

# 日々の記録チャレンジ

キャンペーン期間：2025年3月1日～5月31日

3ヶ月で最大  
**1,380**  
Pepポイント!

1 <b>歩数</b> 	2 <b>体重</b> 	3 <b>睡眠時間</b> 	4 <b>体脂肪率</b> 	5 <b>血圧</b> 
---	---	---	---	---

日々の記録でPepポイントプレゼント！

5項目=1日各1Pepポイント + 体重=1日10Pepポイント / 合計1日15 Pepポイント

毎日同じ条件で正しく測ると、日々の小さな変化にも気が付きやすくなり、  
ダイエット等のモチベーションアップにもつながります！

## 日々の記録 登録方法

記録は簡単！Pep Up(ペップアップ)にログイン、  
ホーム(メニュー)から【日々の記録】を選択し入力するだけ！

好きな画像・ニックネームが登録できます

健康年齢 : 49.6 歳  
Pepポイント : 17537 pt

あなたの現在の健康状態

🍔 脂質 🧠 腎臓

- 🏠 ホーム
- 👤 わたしの健康状態
- 📄 健康診断
- 🏥 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
- 📊 Pepポイント
- 🎁 特典
- ⚙️ 設定
- 📍 Pep Upの紹介
- ❓ よくある質問

① 記録する項目を選択

**歩数** 目標: 8000歩

--- 歩

② 右のマークをクリック

9/20 0歩 

③ 記録し確認をクリック！

データ記入

**歩数**  歩

日付 2021/09/20

時間 00:00

✖ キャンセル **✔ 確認**

## Pep Up ログイン

[https://pepup.life/users/sign\\_in](https://pepup.life/users/sign_in)



年間  
5,000~7,000  
Pepポイント  
貯められます！

PEPポイント 交換

Amazon, WAON, etc.

## Pep Upに関する問合せ先

ログインできない場合等は、  
ポーラ・オルビスグループ健康保険組合  
まで、メールでお問い合わせください。

[pogkenpo@po-holdings.co.jp](mailto:pogkenpo@po-holdings.co.jp)



- 所属会社名
- 保険証 記号-番号
- 氏名 (戸籍姓：漢字・カナ)
- 生年月日 (西暦)

をご連絡下さい。

アプリの場合：   ****   よりご登録下さい