

春のウォーキング ～筋活ウォーク～ 実施要項

項目	内容
対象者	Pep Up登録者全員 ※2026年3月1日までの健保組合加入者
申込期間	2026年4月20日 ～ 5月21日（開始日の6日後まで申込可）
実施期間	2026年5月15日 ～ 6月13日（入力締切：6月20日）
内容	①申込期間内に「参加する」をクリック ②実施期間内の毎日の歩数をPep Upに記録する ※歩数アプリと連携されている場合、 Pep Up アプリを開くと歩数が記録されます。 毎日記録ができてるか確認 してください。
達成条件とポイント	▶ 期間内の平均歩数ごとにポイント付与（3段階付与） 6000歩台 ： 600ポイント 7000歩台 ： 700ポイント 8000歩以上：1000ポイント ▶ ポイントは6月末～7月上旬に付与予定
注意点	▶ 「参加する」を押下しエントリーを行う ▶ 上限 2万歩 ▶ さかのぼり入力 7日 ▶ 歩数は正確に入力してください
その他	▶ 身体的事情で歩けない方はPep Upログイン後、春のウォーキングイベントのお知らせ欄から「春のやることチャレンジ」を申し込みください。