

是非、ご参加ください!

PepUp「体重測定チャレンジ」開催します

年末年始の食べ過ぎ・飲み過ぎや運動不足などで
体重が増えていませんか?

期間中、毎日の体重記録で食事・飲酒・運動と体重の関係を見つめ
直してみましょう! 20日以上の体重入力で300Pepポイント獲得の
チャンスです!



実施期間中
20日以上の体重入力で

300

Pepポイント
プレゼント!!



開催期間 令和8年1月6日(火)～令和8年1月31日(土)

対象者 被保険者および任意継続被保険者

- 参加方法**
- ① 健康情報ポータルサイトPep Up にログインする。
(https://pepup.life/users/sign_in)
※ログインするには、事前にユーザー登録が必要です。
 - ② ホーム画面に表示された「体重測定チャレンジ」のバナーをクリックする。
 - ③ 「チャレンジ開始」をクリックして、体重を入力する。
※遡り入力は7日間有効です。8日以前の体重は入力できませんので
ご注意ください。

令和7年度

ウォーキングラリーの結果報告

達成率
24.8%

10月の「健康強調月間」および事業主の「秋の健康づくり運動」と共催で実施しました『令和7年度ウォーキングラリー』の実施結果をお知らせいたします。(任意継続被保険者を含む)

参加チーム
537チーム

参加人数
5,109名

参加率
85%

- チームの達成賞
(1日平均8,000歩以上) **133チーム**
- 個人の達成賞
(1日平均8,000歩以上) **1,739名**
- チーム全体の
1日当たりの平均歩数 **6,375歩**
- チームとしての
1日当たり最高平均歩数 **29,837歩**

チーム順位



順位	チーム名
1位	RE-7
2位	たまごっちーズ
3位	チーム新得水力
4位	東京支社(支社長・技術系)
5位	花の函系 負い目無しラストサポート
6位	道北統括配電部 割とガチ
7位	基幹系変電1G Aチーム
8位	道北工務G
9位	1G(目指せ30000歩)
10位	中給Aチーム+α

順位	チーム名
11位	田中太郎
12位	泊PS 機保 補機グループA
13位	北見支店チームKA
14位	保安全管理Gr
15位	本店3階東側
16位	調達第1G
17位	道南送電G総括SG
18位	本気の江別人たち
19位	☆名寄送電☆
20位	立地室A

実施期間
7月1日～7月31日

パーソナル
ウォーキング
ラリー報告

事業主とのコラボヘルスおよび健康経営の一環として、心身の健康維持・増進に向けた一人ひとりの健康活動イベント「パーソナルウォーキングラリー」の結果報告です。

参加者 2,785名 **参加率** 48.2% **達成賞** 1,675名

優秀賞 937名 **コラボポイント** ①歯周病リスク検診申込 156名
②eラーニング受講 228名

