

年金機構けんぽからのお知らせ (第656号) 8.5.19

「Pep Up(ペップアップ)登録のご案内」の発送について

今年度の「Pep Up(ペップアップ)登録のご案内」の発送についてお知らせします。

4月採用者 (※1)、及び Pep Up 未登録の方 (※2) : 5月20日発送予定

(※1) 定年再雇用、再取得等の方は除く (※2) 4月17日時点において未登録の方

5月採用者 : 5月27日発送予定

6月以降採用の方 : 原則毎月下旬に発送予定

(例) 5月中旬～6月中旬までの方 → 6月下旬

Pep Up の機能につきましては、別紙をご覧ください

Pep Up 登録のお願い

当組合では2019年度からPep Upを導入し、現在18,000名を超える方に登録、ご利用いただいております。今後における『中心的な情報発信ツール』として位置づけています。

現在、以下の事業につきましては、ICT化の推進、業務効率化等から将来的に紙媒体は廃止し、Pep Up に集約する方向としています。

- ・医療費通知やジェネリック通知
- ・インフルエンザ予防接種補助の申請

Pep Up に登録されていない場合、必要な情報が受け取れない、申請ができなくなる等の恐れがありますので、登録をお願いします。

○過去に、ユーザー登録をしたことがあり、パスワードがわからない場合は、Pep Up ログイン画面の「パスワードをお忘れの場合」から再設定手続きができます。その他ログインできない場合は「ログインできない場合 (FAQ)」をご確認ください。

Pep Up への
ログインはこちらから



▶「健康づくり支援事業(拠点で行うウォーキングラリー等)」のインセンティブはPepポイントの付与となります。

マイナ保険証 始まっています!

医療機関の受診は **マイナ保険証** で

何が便利になるの? メリット編 ▶

厚生労働省作成動画

照 会 先	日本年金機構健康保険組合 保健事業課 電話番号 03-5216-3222 受付時間 8:30～17:15 ※お問い合わせは12時～13時を除いた時間帯にお願いします。 (12時～13時は担当不在により回答できない場合があります。)
添 付 資 料	別紙「PepUpの主な機能」
備 考	—

【 主な機能 】



ウェアラブルデバイスと連携してリアルタイムで健康状態をチェック！



月間医療費のお知らせ一覧(最新5件)

公開日	診療月	種別	医療費総額	自己負担分	詳細
2026/05/11	2026年01月分	医療費	17,180円	2,547円	詳細
2026/04/10	2025年12月分	医療費	17,130円	2,532円	詳細
2026/03/10	2025年11月分	医療費	34,830円	7,842円	詳細
2026/02/10	2025年10月分	医療費	39,180円	9,150円	詳細
2026/01/13	2025年09月分	医療費	59,870円	15,354円	詳細

※横にスクロールすると全ての情報を見ることができます。
※Pep Upに登録した直後は医療費データが反映されていない場合がございますので、翌日以降に再度ご確認ください。

[もっと見る >](#)

申請一覧

XXXXX インフルエンザ予防接種補助金申請【一般被保険者用】
XXXXX インフルエンザ予防接種補助金申請【任意継続被保険者用】

インフルエンザ予防接種補助金申請

ジェネリック通知詳細

期間選択: 2025年01月 - 2025年03月 診療分

2025年01月 - 2025年03月 診療分

当期間の医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合、自己負担額が軽減できる可能性があります(下記の通りとなります)。

現在のお薬代	切り替え後のお薬代
1,374円	900円
医療保険者負担分 3,207円	医療保険者負担分 2,169円

現在利用している医薬品	最安値の医薬品	広く使われている医薬品
アズノック配合錠 58.8錠 / 30.7円 支払額: 1,174円	アゾノック配合錠(SANKI) 支払額: 88円	アゾノック配合錠(サウジ) 支払額: 1,184円
リゾニカブ錠100mg 278.80g / 16.67円 支払額: 2,642円	トラネキサム酸錠100mg 支払額: 2,160円	トラネキサム酸錠100mg 支払額: 2,160円
総額: 1,374円	総額: 943円	総額: 947円

ジェネリック通知の配信 (3ヶ月更新)

(注 1) イベントにより獲得できるポイント数は異なります。

(注 2) 被扶養者・任意継続被保険者のみ、ウィーメックスの健診が予約可能です。

医療費通知の配信 (毎月更新)

資格情報のお知らせダウンロード

イベント参加・健診結果などによるポイント付与 (注 1)

健康記事の配信 (不定期)

貯まったポイントを商品と交換

健診結果に応じた記事が掲載されます。

健診結果の確認 (過去 10 年分)

体温や体重、歩数など日々の記録

健診予約・受診によりポイント付与 (注 2)

2,000ポイントに増額!

健康記事の配信 (不定期)

ポイント



簡単オンライン登録でポイ活&ペーパーレス!



日々の記録ダイアリー-2025年02月

日	月	火	水	木	金	土
9	10	11	12	13	14	15

バイタル

体温	体温	体温	体重	血圧	心数	脈拍
35.7℃	77.5	20.9%	135/105 mmHg	55 拍/分	86.0 cm	

あなたの現在の健康状態

肥満度 血糖 脂質 腎臓 尿酸

ホーム わたしの健康状態が アクティビティ 健康診断予約

資格情報のお知らせ

健保 太郎

資格情報のお知らせ

交付年月日 令和 X 年 X 月 XX 日
 保険者名 日本年金機構健康保険組合
 保険者番号 06139539

本人家族区分 家族 (被扶養者)

記号 100
 番号 XXXXX
 枝番 XX
 氏名 健保 太郎
 フリガナ ケンポ タロウ
 資格取得年月日 令和 X 年 X 月 XX 日

資格情報のお知らせPDFダウンロード

塩分と血圧の関係とは? 減塩の6つのコツと意識したい食事

健康記事の配信 (不定期)

塩分摂取量と血圧の関係

減塩の効果

ポイント

あなたのPepポイント

3,241pt

交換できる商品

ポイント 3,100pt 3,300pt 5,500pt 5,600pt



年間イベント情報

参加してポイントを貯めよう！



当健保組合ではPepUp（ポータルサイト）で健康イベントを実施しています！
イベントに参加するとPayPayポイントやAmazonギフトカード、素敵な商品に
交換できるPepポイントがもらえます。集めてお得に健康になりましょう！



年間イベント	イベント名称	時期	一般被保険者	被扶養者 任意継続被保険者
①	健診結果改善チャレンジ 最大 1,330P	通年	<ul style="list-style-type: none"> 健康年齢 実年齢よりマイナス0.1歳ごとに 10P ※最大 1,000P（経年でマイナスの場合+100P） BMI 正常値 30P（経年で正常の場合+100P） 正常範囲外→正常に改善 100P 収縮期血圧 正常値 50P ■拡張期血圧 正常値 50P 	
②	Pep Up 経由で ウィーメックスの健診申込+受診	6月～	—	2,000P
③	健診結果提出 ※特定健診項目を含む	通年	—	2,000P

注) ②、③のポイント付与はどちらか1回のみとなります

期間限定イベント	イベント名称	時期	一般被保険者	被扶養者 任意継続被保険者
①	拠点対抗ウォーキングラリー 最大 2,500P	10月	<ul style="list-style-type: none"> エントリー 200P ■個人目標達成 500P チーム目標達成 300P 上位50チーム 500P～100P 拠点表彰 500P ■チーム表彰 500P 	<ul style="list-style-type: none"> エントリー 200P 個人目標達成 200P
②	健康クイズ 最大 500P	2月	<ul style="list-style-type: none"> 1カテゴリ正解 50P（全6カテゴリ正解で最大300P） 全カテゴリ正解 200P 	
③	歯みがきCP アンケート回答	12月	100P 予定	—
④	健康づくり支援事業 最大 2,000P	年2回	1回につき 1,000P	—

注) 付与対象イベント、ポイントは変更となることがあります

以下のイベントはPep Upの運営会社JMDCが実施しています



ふれんどウォーク

その他イベント	イベント名称	時期	一般被保険者	被扶養者 任意継続被保険者
①	ふれんどウォーク (ウォーキングラリー)	毎日	毎日の歩数登録：ごほうびほりほりで最大3P	
②	健康記事の配信・閲覧	随時	記事の閲覧により 1P～3P	