生活習慣の経年変化		2020	2021	2022	ランクUPまで (*1)
喫煙	貴組合	101	101	101	 あと 102人
	業態平均	99	99	99	
	上位10%	112	113	113	
運動	貴組合	91	90	90	 あと 66人
	業態平均	108	107	107	
	上位10%	138	134	129	
食事	貴組合	105	106	104	 あと 99人
	業態平均	99	99	98	
	上位10%	112	109	109	
飲酒	貴組合	101	101	100	 あと 120人
	業態平均	99	99	99	
	上位10%	100	99	97	
睡眠	貴組合	95	94	93	 あと 210人
	業態平均	100	100	99	
	上位10%	114	115	114	

※ 2022年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

※ 上位10%は業態ごとの「総合スコア」上位10%の平均値を表す。ただし、業態内の組合数が20以下の場合は、全組合の「総合スコア」上位10%の平均値を表示。
(*1) “ランクUP”は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安(リスク対象者を減らす人数)を記載。

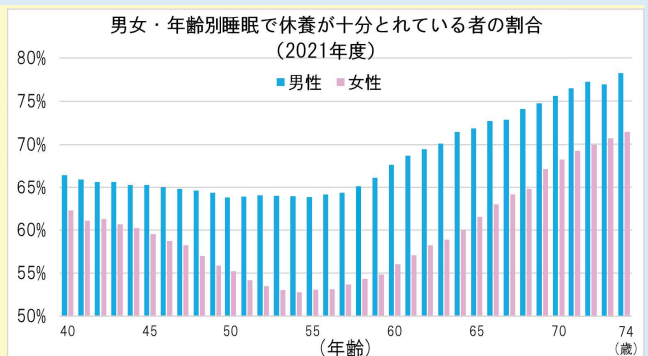


生活習慣の経年変化		2020	2021	2022	
喫煙	貴組合	100	101	102	
運動	貴組合	95	96	100	
食事	貴組合	102	103	100	
飲酒	貴組合	100	100	99	
睡眠	貴組合	104	103	99	

【コラム】生活習慣を見直し、睡眠で休養を十分とりましょう！

特定健診の睡眠に関する質問の結果を男女・年齢別にみると、40代から50代半ばにかけて睡眠で休養が十分とれている者の割合が低下しています。特に女性ではその傾向が顕著に表れており、その低下の程度が大きくなっています。少しでも良い睡眠習慣を身につけられるように、睡眠環境や生活習慣を可能な範囲で見直すように促しましょう。

※睡眠に関する質問票の回答がある被保険者のみを対象に算出
※2022年度報告（2021年度実績）データより算出
※睡眠で休養が十分とれている者の割合…特定健診の睡眠に関する質問「睡眠で休養が十分とれている」に「はい」と回答した者の数/特定健診の睡眠に関する質問に回答した者の数



(注)【本レポートにおけるデータ対象】

- ・医療費：全加入者 / 特定健診（健康状況・生活習慣）：40歳～74歳。
- ・データが存在しない場合、非表示。計算不能の場合「-」を表示、健康状況・生活習慣・医療費は、対象となる加入者数50名未満の場合「×」を表示。

・2023年4月1日以前に合併のあった組合の2022年度分の医療費については、合併前の各組合のデータを合算して表示。

はじめて1年、
実年齢
マイナス4歳に
なりました。



※画面はイメージです。実際の画面とは異なる場合があります。

健康年齢で、カラダ見える、ジブンが変わる

pepUp.

ペップアップ

スマホやウェアラブル端末で
バイタルデータを簡単に記録



歩数や睡眠時間などのバイタルデータや食事や運動の記録を簡単に行えます。デバイス連携すれば自動で歩数なども記録されます。

あなたの健康状態に合った
コンテンツを提供



あなたの健康診断の結果とあわせた健康コンテンツの提供、ウォーキングラリーや健康クイズなどのイベントをご用意しています。

Pep Upを使うほど
ポイントがたまる！



健康づくりへの取り組みで、各社ポイントや電子マネーを始めとした、素敵な商品と交換ができるPepポイントが貯まります。

ご利用は、PC・スマホ（公式アプリまたはWeb）から

同封の登録案内をご確認の上、スマートフォンかパソコンよりご登録ください。

Web版でご利用の方

PCまたはスマートフォンにて「ペップアップ登録」と検索してください。

ペップアップ登録



アプリ版でご利用の方

右のQRコードよりアクセスし、アプリをインストールしてご利用ください。

iPhone

Android



Pep Upでこんなことできたの!?

健康のための機能が盛りだくさん

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。

貯めたポイントで
ほしい商品と交換

健康年齢 &
健診結果確認

健康チャレンジで
ポイントが貯まる

自分にあった
健康記事

ジェネリック
医薬品の確認

日々の記録 &
やることリスト

健保からの
お知らせ

早速

Pep Upに登録しよう!

お届けした初回登録案内通知をご用意ください。通知が見つからない場合は健康保険組合にお問い合わせください。



パソコンまたはスマートフォンからご登録できます。以下のURLへアクセスし、案内にしたがって登録してください。

https://pepup.life/users/sign_up



スマホはコチラ

「初回登録案内通知」を紛失してしまった等、お問い合わせ先はこちら



初回登録案内通知の再発行は、お電話にてご連絡ください。
お問い合わせの際は、必ずご自身の健康保険証をご用意ください。

TEL : 052-211-2326

名古屋薬業健康保険組合

歩いて



たまる

読んで



たまる

健康になると



たまる



ポイントは
好きな商品に交換！



pepUp.



Pep
ポイント たまる！

※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。
※本サービスは株式会社JMDCによる提供・運営です。

ご登録方法

同封のチラシ記載の本人確認用コードと登録方法をご覧ください、スマートフォンまたはPCよりご登録ください。

▼同封チラシサンプル



アプリが
おすすめ！

▼アプリのダウンロードはこちらから

iPhoneの方



Androidの方



Pep Upの詳しい内容は裏面に ▶

Pep Upであなたの健康がわかる、ポイントもたまる。

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ヘルスケアプラットフォームです。健康情報を一つにまとめ、あなたの状態を見える化し、健康活動をサポートします。

しばいぬと自分のペースで歩こう
「ふれんどウォーク」



1日5,000歩以上でしばいぬがシャベルを発売！シャベルでほりほりするとPepポイントがもらえます。

カラダ年齢がわかる
「健康年齢」



健康年齢は健康診断や人間ドックの結果からあなたの健康状態が何歳相当かを表す健康の指標です。



健康づくりでご褒美ポイント
「健康チャレンジ」



ウォーキングや生活習慣の改善行動に取り組みながらポイントもたまるイベントを開催。年間最大0,000ポイント以上たまります。

隙間時間に学んでポイント
「健康記事」



健康記事を読んで評価するとポイントがもらえます。大人気コンテンツ「メタボ川柳」も絶賛連載中！

他にも健康づくりをサポートする機能が充実



- ・健診結果の確認
- ・お薬手帳
- ・ワクチン接種記録
- ・日々の記録
- ・健康レシピなど

初回登録案内通知を紛失してしまった方などご質問等はこちらまで

TEL : 052-211-2326

初回登録案内通知の再発行は、お電話にてご連絡ください。お問い合わせの際は、必ずご自身の健康保険証をご用意ください。

ウォーキングラリー マニュアル (個人戦)



エントリー方法

エントリー期間中に、ウォーキングラリー画面から“参加ボタン”を押してエントリーします。

ウォーキングラリー（ログイン）

①Pep Upホームページから、Pep Upにログインします。



<https://pepup.life/>

※本画面はイメージ図です。

ログイン画面

The login form features the Pep Up logo at the top. Below the logo are two input fields: "Eメールアドレス:" (Email address) and "パスワード:" (Password). The password field has a search icon on the left and a "🔒" icon on the right. Below the password field is a link: "パスワードをお忘れの場合" (If you forgot your password). There is a checkbox with the text "私はロボットではありません" (I am not a robot) and a reCAPTCHA logo. Below this is a blue "ログイン" (Login) button. At the bottom, there is a checkbox for "ログイン状態を保持する" (Keep me logged in) with a note: "※端末を複数人で共有してお使いの場合はチェックを外し、終了時に必ずログアウトしてください" (If you share the device with multiple people, please uncheck this and log out when you are done). There is also a link for "ログインできない場合 (FAQ)" (If you cannot log in (FAQ)).

エントリー方法（ウォーキングラリーページへ）

②ホーム画面の「健保からのお知らせ」またはページ下部のバナーからウォーキングラリーの参加ページへアクセスします。

ホーム画面

※本画面はイメージ図です。



どちらからでも、ウォーキングラリーにエントリーできます。

エントリー方法（概要確認と参加ボタン）

③参加ページにあるキャンペーン詳細を読み[参加する]ボタンをクリックしてください。
個人で参加する人はこれで申込完了です。

エントリー画面

※本画面はイメージ図です。

The screenshot shows the 'Pep Upウォーキングラリー' (Pep Up Walking Rally) entry page. The page is divided into a sidebar on the left and a main content area on the right. The sidebar contains navigation links such as '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', 'レシド検索', 'Pepポイント', '特典', 'お役立ちリンク集', '申請書ダウンロード', '各種申請', '設定', and 'よくある質問'. The main content area features a header with the challenge name and dates, followed by a '開催概要' (Event Overview) section. This section lists the entry period (2022/08/05 00:00 ~ 2022/08/12 23:59), the challenge period (2022/08/05 ~ 2022/09/05), the step goal (10000 steps), and the challenge duration (7 days). At the bottom of the page, a blue button labeled '参加する' (Join) is highlighted with a red box and a yellow arrow.

参加するを押して、エントリー完了です。

エントリー方法（エントリー済確認）

『エントリー済』の画面が出ていることを確認してください。
表示がない場合、“手順②”を確認し[参加する]ボタンを押してください。

ウォーキングラリー参加画面

※本画面はイメージ図です。

Pep Upウォーキングラリー
健康保険組合
開催期間8月6日~9月5日

開催前です

エントリー済

チームでチャレンジ

既存のチームに参加
チームを選択
+ 確認する

新規チームを作成
新規作成

「エントリー済」と表示されて
いればOKです。

毎日の取り組みかた

ウォーキングラリー中の取り組み方について説明します。

Pep Upで毎日歩数を取得&チェックしましょう！

ウォーキングラリーでは、期間中の参加者の歩数を毎日集計しています。

歩数データは、スマートフォンやウェアラブル機器を使って歩数を取得することができますが、それぞれアプリを立ち上げデータを取得する必要があります。歩数のチェックを兼ねて、毎日Pep Upをチェックしましょう！

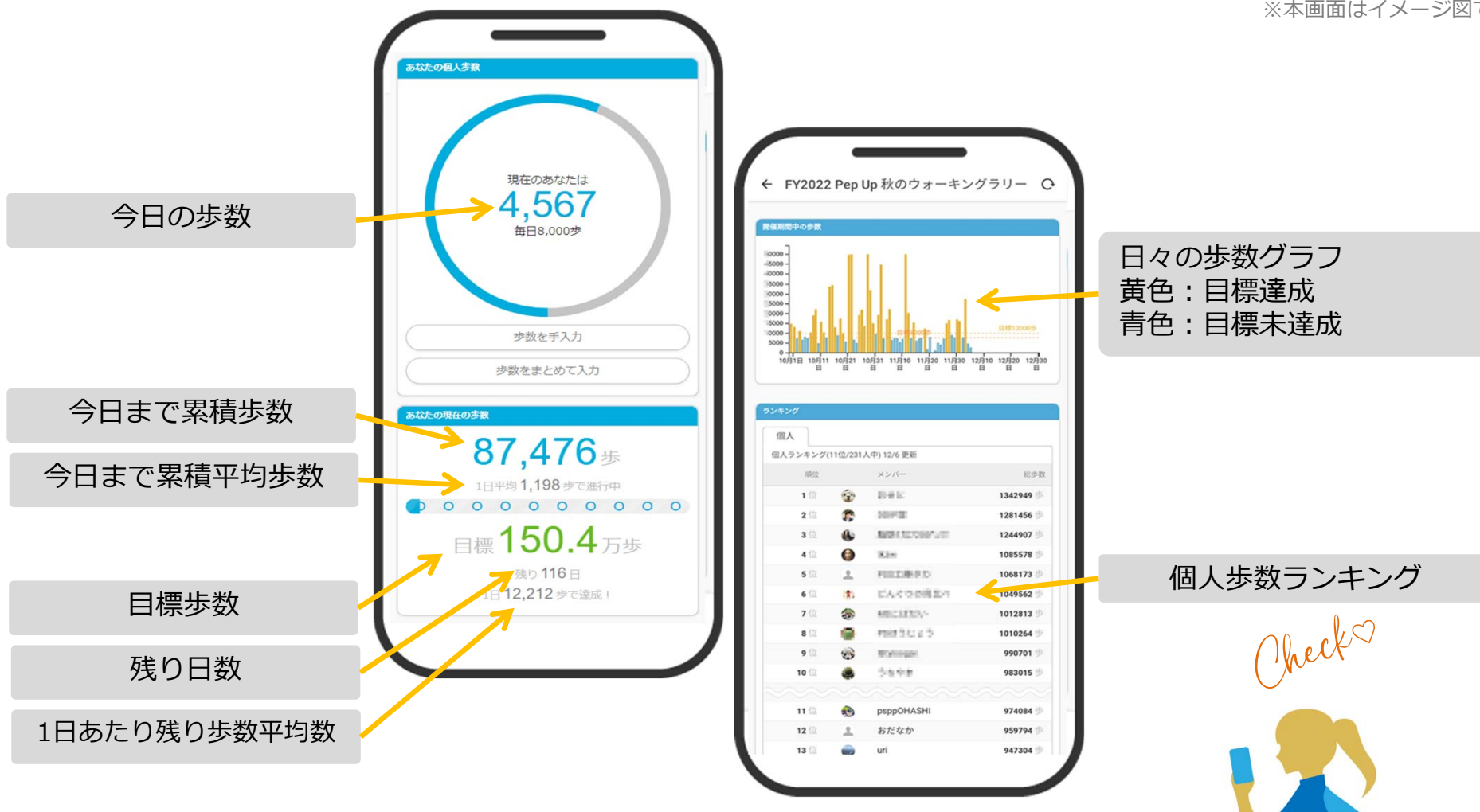
※本画面はイメージ図です。



Pep Upで毎日歩数を取得&チェックしましょう！

歩数データを集計することで、日々の歩数の変化をグラフで見たり参加者とのランキングを確認することができます。運動習慣が身に付かなかつた方や、体調確認としてそれぞれの項目を日々確認して自分なりの目標を持ち、習慣化を目指しましょう！

※本画面はイメージ図です。



歩数の取得

< 3つの歩数データ取得の方法 >

歩数の取得方法を紹介します。歩数の入力には、各OS専用アプリ、Fitbit、Garmin, の3つの方法があります。

歩数の取得（Pep Upアプリをインストール）

- ①下記のURLからPep Upのアプリをダウンロードの上、インストールしてください。
- ②Pep Upアプリで新規登録、もしくはすでにパソコンで登録済でしたらパソコンのメールアドレスとパスワードでログインできます。

Pep Up アプリ

※本画面はイメージ図です。



<https://itunes.apple.com/jp/app/pepup/id1109651121?mt=8>



<https://play.google.com/store/apps/details?id=life.pepup.app&hl=ja>



スマホ本体から歩数を取得

<Pep UpアプリでOS専用アプリから歩数を取得する方法>

Pep Upアプリは、iOS専用アプリ「ヘルスケア」やAndroid専用アプリ「Google Fit」で蓄積されている歩数データを取得することができます

スマホ本体から歩数の取得（iOS「ヘルスケア」と連携）

- ①iOSはいくつか連携の方法がありますので、使いやすい方で連携ください。
- ②iOSホーム>「設定」>「ヘルスケア」>「データアクセスとデバイス」>「PepUp」もしくは、
- ③「ヘルスケア」アプリ> 右上のアイコン>「プライバシー」>「App」>「PepUp」、
- ④連携したい項目をONにします。

※本画面はイメージ図です。



※iOSのバージョンによって異なる場合があります

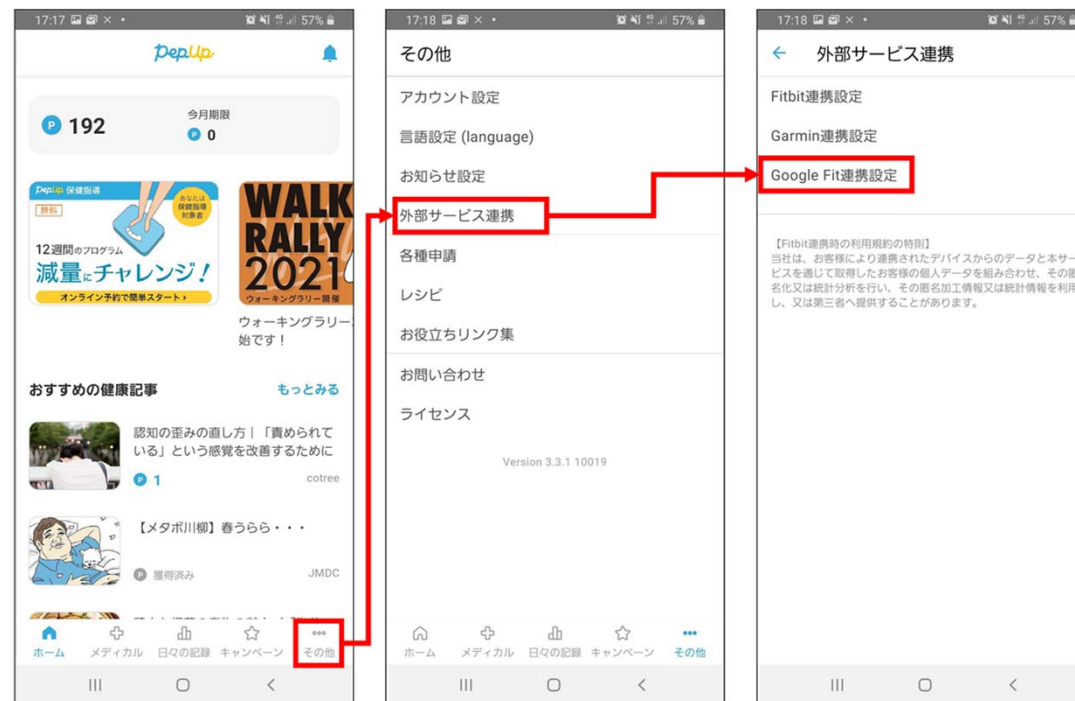
スマホ本体から歩数の取得（Android「Google Fit」と連携）

①連携画面へ移動します。Pep Upアプリ>ホーム>その他>外部サービス連携>

②「Google Fit連携設定」をクリックで連携完了です。

※Google Fitアプリをインストールしていない場合は先にインストール後、ログインして歩数データが入っていることを確認してください。

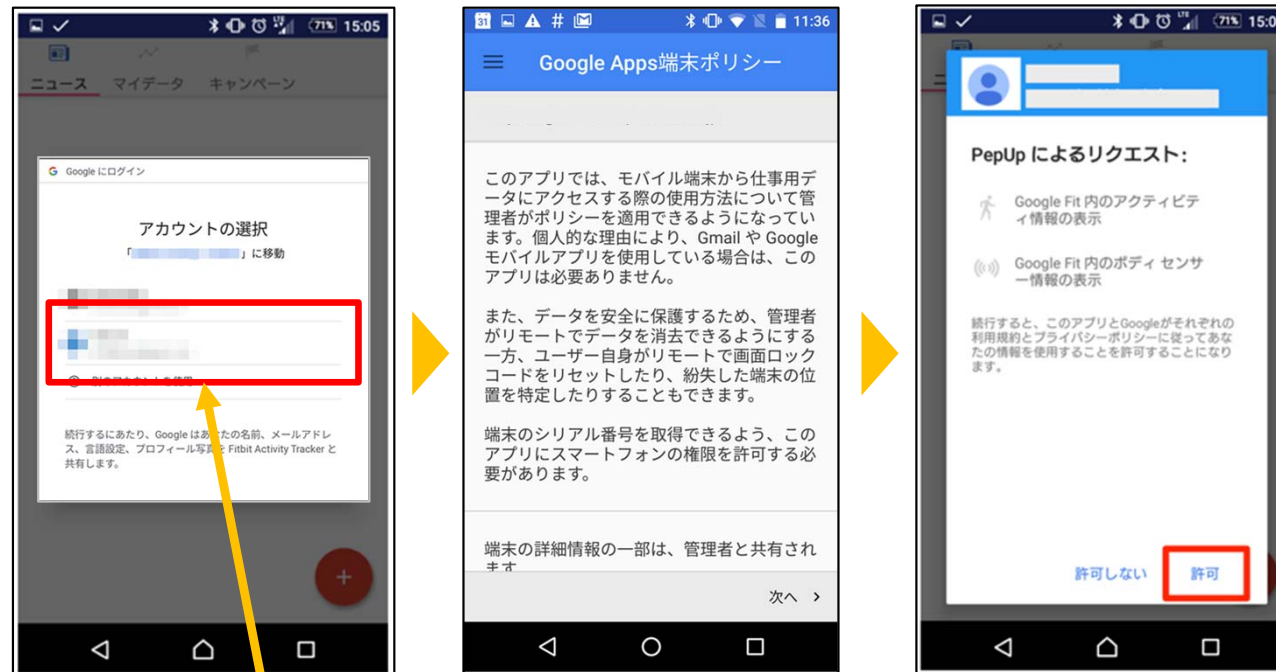
※本画面はイメージ図です。



スマホ本体から歩数の取得（Android：複数アカウントある場合）

- ①アカウントが複数ある場合は、Google Fitで歩数が確認できる連携したいアカウントを選択します。
- ②端末ポリシーを確認して進みます。
- ③Pep Upによる権限リクエストを許可します。

※本画面はイメージ図です。



連携したいアカウントを選択します

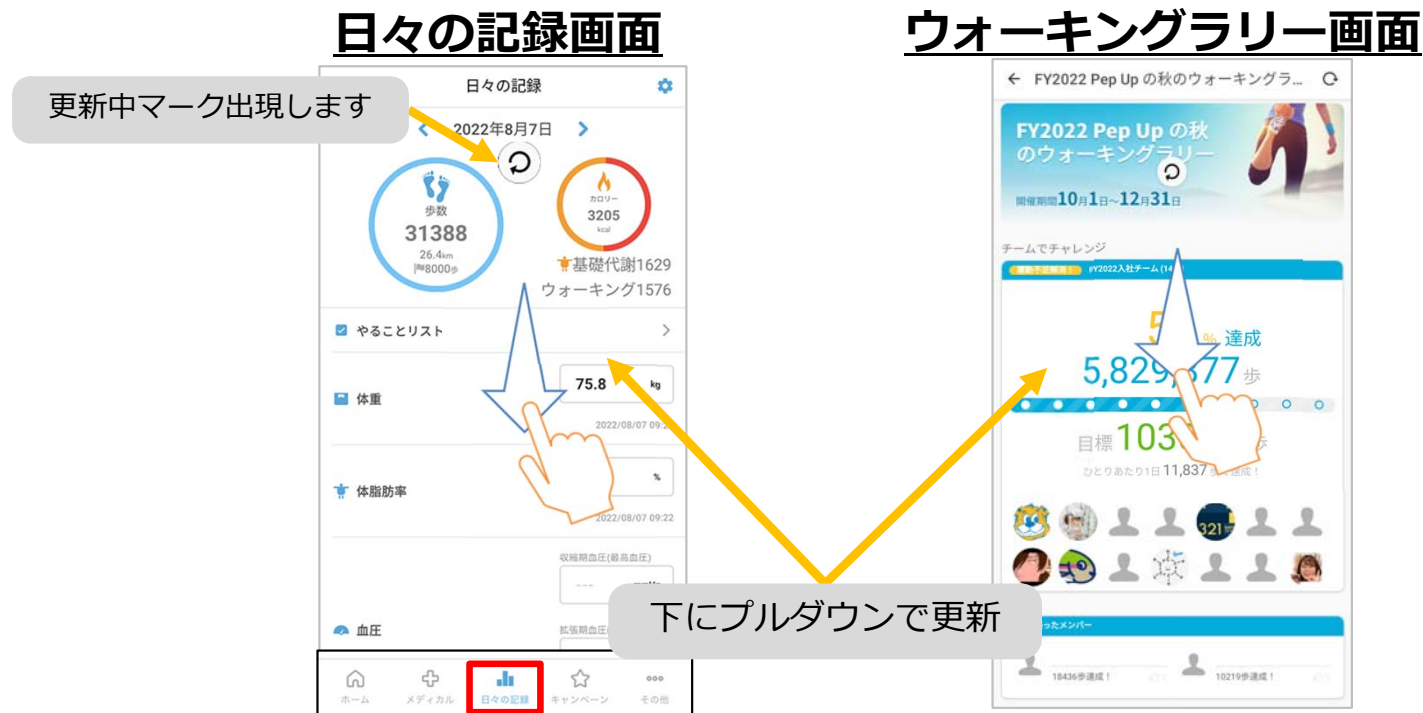
スマホ本体から歩数の取得

「日々の記録」メニュー画面をプルダウンでデータが更新され最新の歩数が表示されます。

注意：

連携後「ヘルスケア」「Google Fit」とPep Upアプリを開いて都度データを同期する必要があります。

※本画面はイメージ図です。



※ウォーキングラリーの集計対象歩数について

ウォーキングラリーの集計歩数は14時から集計は行われ順次表示されます。
AM11時までに入力されている歩数を集計対象としています。

Fitbitから歩数を取得

<Fitbitから取得する方法>

FitbitとPep Upを連携させると、アプリを起動することでFitbitに蓄積された歩数を取得することができます

Fitbitから歩数取得（準備～同期ながれ）

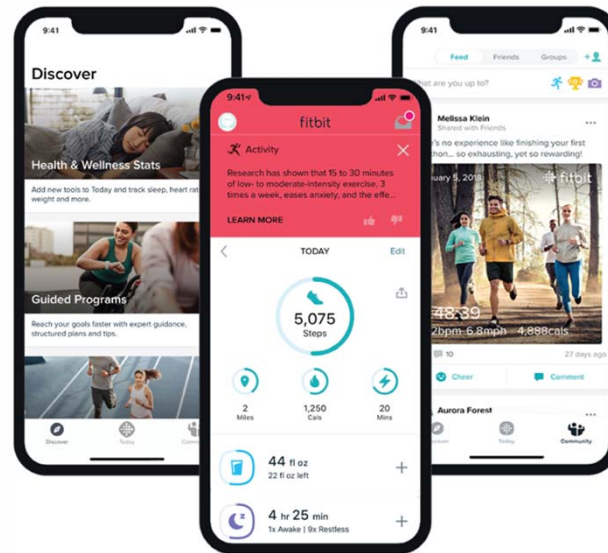
FitbitのアプリをインストールしてFitbitのアカウントを作成します。

※Pep Upと同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。

対象者:Fitbitで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

※本画面はイメージ図です。

fitbit



1.それぞれのスマートフォンのストアより、Fitbitアプリをインストールします

2.アプリがインストールされたら、アプリを開いて Join Fitbit ボタンをタップします

3.ここで Fitbit アカウントを作成し、デバイスを携帯端末に接続（ペアリング）します

4.ペアリングをすることにより、デバイスと携帯端末が互いに通信（データの同期）できるようになります。

※Fitbit アプリとFitbitの連携に関するお問い合わせはFitbitサポートにお問い合わせください。

Fitbitから歩数取得（PC上でFitbitとの連携方法）

Pep Upにログイン後、「ウォーキングラリー画面」「日々の記録」画面から Fitbit連携を行えます。 ※Pep Upアプリからは次ページ参照

ウォーキングラリー画面



1. 「Fitbitと連携」を押します

日々の記録画面



1 「日々の記録」> 「デバイス連携」
fitbitの「連携する」を押します



2. Fitbitアカウント
を入力します(※Pep
アカウントではあり
ません)

※ログイン画面の表
示に数分かかること
があります



3.同期する項目を選
択し[許可]を押しま
す
※歩数同期には「ア
クティビティおよび
エクササイズ」「プ
ロフィール」が必須
です

※本画面はイメージ図です。



4. 「Fitbitの連携が
成功しました!」で完
了です

Fitbitから歩数取得（アプリでFitbitとの連携方法）

Pep UpアプリからFitbitを連携させる場合

①ホーム画面＞ その他＞ 外部サービス連携＞ Fitbit連携設定に移動します。

②Fitbitサインインからログインし、連携を許可で完了です。

※本画面はイメージ図です。



1. Pep Upにログインし、アプリ「その他」のアイコンをタップします

2. その他のメニューが表示されたら[外部サービス連携]> [Fitbit連携設定]をタップします

3. Fitbitのログイン画面が出たらFitbitアカウントを入力します。（※Pep Upアカウントではありません）

4. 同期したい項目を選択し、[許可]をタップします。歩数同期には「アクティビティおよびエクササイズ」と「プロフィール」は必須です。

5. 「Fitbitの連携が成功しました!」と表示されます

■ ステップ5の連携成功画面を更新すると「デバイス連携が失敗した」と表示されることがあります。更新しないようにしてください。歩数連携されていれば問題ありません。

■ FitbitとPep Upの連携解除をしたい場合 パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

Fitbitから歩数取得（実際の同期方法）

Fitbitアプリを起動し歩数データをPep Upに取り込みます。

※FitbitアプリとPep Upをすぐに同期させたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザから「日々の記録」>「設定」>「デバイス連携」Fitbitの「同期」を押します。

注意：

※本画面はイメージ図です。

Fitbit本体からPep Upアプリへは自動同期はしません。

機器連携は1度登録すれば保持されますが、データの取り込みは都度Fitbitアプリを起動しFitbit本体の歩数を取り込んだ上で、Pep Upと同期する必要があります。

Fitbit本体



Fitbit本体→アプリへ取込



1. Fitbitアプリを起動すると、Fitbit本体に蓄積されたデータがFitbitアプリに自動取込されます。

Fitbitアプリ→Pep Up取込



2. Fitbitアプリにデータが取り込まれると約1時間ほどでPep Upにもデータが同期されます

Garminから歩数を取得

<Garminから取得する方法>

GarminとPep Upを連携させると、アプリを起動することでGarminに蓄積された歩数を取得することができます

Garminから歩数取得（準備～同期ながれ）

アプリ「Garmin Connect」をインストールしアカウント作成します

※GarminアカウントとPep Upアカウントは同じメールアドレスとパスワードでなくても構いません。

対象者:Garminで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

※本画面はイメージ図です。

GARMIN



1.それぞれのスマートフォンのストアより、Garminアプリ「Garmin Connect」をインストールします。

2.アプリがインストールされたら、アプリを開いてアカウントを作成し、Bluetooth接続でデバイスと携帯端末を接続（ペアリング）します。

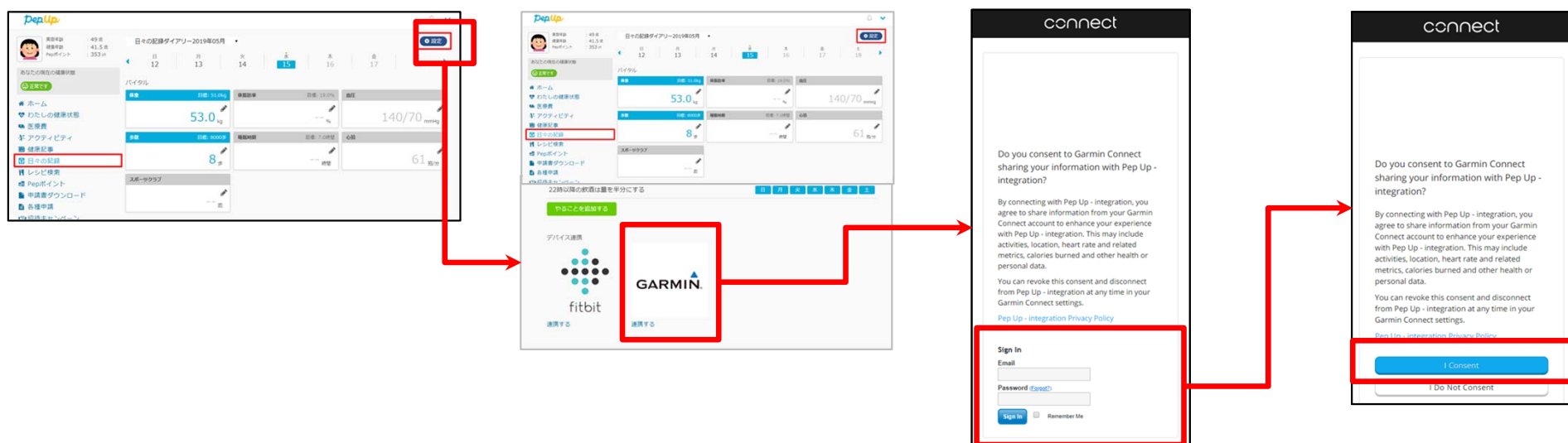
3.ペアリングをすることにより、デバイスと携帯端末が互いに通信（データの同期）できるようになります。

※GarminアプリとGarminの連携に関するお問い合わせはGarminサポートにお問い合わせください

Garminから歩数取得（PC上でGarminとの連携方法）

- ①Pep Upにログイン後、Garmin連携を行います
- ②「ホーム」>「日々の記録」>Garmin「連携する」に入ります
- ③GarminConnectアカウントにて連携し許可をすれば完了です
（※Pep Upアプリからの連携は次ページ参照）

※本画面はイメージ図です。



1. PepUpにログインし、「ホーム」>「日々の記録」>「設定」ボタンを押します

2. 画面一番下のGarminアイコン下の「連携する」を押します

3. Garmin Connectアカウントを入力します

4. PepUPとのデータ連携を許可して完了です。

■ GarminとPepUpの連携解除をしたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

Garminから歩数取得（アプリでGarminとの連携方法）

- ①Pep Upアプリにログイン後、Garmin連携を行います。
- ②「ホーム」>「外部サービス連携」>「Garmin連携設定」に入ります
- ③GarminConnectアカウントにて連携し許可をすれば完了です

※本画面はイメージ図です。



1. PepUpアプリにログインし、右上のアイコンをタップします

2. その他のメニューが表示されたら[Garmin連携設定]をタップします

3. Garmin Connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力します

4. PepUPとのデータ連携を許可します

■ GarminとPep Upの連携解除をしたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

Garminから歩数取得（実際の同期方法）

Garminアプリを起動し歩数データをPep Upに取り込みます。

注意：

Fitbit本体からPep Upは自動同期はしません。

機器連携は1度登録すれば保持されますが、データ取込みは都度Garminアプリに都度Garmin本体の歩数を取り込んだ上で、Pep Upと同期する必要があります。

※本画面はイメージ図です。

Garmin本体



Garmin本体→アプリへ取込



Garminアプリ→Pep Up取込



1. Garmin Connectアプリを起動し、ウェアラブル端末と同期し、歩数を取り込みます。

2. Garmin Connectアプリで同期すると、Pep Upに反映します。反映に時間がかかる場合もあります。

よくある質問

日付に関して

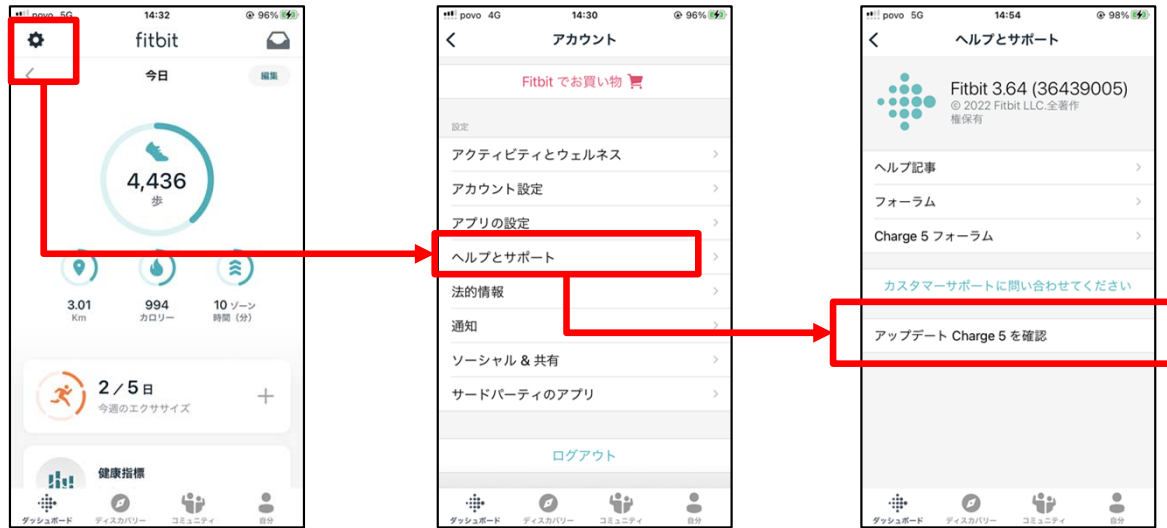
項目	説明
エントリー期間 (開始日・終了日)	ウォーキングラリーへ参加登録ができる受付期間です。
ウォーキングラリー期間 (開始日・終了日)	ウォーキングラリーの開催期間です。 この期間中の歩数が採用されます。
歩数入力締切日	ウォーキングラリー終了後、歩数入力締切日が設定されています。この日までにデータ入力が完了しているか確認ください。

その他

項目	説明
ウォーキングラリー開催中に参加者が資格喪失したらどうなるか？	資格喪失後3か月間は、通常と同じくウォーキングラリーに参加できます。その後、ホーム画面よりウォーキングラリーのバナー&健保からのお知らせなどが非表示となります。
資格喪失者へのポイント付与はどうなるか？	ポイント付与は実施期間最終日現在の有資格者に付与されます。

お問合せ先

Fitbitに関するお問い合わせ Fitbit アプリ内、もしくは下記URLからFitbitのカスタマーサポートにお問い合わせください。
[サポートに連絡] <https://myhelp.fitbit.com/s/support?language=ja>



Pep Upに関するお問い合わせ 「よくある質問」を読んでも解決しない場合は、
Pep Up ログイン後の左メニュー「よくある質問」よりお問い合わせください。



ログインできない場合は、Pep Upトップページ下部よりお問い合わせください。

[Pep Up お問い合わせフォーム] <https://pepup.life/inquiry>



pepUp.