

令和7年2月18日

中国電力健康保険組合
被保険者のみなさまへ

中国電力健康保険組合

「ちゅうでんけんぽウォーキングラリー2025春」の実施について(ご案内)

毎年恒例となりました春のウォーキングラリーですが、より多くの方にご参加いただけるイベントとなるよう一部実施内容を見直して、開催します。

ウォーキングは有酸素運動で脂肪燃焼効果が高く、運動不足の解消、肥満や生活習慣病の予防など様々な効果が期待できます。

つきましては、この機会に **Pe p U pのユーザー登録がお済みでない方はぜひご登録いただくとともに、職場やご家庭等でお声掛けのうえ、みなさま奮ってご参加いただきますようお願いいたします。**

記

1. 目的

Pe p U pを利用した健康づくりイベントへの参加を通して、生活習慣病予防の動機付けを行うとともに、自主的な運動習慣の確立を支援することで被保険者とその家族の健康保持増進を図る。

2. 対象者

Pe p U pにユーザー登録を行っている加入者

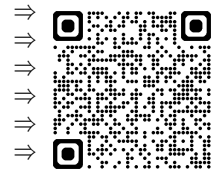
3. 参加申込

〔申込期間（一部見直し）〕

令和7年3月1日（土）から4月14日（月）まで

〔申込方法〕

右のQRコードを読み込み、Pe p U p内のウォーキングラリー参加申込画面から参加申込の手続きを行ってください。



4. 実施期間（一部見直し）

令和7年4月15日（火）から5月14日（水）までの1か月間

※気忙しい年度初めを避け、ウォーキングを実施しやすい時期に変更しました。

5. P e pポイントの付与条件（一部見直し）

参加された方が楽しくP e pポイントを獲得できる賞になるよう、チェルビー賞の付与条件を以下のとおり変更します。

種類	変更後		変更前		
	付与条件	ポイント付与数	付与条件	ポイント付与数	
個人	1日平均「5,000歩」達成	500	1日平均「5,000歩」達成	500	
	【特別加算ポイント】 ①前回不参加であった方が1日平均「5,000歩」を達成した時 ②前回1日平均「5,000歩」未達成であった方が、1日平均「5,000歩」を達成した時	200	【特別加算ポイント】 ①前回不参加であった方が1日平均「5,000歩」を達成した時 ②前回1日平均「5,000歩」未達成であった方が、1日平均「5,000歩」を達成した時	200	
	ウォーキングラリー終了後、健康保険組合が数字をランダムに抽出し、抽出した数字と個人成績の順位と数字が一致した方 【各賞の付与条件】 大吉：4桁の数字が一致 3本 中吉：下3桁の数字が一致 2本 小吉：下2桁の数字が一致 2本	大吉：2,000 中吉：1,000 小吉：300	個人成績の順位が100の倍数の方（100位、200位・・・） ※複数人の場合は抽選で1人に付与	1,000	
チーム	チーム参加賞	チームでの参加をした方（チーム参加者全員） ※5人未満のチームは対象外	100	チームでの参加をした方（チーム参加者全員） ※5人未満のチームは対象外	100

（参考）チェルビー賞付与対象者のイメージ

	付与条件（例）	対象者
大吉	個人成績の順位が4桁の数字と一致した方（0072、1005、2741）	0072位、1005位、2741位
中吉	個人成績の順位が下3桁の数字と一致した方（192）	192：192位、1192位、2192位・・・
小吉	個人成績の順位が下2桁の数字と一致した方（15）	15：15位、115位、215位、315位・・・

※チェルビー賞の受賞者は、ウォーキングラリーの結果発表とあわせて案内しますので、結果発表まで楽しみにお待ちください。

6. 実施内容

ウォーキングラリーの参加希望者が歩数計等を準備のうえ参加し、その結果をP e p U pに入力することとします。

7. 参加単位

個人およびチーム（チーム編成は5人以上とします。）

※5人未満のチームについては、チームランキングに表示されません。

8. 歩数入力方法

手入力 / アプリ連携 / F i t b i t 連携 / G a r m i n 連携

なお、1日の有効歩数上限は「20,000歩」です。

※有効歩数上限を超えた歩数はウォーキングラリーに反映されません。

※手入力される場合は、歩数計等で計測した実際の歩数を入力してください。

9. 歩数入力期日

令和7年5月21日（水）

※8日以上前の歩数は入力できませんので、定期的に歩数を入力してください。

10. Pepポイント付与日（予定）


令和7年6月6日（金）

11. その他

- ・個人およびチーム成績（ランキング）はPep Up内で確認できます。
- ・本ウォーキングラリーへの参加についてはPep Upのユーザー登録が必要となりますので、この機会にぜひ登録をお願いいたします。**なお、ユーザー登録に際し、「本人確認用コード」がわからない方は以下の方法により登録してください。**



[ユーザー登録方法のご案内]

Pep Up利用対象者：被保険者および18歳以上の被扶養者

<p>本人確認用コードが ● 分かる方 ●</p> <p>[新規登録画面] 即日 ユーザー登録完了 https://pepup.life/signup</p> 	<p>本人確認用コードが ● 分からない方 ●</p> <p>～ Pep Upユーザー登録ホットラインの開設 ～ 【 (EGN利用者限定)メールによる連絡 】</p> <p>連絡方法 中電健保代表窓口メールアドレスへの送信 メールアドレス：TKENPO@pnet.energia.co.jp</p> <p>連絡内容 メール件名に「Pep Up登録」もしくは「ハップアップ登録」と記入した空メールを送信してください。</p> <p>通知方法 本人確認を行ったうえで「本人確認用コード」を返信します。</p>
---	--

【Pep Upの使い方に関するお問い合わせ】

まずは「Pep Up よくある質問」をご確認いただき、それでも解決しなかった場合は、「Pep Upカスタマーサポート（お問い合わせフォーム）」をご利用ください。

<p>Pep Up よくある質問 https://support.pepup.life/hc/ja</p> 	<p>Pep Upカスタマーサポート https://pepup.life/inquiry</p> 
--	--

以上

中国電力健康保険組合
代表電話：082-544-2844
メールアドレス：tkenpo@pnet.energia.co.jp