

Pep Up は、あなたの今の**健康年齢** (※)、健康状態を「見える化」！  
あなたに合わせた個別アドバイス・記事は、“生活習慣を見直す” “健康知識が身につく”きっかけになる  
お役立ちツールです。

※ **健康年齢** とは

健診結果（血液検査※1）をもとに算出された、健康状態を年齢に置き換えて示す指標です。実年齢や同世代と比較して、生活習慣病リスクなどを把握することができます。（健康年齢の詳細は[こちら](#)）

※1 血液検査の結果がない方は、健康年齢が表示されません。



を活用し、楽しみながら健康増進に取り組んでいきましょう！

**対象者** TCSグループ健康保険組合の被保険者（本人）

**費用** 利用料は無料です（全額健康保険組合が負担）  
※ お使いになるデータ通信料は自己負担となります。

**利用方法** 利用登録に必要なご案内は **会社メールアドレスにお届け** します。  
登録方法の案内に従ってご自身で登録の上、ご利用下さい。

※1：会社のメールアドレスをお持ちでない方には、事業所を通じて紙でご案内します。

※2：ご案内は**6月、12月の年2回** となりますので、新しく被保険者になられた皆さまは、ご案内までしばらくお待ちください。

※3：ご案内メールを誤って削除してしまった方は、

- ①[こちら](#)からログイン
- ②会社メールアドレスを入力
- ③新しい招待メールを受信
- ④招待メール**上段のURL**にアクセス
- ⑤任意のパスワードを設定
- ⑥登録完了



**主な機能** 健診結果・健康年齢の表示  
健康状態に合わせたお薦めコンテンツの配信、お薦めアクティビティの紹介  
医療費のお知らせ（毎月更新）  
ジェネリック医薬品差額通知  
各種イベント（チャレンジ活動、健康クイズ等）への参加

**お問い合わせ** PepUp 機能に関することは、サイト内のFAQをご確認ください。

【Pep Up 運営事務局】Pep Up よくある質問 <https://support.pepup.life/hc/ja>  
初回登録がうまくいかない等、技術的な問題は、PepUp お問い合わせフォームよりお問い合わせください。

【PepUp カスタマーサポート】 <https://pepup.life/inquiry>



## ■個人情報の取り扱いについて

当健保では加入者の方々の健康づくりのための活動を行っていますが、より効果的に実施するためには事業主との連携が不可欠です。

今回 PepUp 導入に当り、出来るだけ多くの加入者の方々に利用頂きたい事から、PepUp の登録に必要な本人確認コードや登録状況、各種事業への参加状況を事業主と共有する場合があります。

## ■ヘルスポイントについて

健康づくりに向けた活動や成果に対してヘルスポイントが付与されます。

貯まったヘルスポイントは PepUp (ペップアップ) を利用して Amazon ギフト券等、多くの商品等と交換することができます。

## ■スマホに入れるアプリもあります。

iPhone 端末をご利用の場合はこちらから。  
Appleヘルスケアとの連携が可能です。



Android 端末をご利用の場合はこちらから。

Google Fit との連携が可能です。

社給スマホにもインストールできます。

(社給スマホでは Google Fit との連携はできません)



## よくある質問

### 誰が利用できますか？

当健保の被保険者です。

### ガラケーでも利用できますか？

フィーチャーホン (ガラケー) は対象外です。スマホまたは PC 等でのご利用をお願いいたします。

### 登録はスマホからしかできませんか？

スマホ、PC どちらからでも登録可能です。

### 登録に使用したスマホ (または PC) からしか PepUp を使えないのでしょうか？

登録に使用したスマホ (または PC) だけでなく、インターネットにつながる環境があればどこからでもアクセスできます (登録した時にご自分で入力したメールアドレス、パスワードが必要になります)。

### 会社の PC からでも PepUp を利用することはできますか？

通常のインターネットにつながる環境であればアクセス可能です。

なお、会社の PC やスマホを利用する場合は、所属する会社の利用基準に従って利用して下さい。

### 携帯の機種変更をしました。新規登録ができません。どうしたらいいですか。

携帯の機種変更を行って、再度 PepUp を利用する際は、新規登録は不要です。

以前使用していた携帯端末と新しく使用する携帯端末で、PepUp へアクセスする端末が変わっただけの方は、以前使用していた携帯端末で利用した「PepUp:ログイン・パスワード」を、新しく使用する携帯端末でも同じものをご利用いただけます。

なお、メールアドレスが変更になった方は、メールアドレスの変更をお願いいたします。

### 新たに健保に加入しました。PepUp はいつから利用できるようになりますか。

毎年6月、12月頃に登録に必要な情報を会社アドレスにメールでご案内します。

年に2回のご案内となりますので、申し訳ございませんが、ご案内が届かなかった場合は、次のご案内時期までお待ちください。

### 退職しました。手続きは必要でしょうか？また、いつまで利用できますか？

手続きの必要はありません。

ポイントは喪失後90日後に利用できなくなりますのでご注意ください。

なお、健診結果の閲覧等は資格喪失後も可能です。

### 利用にあたって料金はかかりますか？

利用料は無料（全額健保負担）ですが、お使いいただく為のデータ通信料は自己負担となります。

### 出向や転籍等、所属する会社が変わったり、任意継続になってもPepUpは引き続き利用できますか？

当健保の資格（被保険者として加入）があれば、引き続き利用できます。

### PepUpにログインできません。どうしたらいいですか。

PepUp よくある質問「ログイン・パスワードについて」をご参照ください。

【Pep Up 運営事務局】Pep Up よくある質問 <https://support.pepup.life/hc/ja>

### PepUpへ問い合わせる方法がありますか。

PepUp カスタマーサポートへお問い合わせください。【PepUp カスタマーサポート】 <https://pepup.life/inquiry>

※PepUpからのメール(@pepup.life)を受信できるメールアドレスでご依頼ください。

なお、お問い合わせは**メールのみ**で、電話での受付は行っておりません。

### 健康年齢とはなんですか？

健診結果（メタボリックシンドロームに関連性の高い「特定健康診査」の12項目）の数値を使用して算出した総合的な健康度を健康年齢で表しています。（健康年齢の詳細は[こちら](#)）

### 健康年齢を見る為にはどうすればよいですか？

PepUpに登録して頂くと、すぐに健康年齢が確認できます。（生活習慣病予防健診、人間ドックの受診者のみ）

### 健康年齢が表示されていません。なぜですか？

健診結果がない、または健康年齢を算出する項目が不足している場合は、表示されません。

※新たに健診を受診された場合、受診後おおよそ4か月後にPepUpに健診データが反映され、お知らせ通知が届きます。

一部の健診結果（帰国時、出国時、雇入れ時健診等）については、事業主から健保へ連携されない為、表示されませんのでご了承ください。

### 健康診断の結果は自分で入力できますか？

できません。生活習慣病予防健診、人間ドック受診による健診結果と連携しています。

### 歩数等の日々の記録はどのように入力すればよいですか？

スマホをご利用の場合はアプリをダウンロードして頂ければ自動的に連携可能です。

(iPhone→ヘルスケア、Android→GoogleFit)

ウェアラブルデバイス（Fitbit、Garmin）との連携にも対応しています。また、ブラウザから手入力もできます。