

健チャレ ウォーク

開催



期間:10月1日~11月30日

東海道五十三次
挑戦

新着

<対象者>
昨年の参加者で、
平均歩数8,000歩/日未満の方

昨年の平均歩数より+1,000歩以上で

昨年は5,000歩だけど
今年は6,000歩も歩けた！



400ポイント
進呈

※400ptと800ptの両方は付与いたしません。

8,000歩が
難しい方も

エントリー期間

9月1日~11月29日

最大1,500ポイント



1日平均歩数
8,000歩以上
800pt



チーム参加
(2名以上)
200pt



事業所参加率
50%以上
500pt

参加（エントリー）方法

1



PepUp ホーム画面上の
健保からのお知らせ
または バナーを押下

2



「参加する」を押下
個人参加の方はこれでエントリー完了
※チーム参加の方は、裏面をご覧ください

重要!

エントリーやチームへの参加は、できるだけ健チャレウォークが始まる9月中に行ってください。
10月1日以降の健チャレウォークが始まると、チームから抜けたり、他のチームに移ったりと
変更することができなくなります。（チームに参加していない方が、チームに入ることは可能です）

チームの設定方法

1

チーム作成

「新規作成ボタン」を押下し、チームを作成。



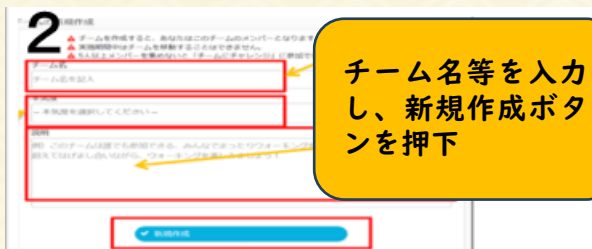
新規作成
ボタン

2

各種設定

チーム名、本気度、公開・非公開設定を入力。
「公開」にすると、誰でもチームに参加可能！
一度設定すると変更できないので要注意！

※非公開にすると、チーム選択欄に表示されないため
知らない方がチームに入ることを防げます。
本気度の欄に「特定メンバーのみ」を選択してください。



チーム名等を入力
し、新規作成ボタ
ンを押下

3

URL共有

チームを作成したら下にURLが作成されます。
URLを共有することでチームへの招待が可能。



ここに表示されるURLをチーム招待者に伝える

歩数の入力方法

①手入力

②連携入力

- ・FitbitやGarminと連携
- ・「ヘルスケア」と連携 (iPhone)
- ・「ヘルスコネクト」と連携 (Android)

連携方法
はこちら！



歩数連携には、PepUpのアプリが必要！

Androidユーザーのみ皆さまへ

「Google Fit」と「PepUp」の直接連携は終了しました



これからは「ヘルスコネクト」の設定が必要となります

PepUp登録コード発行者で、
健チャレウォークの
エントリーを完了していること

健チャレウォーク期間
(10-11月の2ヵ月間)に
健保加入者であること

平均歩数3,000歩/日
以上であること

参加者の定義
(次の全てを満たす者)

新企画

健チャレウォークにまつわる

1枚の写真 と コメント を募集！



みんなで
盛り上げよう！

・ウォーキングコース
・お散歩のとおき
などの写真



コメント欄に
「#健チャレ」で投稿してください☆



※投稿いただいた写真やコメントはPepUpやイントラで参加者に発信します♪

投稿はこちら