

健康チャレンジキャンペーン2025 参加マニュアル

**歩いてつながろう！3社交流 健活ウォーキング
～IHI・三井E&S・住重～**

IHIグループ健康保険組合

1. キャンペーンの内容

- 「Pep Up」を使ったウォーキングイベントです。
- 個人での参加に加え、チームを作成して参加することもできます。
目標を達成した方には、達成賞を付与します。
- さらに今回は、「**三井E&S健康保険組合**」と「**住友重機械健康保険組合**」との
合同イベントになりますので、専用の特設サイトにて、3健保合わせた「チームランキング」と
「健保ランキング」が閲覧できます。

※特設サイトのランキングは、平均歩数を基準とします。

※Pep Up上では、例年通りIHIグループでの「個人ランキング」と「チームランキング」が
閲覧可能です。

2. 参加対象者

IHIグループ健保に加入している従業員のみ（任継者、パート従業員含む）

※参加には、「Pep Up」の登録が必須です。

※以下の方は、参加対象外です。

- ・ご家族やIHIグループ健保に加入していない派遣社員
- ・2025年6月以降入社の方（新規登録案内が届いていれば参加可能です）

3. 実施期間

- エントリー期間：2025年8月25日（月）～9月24日（水）
- キャンペーン期間：10月1日（水）～10月31日（金）
- 入力締め切り日：11月7日（金）23時59分まで

【注意】

例年、実施期間の前日までエントリー可能でしたが、今回は特設サイト上で準備があるため、実施開始の1週間前にエントリーを締切ります。

4. ポイント付与条件



●個人ポイント

- ①31日間の平均歩数が「8,000歩」以上記録のある方に、1,500ポイント付与
- ②31日間の平均歩数が「6,000歩」以上「8,000歩」未満の記録のある方に、500ポイント付与

●チームポイント

IHIグループの中で上位10チームに対し、1人あたり500ポイント付与

※チーム人数は3人からとなります。

●特別ポイント

特設サイトに掲載される3健保のチームランキングで、上位10チームに、5,000ポイント付与

※1人あたりに付与されるポイント数は、5,000ポイントをチーム人数で割ったポイント数となります。

※1人あたりの付与ポイント数の上限は、1,000ポイントまでです。

（例）4人のチームの場合：1人に1,000ポイント×4人＝4,000ポイント

※ポイントが割り切れない場合は、端数を切り捨てます。

<ポイント付与対象外について>

以下のいずれかに該当した方については、ポイントの付与対象外となります。

●個人ポイント

- ①手入力で一定の歩数（10,000歩、8,000歩等）を毎日入力している。
- ②手入力で毎日上限歩数の30,000歩を入力している。

●チームポイント・特別ポイント

- ①合計が「0歩（未入力）」のメンバーがいる場合 → その方のみ付与対象外
- ②手入力で一定の歩数（10,000歩、8,000歩等）を毎日入力している場合 → その方のみ付与対象外
- ③手入力で毎日上限歩数の30,000歩を入力している場合 → その方のみ付与対象外

※同じチームでも①～③に該当していない方については、ポイントは付与されます。

※特別ポイントについては、該当の方を除いたチーム人数でポイント数を割って配分いたします。

参加手順

1. Pep Upの登録

<初回登録の方>

① ブラウザ版の初回登録はコチラ

URL : [新規登録: メールアドレス登録 - Pep Up\(ペップアップ\)](#)

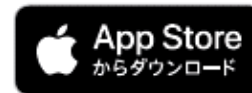


② アプリのダウンロードはコチラ

初回登録はアプリからでも可能です。

iPhoneをご使用の方は「App Store」
Androidをご使用の方は「Google Play」から「Pep Up」を検索
もしくは右の二次元コードからインストール

※アプリの登録をお勧めします。



<本人確認用コードを紛失した方>

[コチラ](#)から再発行の申請をしてください。

2. Pep Upログイン



The image shows the Pep Up login page. At the top is the 'PepUp.' logo in blue and yellow. Below it, the text 'Eメールアドレス:' is followed by a text input field containing '登録したEメールアドレス'. This field is highlighted with a red rectangle. Below that, the text 'パスワード:' is followed by a text input field containing '8文字以上のパスワード'. This field is also highlighted with a red rectangle. To the right of the password field is a link that says 'パスワードをお忘れの場合'. Below the input fields is a blue button labeled 'ログイン'. At the bottom, there is a checkbox labeled 'ログイン状態を保持する' with a note below it: '※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'. At the very bottom is a link labeled 'ログインできない場合 (FAQ)'.

①初回登録で登録済みのメールアドレスを入力する

②初回登録で登録済みのパスワードを入力する

※ブラウザ版

3. 健チャレ2025ページへアクセス

<アプリ画面>

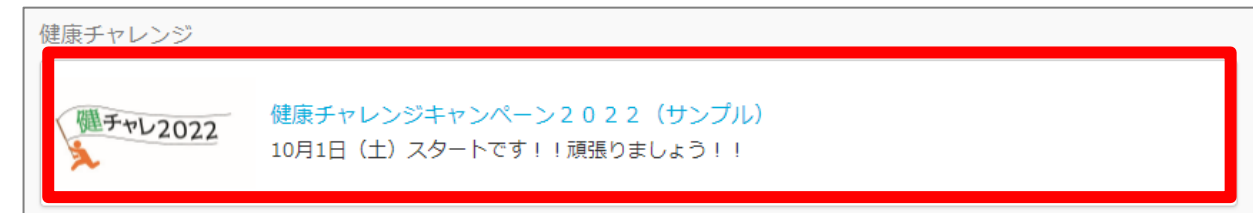


※画像はイメージです

<PC画面>



健チャレ専用バナーから
キャンペーンページにアクセス



4. エントリー方法

エントリー期間： 8月25日（月）～9月24日（水）

※参加にはエントリーが必須です。

※イベント開始の1週間前にエントリーを締め切りますので、ご注意ください。

あなたの現在の健康状態
健康値がありません

- 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
- レシピ検索
- 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
- よくある質問

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

開催概要
エントリー期間
2022/08/05 00:00 ~ 2022/08/12 23:59
開催期間
2022/08/05 ~ 2022/09/05
参加入力締切
2022/09/12 23:59
個人目標
3000歩以上を歩きます
ゲーム目標
ゲーム参加はしていません
カウントされる歩数
歩入力
選んで入力できる期間
7日壁

参加する

参加するを押して、エントリー完了です。

※画像はイメージです

5. チーム機能（参加する場合）※任意

- チームの作成はあくまで個人の自由です。強制はしないようお願いします。
- チーム人数は3人からとなります。
- エントリー期間後は、チーム変更・脱退することはできません。

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

チーム選択プルダウン

既存のチームに参加
チームを選択
【誰でも参加OK】今日も明日もガンバる！
【誰でも参加OK】管理部チーム
【誰でも参加OK】開発本部チーム

新規チームを作成
新規作成

チーム選択します

チームに参加

めざせ目標達成 初心者大歓迎

現在4人参加中

このチームは初心者大歓迎で、部署など関係なく楽しく一緒に楽しめる方大歓迎です。日頃の運動不足やコミュニケーションが足りないかな？なんて思っている方歩くだけでなく友達や知り合いを増やしてみてもいいかもしれません。楽しみましょう。

このチームに参加する

クリックしてチームに参加する

▲ チームの「本気度」や「チームの説明」を読んで適切なチームにご参加ください。
▲ チームに参加すると開催期間中はチームを移動することができません。
▲ チームメンバーが3人以上いないと「チームでチャレンジ」に参加できません。

※画像はイメージです

5. チーム機能（作成する場合）※任意

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

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

新規作成ボタン

チームの本気度は3段階あります。ご自分に合うチームを選びましょう。

チームの新規作成

- ▲ チームを作成すると、あなたはこのチームのメンバーとなります
- ▲ 実施期間中はチームを移動することはできません。
- ▲ 5人以上メンバーを集めないで「チームにチャレンジ」に参加できません。

チーム名
チーム名を記入

本気度
- 本気度を選択してください -

説明
例) このチームは誰でも参加できる、みんなでまったりウォーキングを楽しむチームです。部署や年代を超えてはげまし合いながら、ウォーキングを楽しみましょう！

✓ 新規作成

チーム名を自由につけてください。長すぎると表示ができなくなるかもしれないので注意です。

どんなチームなのかを説明します。わかりやすく楽しく記載しましょう。

各項目を入力し登録します

※画像はイメージです

5. チーム機能（参加者をチームへ招待する場合）※任意

<チーム画面>



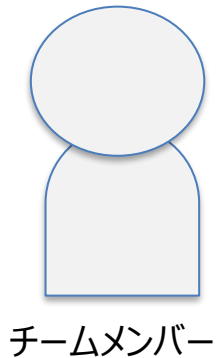
ここに表示されるURLを招待したい人に伝えます

※エントリー期間を過ぎると参加できませんのでご注意ください。

※画像はイメージです

5. チーム機能（招待からチームへ参加する場合）※任意

※既にウォーキングラリーエントリーされていることが前提です。



このチームに入ってね！

https://pepup.life/campaign/xx201710/team_join_confirm/T-



※招待リンクをクリックすると、

①ウォーキングラリーの参加確認画面が表示されます。

②参加すると招待されたチーム参加確認画面が表示されます。

※画像はイメージです

6. 歩数の入力方法

遡り可能日数：7日間 ※過ぎた入力はイベントに反映されません



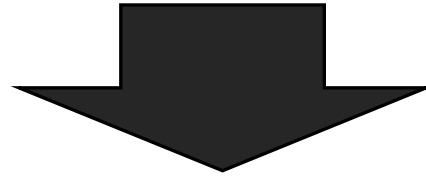
歩数を入力する

手入力は、上記の他に「日々の記録」や「Pep Walk」からも歩数入力が可能です、数値はウォーキングラリーに反映されます。

※iOS専用アプリ「ヘルスケア」・Android専用アプリ「Google Fit」・Fitbit・Garminとの歩数連携は、[健保HPページ](#)をご確認ください。

7. お問い合わせ先

「健康チャレンジキャンペーン2025」に関するお問い合わせは
下記の問い合わせ窓口までご連絡ください。



Pep Up問い合わせ窓口



kenpo-pepup@ihi-g.com