「あなたの手もとに健康のチカラを」

フロレン サポートブック



クボタ健康保険組合 2022年10月初版・2025年6月改訂





INDEX

<u>1. 健康アプリ「PepUp」について</u>

- ・PepUp(ペップアップ)とは
- ・誰が利用できるの?
- ・どうやって利用するの?
- ・PepUpの登録方法

<u>2.「PepUp」でできること</u>

- ・メニューの一覧
- ・主な画面と各機能について

<u>3. 各種イベントとPepポイントについて</u>

・健康イベントについて ・ポイントの利用方法について

<u>4. 個人情報の取り扱いについて</u> <u>P.33</u>

5. FAQ

P.34

P.4

P.23

P.29

1. 健康アプリ「PepUp」について

PepUp(ペップアップ)とは??

PepUp(ペップアップ)とは、ご自身で健康管理を行うための支援ツールです。 健康づくり活動の新たな「プラットフォーム」として、皆さんのお手元に健康情報を「見える化」 し、年間を通じたイベントとインセンティブで行動変容をサポートすることが目的です。まずは、 「PepUp」の利用を毎日の習慣にして、自然と健康意識を高めていきましょう。



誰が利用できるの??

クボタ健康保険組合の被保険者(従業員ご本人)がご利用いただけます。ご入社などにより、新たにクボタ健康保険組合にご加入された方につきましては、翌月25日からご登録可能です。 被扶養者(ご家族の方)は、現在利用できません。



どうやって利用するの??

個人スマホからご利用できます。また、個人PCやスマホのWEBサイトからもご利用できます。 利用開始するに右記サイト 【<u>MY KENPO</u>】 にアクセスして下さい。

	会社スマホ	会社パソコン	個人スマホ	備考
スマホ アプリ版	不可	入不可	利用可能	Fitbit等のウェアラブル端末から歩数データの更 新が可能。更新から1時間程で反映。最大30日間 まで遡ってデータ連携可能ですが基本的に毎日更 新されているかチェックして下さい。
Web ブラウザ版	閲覧可能	閲覧可能	利用可能	ウェアラブル端末へのデータ連携不可 × 歩数の入力は手入力に限定

どうやって利用するの??

現在の利用環境は下記のとおりです。(2024年12月1日 時点) ※最新情報は「<u>よくある質問</u>」をご確認ください

	Android	iOS
	Android 9.0以上	iOS16 以上 かつ iPhone 8 以上
スマホから	タブレットでは、サポート対象外。	歩数、体重の自動計測を有効にするには、 ヘルスケアアプリのアクセスへの同意が必要。
アプリ	ガラケーはサポート対象外。	iPadでは、サポート対象外。
	Get IT ON Google Play	Download on the App Store
Inter		
スマホから	Android	
ブラウザ版	Android 9.0以上	iOS16以上かつ iPhone 8以上
	Google Chrome 最新版	標準搭載のSafari
パソコンから	Windows	Mac
ブラウザ版	Windows 10 以上	Mac OS 10.15 以上
	Google Chrome 最新版、 Microsoft Edge 最新版 (Internet Explorer モードについては 2022年7月1日以降非対応)	Google Chrome 最新版

ー旦パソコンやスマートフォンのWEBで登録を行った後で、アプリをダウンロードして、アプリとWEBの両方で利用することも可能です。

アプリを利用すると、「iOSヘルスケア」 や「Google Fit」 とも連携できて便利です。 「PepUp」アプリにログイン後、出てくるポップアップ通知でデータ連携を許可してください。

PepUp(ペップアップ)登録の流れ





クボタ健康保険組合ホームページの MY KENPOにログインし、本人確認用コード を確認後、アカウント作成

Google等で検索の	マ QRコードを読込み もしくは URLをクリック
【1】 "クボタ健保" と検索	
【2】 ホームページにアクセス	<u>https://kb.kenpo.gr.</u> jp/seqku/login.asp
【3】 MY KENPOにアクセス	



アプリインストール後、ログイン

詳細は次ページをご参照ください







ご確認いただく必要があります。













	<section-header></section-header>
Fitbit	手順1:まずは、「Apple Watch」と「ヘルスケア」を連携
Garmin	 iPhoneとAppleWatchをペアリング AppleWatchを手首に巻きiPhoneの近くで電源を入れる 電源を入れてしばらく待つとペアリング画面が表示される 「続ける」をタップしてペアリングを開始する
Apple Watch	 ▲ Apple公式 マニュアル ● ① ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
その他 端末	公式マニュアル 公式マニュアル O 公式マニュアル
	 AppleWatchとヘルスケアを連携 ヘルスケアからプロフィールを開く デバイス」をタップし、AppleWatchを選択する 設定の「プライバシー」を開き「フィットネス・ トラッキング」をONにする

Fitbit

手順2:iOSの場合:iOSヘルスケアアプリと連携します。 連携したい項目をONにします。

ソース	< PepUp	
すべて	オフにする	
"Pepl	Jp"からのデータ	>
"PEPU	P"に読み出しを許可	
۲	安静時心拍数	
~ ~	血糖值	
۲	最高血圧	
۲	最低血圧	
۲	心拍数	
—	睡眠	
^-	体温	
Ť	体脂肪率	
Ť	体重	

■ 連携画面の出し方

・歯車の「設定」アイコン >
 「ヘルスケア」>
 「データアクセスとデバイス」>
 「PepUp」

 「ヘルスケア」>
 右上のアイコンをタップ > 「プライ バシー」項目の「App」>「PepUp」

※ iOSのバージョンによって 異なる場合があります











2. 「PepUp」でできること

「PepUp」では様々なコンテンツがあります。パソコンからアクセスする方は、ブックマークに登録する等して、すぐにアクセスできるようにすることをお勧めします。クボタ健康保険組合からお知らせや、健康記事が配信されると、登録しているメールアドレスに通知が届きます。

メニューの一覧

Ω

メニュー	内容	WEB画面	スマホアプリ
合 ホーム	各メニューへのリンク先やクボタ健康保険組合か らのお知らせ、おすすめの健康記事が掲載され ます。	ホーム画面	ホーム画面 ホーム
、 健康状態	過去5ヶ年分の健康診断結果を確認することが できます。また、健診結果に応じた「健康年齢」が 表示されます。	メニュー ≻ (わたしの) 健康状態	メディカル ≻ 健康状態
健康記事	健康診断結果に応じたおすすめの健康記事が掲 載されます。	メニュー ≻ 健康記事	ホーム画面▶健康記事 ホーム
日々の記録	体重や体脂肪、血圧、体温などが記録できます。 スマートフォンのアプリ「Googlefit」「IOSヘル スケア」、また「Fitbit」・「Apple Watch」とも 連携可能です。	メニュー ≻ 日々の記録	日々の記録 ・ 日々の記録
キャンペーン 一覧	PepUp主催のウォーキングラリー「PepWalk」 や、クボタ健康保険組合主催の健康イベントなど にアクセスできます。	メニュー > キャンペーン 一覧	参加する 参加する
Pepポイント	各種健康イベントに参加することで、電子マネー や約200種類の商品と交換できるポイントが貰 えます。ポイント数の確認やポイント交換もこの メニューから可能です。	メニュー ≻ PepUp ポイント	ホーム画面 ホーム
ページ 最下部	ランニングイベントやゴルフ場、ヨガスタジオなど がお得に利用できるご案内です。	メニュー ▶ アクティビティ	_
禁 設定	プロフィール画像やニックネームなどを登録でき ます。ニックネームはPepUp内で行う健保主催 のウォーキングラリーにおいて、チーム戦に参加 した際に公開されるものです。	メニュー ≻ その他	その他 ●●●● その他
? よくある質問	PepUpの使い方で分からないことがあればこ ちらか、巻末のFAQをご確認ください。	メニュー ≻ その他	ヘルプ・各種手続き ••• その他

「よくある質問」の中で、「医療費明細」の項目がありますが、現在、クボタ健康保険組合では医療費明細の 機能を利用しておりません。クボタ健康保険組合ホームページの【MY KENPO】からご確認ください。

主な画面と各機能について

ネ ホーム

クボタ健康保険組合からのお知らせなどを表示しています。 各メニューへのリンク先があります。





A

過去5ヶ年分の「<mark>健診結果</mark>」と「<mark>健康年齢</mark>」が表示されます。肥満度・血圧・血糖・脂質 ・腎臓・肝臓の6つの項目の過去の数値の推移をグラフ化し、最新の健診結果 から判定をします。各項目の「詳しく」をクリックすると詳細が表示されます。

スマホ アプリ	パソコン Web画面				
お薬手帳 健康状態 ワクチン 健康年齢Q 健康年齢	ばによ 健康年齢 : 30.9 歳 Pepポイント : 62 pt	わたしの健康状態 健康年齢 ●		2022年2月22日の	D健診結果 ▼
健康学校日の年期より 30.9歳 + 2.9歳 健康年齢准移	あなたの現在の健康状態 ○ 肥減 ○ 価質 ○ 冊重 ※ ホーム ※ わたしの健康状態 ■ 健康 記事 ⑦ 日々 記録 ◆ 私の健康状態を選	あなたの健康年齢 30.9歳 健診受診日の年齢より + 2.9歳 訳択	健康年齡推移 38 4 34 - 30 - 28 - 24 - 22 - 18 - 2022	同世代の健康年齢分布 60 50 50 50 50 50 50 50 50 50 5	
メディカルを押し	★+ャンハーン-頁 て ^{pポイント} 選択 _官	2022年2月の健康診断結果	生活習慣の見直し;	が必要です	e.
☆ ********************************	❷ よくある質問	了 血王	正常值(基準 _{詳しく} -	範囲)	

・健診結果は、事業主(会社)からクボタ健康保険組合に届き次第、随時アップロードしていきます。

・「特殊健康診断/海外出向前健診」の結果はこちらに反映されません。

- ・ご自身のお手元にある健診結果と数値が異なっている場合は、クボタ健康保険組合までお知らせ下さい。
- ・健康年齢については、判定に必要な項目に欠損がある場合、表示ができません。

健康診断の結果について

■データの反映

過去の健診結果は、アプリ登録後【約2カ月後】に反映されます。 最新の健診結果は【約6カ月後】に反映されます。

理由

<u>アプリ登録者(利用規約に同意した方)に限定</u>して、健診 データをJMDCに共有するため、反映に時間が掛かります。

■検査結果の推移

最大 5 回分の健診結果の推移をグラフで確認できます。 結果に合わせて生活習慣に対するアドバイスを表示します。

■健診結果の判定基準

A~Dの判定は、「日本人間ドック学会」の基準に基づいております。 クボタの判定基準と異なりますので、ご注意ください。

わたしの健康状態				2022年2月22日の	2健診結果 ▼
健康年龄❷					
あなたの健康年齢	健康年齢推移		同世代の健康年	診分布	
30.9歳 ^{御愛愛日の年暮より} + 2.9歳	33 - 45 34		60 - # 55 - 45 44 35 20 - 25 - -20 - 25 -	8000	<u>s</u> 5 -60 -65 -70 71-
2022年2月の健康診断結果 肥満度	生活習慣の	見直しが。 ^{詳しく•}	必要です		₿.
C 血圧	正常値	(基準範囲 ^{罪しく} ▼	1)		.
血糖	正常値	(基準範囲 ^{罪しく} ▼	∄)		
台脂質	生活習慣の	見直しがが ^{罪しく}	必要です		⊖.
の腎臓	正常値	(基準範囲 ^{詳しく} *	≞)		

判定基準		異常なし	軽度異常	要経過観察	要医療	
		A 😀	в 글	с 🕄	D 🔛	
BMI kg/	m	18.5-24.9		18.4以下、25.0以上		
腹囲	男性	84.9以下		85.0以上		
CM	女性	89.9以下		90.0以上		
血圧	収縮期	129以下	130-139	140-159	160以上	
mmHg	拡張期	84以下	85-89	90-99	100以上	
	空腹時 mg/dl		1) 空腹時:100-109月	1)空腹時:110-125 2)HbA1c:6.0-6.4		
血糖	HbA1c %	空腹時:99以下 且つ HbA1c:5.5以下	2)空腹時:99以下且つ HbA1c:5.6-5.9 1)・2)いずれかのもの	 3) 空腹時:126以上 且 つHbA1c:6.4以下 4) 空腹時:125以下 且 つHbA1c:6.5以上 1)~4)いずれかのもの 	空腹時:126以上かつ HbA1c:6.5以上	
	尿糖	-	±以上			
	中性脂肪 mg/dl	30-149	150-299	300-499	29以下、500以上	
脂質	HDL mg/dl	40以上		35-39	34以下	
	LDL mg/dl	60-119	120-139	140-179	59以下、180以上	
	AST(GOT) U/L	30以下	31-35	36-50	51以上	
肝機能	ALT(GPT) U/L	30以下	31-40	41-50	51以上	
	γ-GTP U/L	50以下	51-80	81-100	101以上	
腎機能	eGFR (ml/分/1.73㎡による)	60以上		45.0-59.9	44.9以下	
	尿蛋白	-	±	+	2+以上	
尿酸 mg/dL		2.1-7.0	7.1-7.9	2.0以下、8.0-8.9	9.0以上	

健康年齢について

■算出方法

健康年齢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 のカラダは何歳相当なのかを統計的に判定します。



(株)JMDCが保有する18~74歳の匿名化済みの160万 人分の健診データおよびレセプトデータより、算出。 詳細:https://kenko-nenrei.jp/

12項目について:

BMI·収縮期血圧・拡張期血圧・中性脂肪・HDL・LDL・AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GT (y-GTP)・血糖(HbA1cあるいは空腹時血糖)・尿糖・尿蛋白

健康記事について

健康診断の結果に応じて、表示される健康記事が変わります。





pepup.



「体温・体重・体脂肪率・血圧・歩数・睡眠時間・心拍・腹囲」が登録できます。スマホアプ リ(IOSヘルスケア・Googlefit)からの連携や、ウェアラブル(ftibit・Garmin)から の連携も可能です。また、「朝食を食べる」「階段を使う」などの"やること"を登録して、 毎日できたかどうかの評価をすることで生活習慣の改善に繋げることが出来ます。



「日々の記録」を手入力するには?

スマホ アプリ	パソコン Web画面
日々の記録 🔅	
< 2022年10月6日	ニックネームを入力しましょ う! 健康年齢 日々の記録ダイアリー2022年10月 ◆ ☆ ☆ 健康年齢 : 35.7 歳 Pepポイント 日 月 火 水 木 金 土 あなたの現在の健康状態 バイクリー バイクリー バイクリー バイクリー バイクリー ビー 日
歩数 3146 2.1km №8000步	
 やることリスト 	 ✓ ワワテン接催記録 ✓ お葉手帳 ★ キャンペーン一覧 <u>心迫</u> <u>应回</u> <u>血磁</u> <u>」</u> <u>」 </u> <u>」 <u>」</u> <u>」 </u> <u>」 <u>」 </u> <u> </u> <u> </u></u></u>
■ 体重 2022/06/01 00:00	 ● 特典
	食、運動、飲酒、喫煙、睡眠、歯磨きなどの習慣を身につけるた 「やること」を設定して健康的な生活習慣を身によう。 やることを追加する
: 収縮期血圧 (最高血圧)	・
☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	● 手入力したい項目を選択 2 各項目の鉛筆マーク「♪」 を押すと、入力可能です

やることリストを使うには?

「朝食を食べる」「階段を使う」などの毎日のちょっとした「やること」を決めて、できたかどうかを 評価することで、生活習慣の改善についてながります。「やること」は食事・運動だけではなく、**睡眠** や歯磨き、禁煙などのカテゴリーも用意されていますので、「やること」リストを追加してチャレンジ してみましょう。

<u>「やることリスト」を登録しましょう!</u>

スマホ アプリ	パソコン Web画面
日々の記録 🏠	
< 2022年10月6日	ニックネームを入力しましよ う! 健康年齢 日々の記録ダイアリー2022年10月 ✓ ◆ 設定 ごり 健康年齢 : 35.7 法 Pepボイント 日 月 火 水 木 金 土 あなたの現在の健康状態 3 4 5 6 7 8
歩数 3146 2.1km ■8000歩 中国エトリスト	(・) バイタル (金) (公) (公) (公) (公) (公) ((C) (
■ 体重	 ★ キャンペーシー覧 ・血 ・血 ・血
2022/06/01 00:00 % で 応期血圧(最高血圧)	やることリスト 全、運動、飲酒、喫煙、睡眠、歯磨きなどの習慣を身につけるための「やること」を設定して健康的な生活習慣を身につけ よう。
☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	「やること」ができた場合… ① 図を入れていく。
日 月 火 水 木 金 土 2 3 4 5 6 7 8	②☑を入れると文字色が薄くなり 取り消し線が入ります。
やることリスト 食、運動、飲酒、喫煙、睡眠、歯磨き などの習 慣を身につけるための「やること」を設定して健 康的な生活習慣を身につけよう。	やることリスト
やることを追加する	 ✓ 階段を使う ✓ 日が覚めたら日光を取り入れる
「やることを追加する」から 項目を選択してください	✓ フッ素入り歯磨き粉を使う
	□ 1日8000歩以上歩く

3.各種イベントとPepポイントについて
2025年度 健康イベント(クボタ健康チャレンジ)
クボタんまで、 アボタんまで、 クボタんまで、 アボタんまで、 クボタんまで、 アボタんで、 アガタんで、 アガタんで、 アガタんで、 アガタんで、 アガタんで、 アボタんで、 アボタんで、 アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんでの アガタんのの アガタんのの アガタんのの アガタんのの アガタんのの アガタんのの アガタんでの アガタんのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターのの アガターの アガターの アガターのの
クボタ健康チャレンジとは、 たくさんあるね♪
PepUp内で実施するイベント総称です。
年間最大9,985Pepポイントをもらえるチャンス!!
PepポイントはPepUp内で様々な商品といつでも交換ができます。
【年間イベント】

イベント名	内容	実施期間	付与基準	ポイント数	付与 時期	アプリから エントリー
登録ポイント	アプリ登録率向上に向けて 登録者に即時のP付与	4月1日~ 3月31日	26年3月31日 迄にアプリ登録	500	即時 反映	不要
友達招待 キャンペーン	未登録者が登録した場合 紹介者含め双方にP付与	4月1日~ 3月31日	紹介された側が アプリ登録	1名につき300 1名最大3名まで	25年10月 26年5月	不要 (事後申請要)
日々の記録	アプリの日々の記録機能を 活用した方に即時のP付与	4月1日~ 3月31日	体重・血圧・睡眠時間 を翌日迄に記録	1項目3 1日最大9	即時 反映	不要
日々の記録 ポイントボーナス	日々の記録の習慣化に チャレンジする方にP付与	4月1日~ 3月31日	日々の記録を3ヶ月間 で2/3以上記録	1項目:100	25年7・10月 26年1・4月	不要
やること チャレンジ	決められた5コースの 成果を2か月間毎日記録	4月1日~ 5月31日	42/61日 以上記録	1コース100 4コース以上で ボーナス200	25年6月	必須
ウォーキング ラリー	実施期間の平均歩数が 付与基準を満たした 個人・チームにP付与	12月1日~ 1月31日	1日平均 8,000歩	個人賞 : 1,000 チーム賞 : 500	26年2月	必須
健康クイズ	1項目5問×6項目の クイズに正解するとP付与	8月1日~ 9月30日	1項目全問正解	1項目100 全項目正解で ボーナス100	25年10月	不要
健康年齢改善 チャレンジ	実年齢と健康年齢の 差に応じてP付与	4月1日~ 3月31日	-0.1歳~-5.0歳	-0.1歳につき20	健診結果が アプリに入った時	不要
非喫煙者	定期健診の問診票より 非喫煙者にP付与	4月1日~ 3月31日	非喫煙者	200	25年10月・ 26年5月	不要

3. 各種イベントとPepポイントについて

2025年度健康イベント(クボタ健康チャレンジ)

【その他①】※アプリ提供会社 JMDC主催のイベント

イベント名	内容	実施期間	付与基準	ポイント数	付与 時期	アプリから エントリー
ふれんど ウォーク	1日5,000歩・8,000歩・ 10,000歩ごとにP付与	毎日	1日5,000歩・8,000歩・ 10,000歩以上	1ずつ	即時	不要 P自動付与
健康記事	健康記事を閲覧し、 記事を評価するとP付与	随時	記事を評価	1~3	即時	不要 P自動付与
PepUp リサーチ	㈱JMDC主催の アンケートに協力する	毎月	アンケート回答	10 ~ 100	即時	アンケート 回答 P自動付与

【その他②】※※2025年4月1日~2028年3月31日の期間に1度申請可

(2024年度以前に本制度利用実績ありでも可)

イベント名	内容	実施期間	付与基準	ポイント数	付与 時期	アプリから エントリー
ウェアラブル 購入補助	ウェアラブル端末 購入費用をP補助	4月1日~ 3月31日	補助申請が 受理された方	6,000	25年10月 26年・5月	申請必要

Pepポイントについて補足

■ Pepポイントの交換レート

■ Pepポイントの有効期限

取得方法	有効期限
【JMDC】 から付与ポイント	付与日から【 <mark>3</mark> 年後の月末】に
【クボタ健保】 から付与ポイント	自動的に失効します

ポイントの有効期限が短いポイントから消費されます。クボタ健保の被保険者としての資格喪失後、90日間は、ポイントを賞品に交換することは可能ですが、以降は順次アカウントが削除されます。

ポイントの利用方法について

貯めたPepポイントを様々な商品と交換できます。ポイントは<u>100Pepポイントから交換可能</u>で す。ポイント失効期限が近い順に、1 ポイント単位で商品の価格分をポイント残高から消費します。

交換したい商品の画像を押して表示された画面内最下部にある【交換する】ボタ ンを押下し、交換の手続きをします。

スマートフォンなどで表示されないときは、画面をスクロールしてご確認下さい。

寄付やメールでコードを送付される場合(amazonギフト券)

確認画面が出ますので、問題なければ「OK」ボタンを押します。 amazonギフト券は登録されているメールアドレスにコードを送付します。

Pepポイントを別のポイントに交換する場合

交換先のポイントのカード番号や口座番号の入力を 求められますので画面に従って入力します。

ご自宅に送付される商品の場合

「お届け先」として宛名、電話、住所が表示されますので、ご確認ください。 (1)「お届け先」に問題ない場合

「上記のお届け先は正しく設定されていますか」の前rにあるチェック ボックスに図し、【交換する】を押下し、表示されたメッセージ内容の問題 なければ【OK】ボタンを押下します。

交換する

(2)「お届け先」が未入力or修正が必要な場合(宛名の変更不可)

表示されている「プロフィール設定」のリンクを押下し、住所・電話番号を 入力・修正後、【更新する】を押下して保存します。 再度手順①の商品選択から実施して下さい。

商品が届くのをお待ちください。 しばらく待っても届かない場合はPepUpサポート窓口 (<u>support@pepup.life</u>)にお問い合わせください。

※メール送付の商品を選択された場合は、迷惑メールに なっていないかもご確認ください。

- ①
 交換に必要なポイントが不足していた場合、他の手段(現金や他の方からのポイント移管 など)で補填することはできません。
- ②健康保険組合を脱退されると健康保険組合から付与されたポイント(クボタ健康チャレンジや健診受診に伴い付与されたポイントなど)は資格喪失後90日後に失効し、ポイント交換後にご利用いただけなくなります。

③ 1度お申込みされますと、<u>キャンセルや商品変更はできません</u>のでご注意ください。

④お届けする商品の場合、ご住所に誤りがありますとお届けできませんのでご注意ください。

5. 個人情報の取り扱いについて

個人情報の取り扱い

当健康保険組合は、被保険者がPepUpの利用を速やかに実施できるよう、PepUpの提供元事業 者である㈱JMDCとの間で適切な業務委託契約を締結した上で、同社に対し、被保険者本人の過去 5年分の定期健康診断結果データ(過去5年以内に当健康保険組合に加入された方は雇入れ健康診 断結果データを含む)を提供します。

被保険者が㈱JMDCの登録申請フォームにおいて「PepUp利用規約」及び「PepUpプライバシーポ リシー」に同意し、PepUpの利用を開始された場合、被保険者本人の健康情報等(上記健診結果 データの他、被保険者本人がPepUpを通じて入力された情報等)は、被保険者から㈱JMDCに対し 直接提供(当健康保険組合による被保険者本人に代わっての㈱JMDCへの提供を含む)されること になります。この場合、これら健康情報等は㈱JMDCによって、「PepUp利用規約」及び「PepUp プライバシーポリシー」 に基づき取り扱われることになりますので予めご了承ください。

また、上記登録申請フォームにおいて、被保険者が別途同意された範囲で、被保険者本人の個人情報が㈱JMDCから第三者へ提供される場合がありますので併せてご了承ください。

被保険者がPepUpを通じて㈱JMDCに提供された被保険者本人の健康情報(歩数データ・バイタル データ・やることデータ等)は、同社よりさらに当健康保険組合に対して提供されます。当健康保険組 合は、取得した当該健康情報を、当健康保険組合が実施する健康づくり事業「クボタ健康チャレンジ」 の推進のため、各種保健事業の実施を目的として利用いたします。なお、取得した当該健康情報は、 当健康保険組合のプライバシーポリシーに従い適切に取り扱われます。

当健康保険組合は、被保険者が所属する㈱クボタ各事業所・関連会社の健康クボタ21推進委員に対し、㈱クボタ各事業所・関連会社における各種保健事業の実施のため、被保険者本人のPepUp登録の有無及び被保険者本人の歩数データ等を提供する場合がありますが、当該データは個人が特定できないよう加工等した状態で提供します。

(補足:上記の個人データの流れについて)

5. FAQ

登録・利用について

利用対象者の範囲は?

クボタ健康保険組合の被保険者である従業員(任意継続被保険者は除く) になります。被扶養者は利用できませんのでご注意ください。

新しく入社した従業員はいつから登録できますか?

入社した月の翌月25日以降から、新規登録が可能となります。

▶ <u>関連会社へ移籍・出向等の転籍した場合、新たに登録が必要ですか?</u>

ト 特に必要はありませんので、そのまま継続してお使い下さい。

▶ <u>退職した場合、PepUpは使えますか?(退職し、任意継続になった場合を含む)</u>

退職後90日間は、各種記録や健康診断結果の閲覧、ポイントを賞品に交換する等通常通り ご利用頂けます。 90日経過後は、ポイントを賞品に交換する、健保主催のイベント参加は出来なくなり、

順次アカウント削除され、利用できなくなりますのでご注意ください。

<u>会社のPC・スマホからアクセスできますか?</u>

会社のPCからはアクセス可能です。会社スマホへのアプリインストールは現時点では不可ですが、ブラウザからのアクセスは可能です。個人スマホでアプリからの利用を推奨しております。

下記環境では理論上、ご利用いただくことは可能ですが動作保証はできません。 スマートフォン・PCで利用頂くことを想定して作られておりますのでご理解ください。 利用環境を教えてください

https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360004900112

アプリとブラウザの違いはありますか?

デザイン・レイアウト以外は基本的には同じです。 歩数等ウェアラブル端末とのデータの自動連携にはスマホアプリからの利用が必要になります。 ブラウザからご利用の場合は反映されません。歩数等のヘルスデータは手入力をお願いします。

海外でも利用できますか?

国内のみの使用に限っております。海外駐在者に関しては、国内での登録・利用をお願いします。

データ連携について

スマホアプリやFitbit等ウェアラブル端末との連携方法を教えてください。

PepUpに歩数を連携させる場合は、次のいずれかのスマートフォンアプリとの連携が必要です。 ヘルスケア(iPhone)、 Google Fit、 Fitbit、 Garmin Connect 【Fitbit】 Pep Upとの連携方法を教えてください https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360045101471 【Garmin】PepUpとの連携方法を教えてください https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360047301151 アプリ連携(Google Fit/ヘルスケア)の手順を教えてください https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360038717132

ブラウザでログインした際、歩数等のヘルスデータが連携されません。

ウェアラブル端末との歩数等ヘルスデータの連携は、スマホアプリ版PepUpでのご利用に 限ります。

スマホ・PCを問わず、ブラウザでログインされた場合は反映されませんのでご注意ください。

ポイントについて

<u>ポイントが増えないのはどうしてですか?</u>

ポイントの中には、後日一括付与するものがあり、随時付与されるわけではありません。 健保主催の健康イベントでは終了後約1~2か月、がん検診・歯周病検査ポイントは年1回です。 付与のタイミングについて、詳細は「P.24」をご確認下さい。尚、ポイント付与の際に既に退職 されている場合はポイントが付与されない場合があります。

<u>ポイントの有効期限はどれくらいですか?</u>

▶ポイントの有効期限は、付与日から<u>3年後の月末</u>です。 例えば、2022年10月10日付与→2025年10月31日失効です。

スマホアプリで歩数データを連携していますが、ポイントがたまりません。

スマホアプリからPepUpにログインし、データを更新しないと歩数が連携されないため ポイントは付与されません。歩数データによるポイントは、**8日以上遡ったものは付与対象外** となりますので、**1週間に1回以上のログイン**をお願いします。

Fitbitで歩数データ連携をしているのですがポイントが貯まりません。

Fitbit等のデバイスを利用している場合、デバイスとFitbitアプリを同期(デバイスでの記録を 連携)させることでPepUpに歩数データが連携されます。PepUpへのログインは不要ですが、 Fitbitアプリの同期作業をしないとポイントが付与されません。 歩数データによるポイントは8日以上遡ったものは付与対象外となりますので1週間に1回 以上の同期作業をお願いします。

健診結果について

登録しましたが健診結果が閲覧できません。

初回登録・ログイン頂き、約2か月で健診結果が反映されますので、少々お待ち下さい。 反映されるのは過去5年分の「定期健康診断結果」になります。※雇入れ健診の場合もあります。

<u>会社から貰う健診結果より項目が少ないです。</u>

メタボリックシンドロームに関連が高い、特定健康診査項目のみ表示しています。
 表示している健康診断結果の項目はなんですか
 https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360015248211

<u>会社での定期健診結果と判定が異なります。</u>

PepUpでは「日本人間ドック学会」の判定基準を基に表示しており、クボタの判定基準と 異なりますのでご注意ください。産業医による就労判定はクボタの基準で実施しております。 各項目の判定が受診した医療機関からの結果と異なっています <u>https://support.pepup.life/hc/ja/articles/360047300671</u>

<u>最新の健診結果が表示されません。</u>

登録完了から2か月程度で閲覧が可能となります。既に登録済みの方で定期健診を受診された 場合は、受診後6か月程度で閲覧が可能になります。特殊健診・海外健診は反映されません。 また、同年度内に雇入れ健診と定期健診両方受けられている場合は、雇入健診が反映されます。

健診結果が5年分ありません。

過去5年以内に健康保険記号・番号に変更があった方(会社の合併、転籍、再雇用等)は、 変更前のデータは表示されません。変更後の健診結果からデータが再び蓄積されていきます。 過去5年分を確認したい場合は、クボタ健保のホームページ・MY KENPOからご確認下さい。

例:㈱クボタ従業員

2018年度に記号統一のため、2019年分以降から表示(4年分) クボタ環境エンジニアリング㈱従業員 前会社時の定期健診結果は表示されず、2022年度分以降から表示(1年分)

その他

医療費のお知らせ・ジェネリック差額通知が表示されません。

今回は契約していないため表示されないようになっております。閲覧されたい場合は、クボタ 健康保険組合のホームページ・MY KENPOからご確認下さい。

<u>退会したいです。</u>

ー度退会されると再登録は出来なくなり、各健康イベントの参加や健康情報等確認できなくなります。利用されない場合はアプリの削除やブックマークからの削除をお願いします。

クボタ健康保険組合 2022年10月初版・2025年6月改訂