

健康チャレンジ 2023

10/1日 ~ 11/30木

参加方法

Pep Upのキャンペーン  
ページよりご参加ください。

通勤で  
ウォーキング!



BMI  
18.5以上  
25未満を  
目指す!



ぐっすり  
睡眠

ズズズ...



# 元気UP キャンペーン

2コース以上達成・基準クリア  
&  
終了アンケート回答で

達成賞!

500ポイント  
進呈!

食事は  
バランスよく



やっぱり  
禁煙!



## チャレンジの流れ

**9月25日** キャンペーンサイト **OPEN!**  
キャンペーンや生活習慣改善コースの  
内容、達成基準を確認しましょう。

**10月1日** キャンペーン開始  
各コースのカレンダーに実践した日を  
★印で記録します(遡り登録可)。

**11月30日** キャンペーン終了  
表示された終了アンケートに回答しま  
しょう。



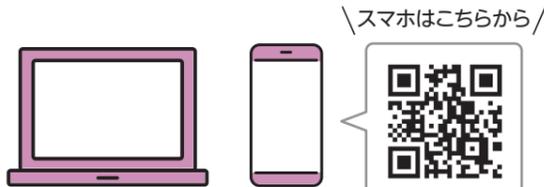
あなたもぜひ、  
チャレンジ  
してみてください!

Pep Up未登録の方はユーザー登録が必要です!

**1** お届けした登録案内通知をご用意ください  
(医療費のお知らせにも同封しています)。



**2** スマホまたはPCからユーザー登録後、  
キャンペーンページからご参加ください。



[https://pepup.life/users/sign\\_up](https://pepup.life/users/sign_up)

\*ユーザー登録の通知を紛失された方は  
イオン健康保険組合HPから再発行申請  
をお願いします。

イオン健保 ペップアップ

