

「農協健保 Try Walk 2024」参加手順

個人参加、チーム参加、いずれもエントリー期間中にウォーキングラリーへの参加のお申し込みが必要です

「農協健保 Try Walk 2024」 参加手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順1:
Pep Upにログインします。

ログイン画面



ログイン名:
登録したメールアドレス

パスワード:
8文字以上のパスワード

パスワードをお忘れの場合

ログイン

ログイン状態を保持する

※本画面はイメージ図です。

「農協健保 Try Walk 2024」 参加手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2:

「HOME」メニューの「健保からのお知らせ」、またはページ下部のバナーからウォーキングラリーの参加ページへアクセスします。

HOME画面

※本画面はイメージ図です。

The screenshot shows the PepUp HOME interface. On the left, there is a user profile for 'テストさん' (Test-san), a 36-year-old male, with details for HDP health insurance and a pep coin balance of 0 pt. The main content area features a '健保からのお知らせ' (Notice from Health Insurance) section with a highlighted 'ウォーキングラリー' (Walking Rally) announcement. The announcement includes a goal of 1 day 8000 steps and mentions that the HDP health insurance combination includes the Walking Rally. Below this, there are sections for 'おすすめの健康記事' (Recommended Health Articles) and a '健康チャレンジ' (Health Challenge) banner at the bottom, which also highlights the 1 day 8000 steps goal and provides a link to learn more.

「農協健保 Try Walk 2024」参加手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順3:

参加ページにあるキャンペーン詳細を読み、「参加する」ボタンを選択してください。(※個人で参加する人はこれで申込完了です。)

ウォーキングラリー参加画面

目指せ!
1日 10000 歩
ウォーキングラリー

テストさん
男性 36歳

加入健保 HCP健康保険組合
pppポイント 0 pt
健康年齢 - 歳

現在の健康状態
健康値がありません

ホーム
わたしの健康状態
医療費・給付金
アクティビティ
健康記事
日々の記録
PPPポイント
設定

キャンペーン

- 対象者
 - 被保険者のみ
- 達成条件
 - 2ヶ月で60万歩達成者(1日×1万歩)
- 期間
 - 10月1日00:00~11月31日
- 賞品
 - ポイント(商品の送料はポイントに含まれます)
- 有効歩数
 - 手入力
 - アプリ連携
 - Fitbit連携
- 参加事項
 - 1日の有効歩数: 30,000歩
 - 選んで入力できる期間: 7日
 - 期間内に50日以上入力していること
- 途中参加について
 - 基本なし
- その他
 - ランキングは行わない。キャンペーン期間中の歩数棒グラフを表示する
- 通知について
 - キャンペーン期間中の主要日報に下記の通知を送付

参加する

※本画面はイメージ図です。

「農協健保 Try Walk 2024」 参加手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

『参加いただきありがとうございます。』の画面が出ていることを確認してください。

※表示がない場合エントリーできていません。
前の画面に戻りもう一度参加ボタンを押してください。

目指せ!
1日 10000 歩
ウォーキングラリー
開催期間:9月1日~9月10日
株式会社JMDC

参加いただきありがとうございます。
9月1日の開始までお待ちください。

既存のチームに参加
チームを選択

新規チームを作成

※本画面はイメージ図です。

チームへの参加

<新規でチームを作る場合>

新規でチームを作る場合

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順1:

ウォーキングラリーページの「チームでチャレンジ」の「新規作成」をクリックします

目指せ!
1日 10000 歩

ウォーキングラリー

開催期間: 9月1日~9月10日

株式会社JMDC

参加いただきありがとうございます。
9月1日の開始までお待ちください。

既存のチームに参加

チームを選択

+ 確認する

新規チームを作成

新規作成

※本画面はイメージ図です。

新規でチームを作る場合

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2:

「チーム名、チームの本気度、チームの説明」を記入して、「チームの公開設定」を選び、「新規作成」をクリックします。

※非公開にすると招待リンクからのみ参加できるチームになります（次ページ参照）
※非公開にしてもチームランキングに表示されます

チームの新規作成

- ▲ チームを作成すると、あなたはこのチームのメンバーとなります
- ▲ 開催期間中はチームを移動することができません。
- ▲ 5人以上メンバーを集めないと「チームでチャレンジ」に参加できません。

チーム名

本気度

-- 本気度を選択してください --

説明

例) このチームは誰でも参加できる、みんなでまったりウォーキングを楽しむチームです。部署や年代を超えてはげまし合いながら、ウォーキングを楽しみましょう！

チームの公開設定 公開

* 非公開にすると招待URLからのみ参加できるチームになります。
* 非公開にしてもチームランキングに表示されます。

✓ 新規作成

※本画面はイメージ図です。

新規でチームを作る場合

個人参加

チーム参加

歩数入力

他の参加者を自分のチームに招待したい場合:

招待URLが表示されるので、他の参加者を自分のチームに招待したい場合、リンクを共有してください。

※非公開チームの場合は、招待リンクからのみチームに参加できます。

チームでチャレンジ

まあまあ チームA (4人)



0 歩



リンクを共有してチームに招待しよう

https://

この欄に招待リンクが表示されます

※本画面はイメージ図です。

チームへの参加

<既存の公開チームから選択する場合>

既存の公開チームから選択する場合

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順1:

「チームでチャレンジ」の「チームを選択」をクリックします

目指せ!
1日 10000 歩

ウォーキングラリー

開催期間: 9月1日~9月10日

株式会社JMDC

参加いただきありがとうございます。
9月1日の開始までお待ちください。

既存のチームに参加

チームを選択

+ 確認する

新規チームを作成

+ 新規作成

※本画面はイメージ図です。

既存の公開チームから選択する場合

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2:

チーム一覧からチームを選択し、「確認する」をクリックします



※本画面はイメージ図です。

既存の公開チームから選択する場合

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順3:

参加しようとしている「チーム名、チームの本気度、チームの説明、メンバー」を確認し、「このチームに参加する」をクリックします

チームに参加

めざせ目標達成 チームA

現在 **4** 人 参加中

営業部第一部のメンバーのみんなが集まるチームです。
みんなであったりあるきましょう～

このチームに参加する

チームの本気度は3段階あります。
ご自分に合うチームを選びましょう。

チームの本気度

- 誰でも参加OK
- めざせ目標達成
- めざせ上位ランキング

参加前にチームの説明を確認しましょう。

▲ チームの「本気度」や「チームの説明」を読んで適切なチームにご参加ください。
▲ チームに参加すると実施期間中はチームを移動することができません。
▲ チームメンバーが5人以上いないと「チームでチャレンジ」に参加できません。

※本画面はイメージ図です。

既存の公開チームから選択する場合

個人参加

チーム参加

歩数入力

エントリー完了です。ウォーキングラリー開始までお待ちください。
間違ってチームに入った場合は、エントリー期間中であれば抜けることができます。

※ウォーキングラリー開始後は、チーム変更・脱退することはできません。

開催期間:9月1日~9月10日 株式会社JMDC

参加いただきありがとうございます。
9月1日の開始までお待ちください。

チームでチャレンジ

めざせ目標達成 ABCD

現在 5 人 参加中

この欄にチーム名が表示されます

チームから抜ける

このチームの招待リンク

※本画面はイメージ図です。

チームへの参加

<既存のチームから招待された場合>

※非公開チームへの参加は招待のみとなります

既存の非公開チームに参加する場合

ウォーキング
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

既にチームのメンバーになっている人から招待URLを教えてもらいます。招待URLにアクセスし、チーム参加画面にある「このチームに参加する」ボタンをクリックしてチームに参加してください。ウォーキングラリーに参加する前に招待リンクをクリックした場合、チームのページが表示される前にウォーキングラリーの詳細が表示されます。内容を確認の上「参加する」をクリックするとチームのページが表示されます。



このチームに入ってね！

https://pepup.life/campaign/xx201710/team_join_confirm/T-xxxx

※非公開にしてもチームランキングに表示されます

チームに参加

めざせ目標達成 チーム犬塚

現在 **1** 人 参加中 健保基金で楽しくシビアに歩きます！

このチームに参加する



- ▲ チームの「本気度」や「チームの説明」を読んで適切なチームにご参加ください。
- ▲ チームに参加するとウォーキングラリーの期間に変更することはできません。
- ▲ チームメンバーが3人以上いないと「チームにチャレンジ」に参加できません。

※本画面はイメージ図です。

歩数の入力

<Fitbitで自動取得する場合>

FitbitとPep Upを連携させると、手動で歩数を入力しなくてもFitbitで集計された歩数を自動で取得することができます。

Fitbitによる歩数入力

個人参加

チーム参加

歩数入力

対象者:

Fitbitで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

手順1:

FitbitのアプリをインストールしてFitbitのアカウントを作成します。

※Pep Upと同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。



1.それぞれのスマートフォンのストアより、Fitbitアプリをインストールします

2.アプリがインストールされたら、アプリを開いてJoin Fitbit ボタンをタップします

3.ここで Fitbit アカウントを作成し、デバイスを携帯端末に接続（ペアリング）します

4.ペアリングをすることにより、デバイスと携帯端末が互いに通信（データの同期）できるようになります。

※Fitbit アプリとFitbitの連携に関するお問い合わせはFitbitサポートにお問い合わせください。

Fitbitによる歩数入力

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2 : Pep Upにログイン後、A.ウォーキングラリー画面または B.「日々の記録」画面から Fitbit連携を行います ※Pep Upアプリからの連携は次ページ参照

A.ウォーキングラリー画面



1. 「Fitbitのデータを同期」をクリックします

もしくは

B.日々の記録画面

※本画面はイメージ図です。



1 「日々の記録」 > 「デバイス連携」 fitbitの「連携する」を押します



※ログイン画面の表示に数分かかることがあります

2. Fitbitアカウントを入力します
(※Pepアカウントではありません)



3.同期する項目を選択し[許可]を押します
※歩数同期には「アクティビティおよびエクササイズ」「プロフィール」が必須です



4. 「Fitbitの連携が成功しました!」と表示されます

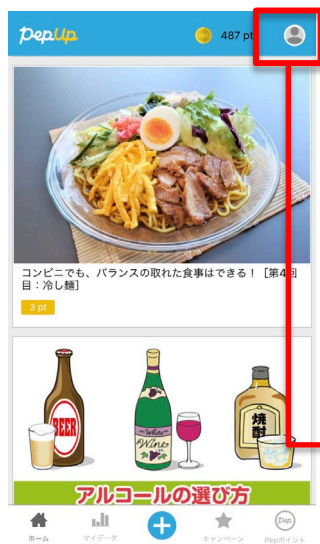
Fitbitによる歩数入力

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2 : Pep UpアプリからFitbitを連携することも可能です



1. PepUpにログインし、アプリ右上のアイコンをタップします



2. その他のメニューが表示されたら [Fitbit連携設定] をタップします



3. Fitbitのログイン画面が出たらFitbitアカウントを入力します。(※PepUpアカウントではありません)

※ログイン画面の表示に数分かかることがあります



4. 同期したい項目を選択し、[許可]をタップします。歩数同期には「アクティビティおよびエクササイズ」と「プロフィール」は必須です。



5. 「Fitbitの連携が成功しました!」と表示されます

■ FitbitとPepUpの連携解除をしたい場合
パソコンやスマートフォンのブラウザの
「日々の記録」画面から解除が可能です

※本画面はイメージ図です。

Fitbitによる歩数入力

個人参加

チーム参加

歩数入力



手順3：都度、Fitbitアプリを起動しFitbitデータをPep Upに取り込みます。

- ・ 連携は1度していただければ問題ございません
- ・ FitbitアプリにFitbit（ウェアラブル端末）の歩数が取り込まれないとPep Upには反映しません



1. Fitbitアプリを起動すると、ウェアラブル端末のFitbitで記録されたデータがFitbitアプリに取り込まれます。更新には数分かかります。



2. Fitbitアプリにデータが取り込まれると約1時間ほどでPep Upにもデータが同期されます

■ FitbitアプリとPep Upを強制的に同期させたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザから「日々の記録」>「設定」>「デバイス連携」Fitbitの「同期」を押します。

歩数の画面を更新すると最新データになります。更新には数分かかります。

※本画面はイメージ図です。

歩数の入力

<Garminで自動取得する場合>

GarminとPep Upを連携させると、手動で歩数を入力しなくてもGarminで集計された歩数を自動で取得することができます。

Garminによる歩数入力

個人参加

チーム参加

歩数入力

対象者:Garminで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

手順1:

アプリ「Garmin Connect」をインストールしてアカウントを作成します。
※GarminのアカウントとPep Upアカウントは同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。



GARMIN®



それぞれのスマートフォンのストアより、Garminアプリ「Garmin Connect」をインストールします。

アプリがインストールされたら、アプリを開いてアカウントを作成し、Bluetooth接続でデバイスと携帯端末を接続（ペアリング）します。

ペアリングをすることにより、デバイスと携帯端末が互いに通信（データの同期）できるようになります。



※GarminアプリとGarminの連携に関するお問い合わせはGarminサポートにお問い合わせください

Garminによる歩数入力

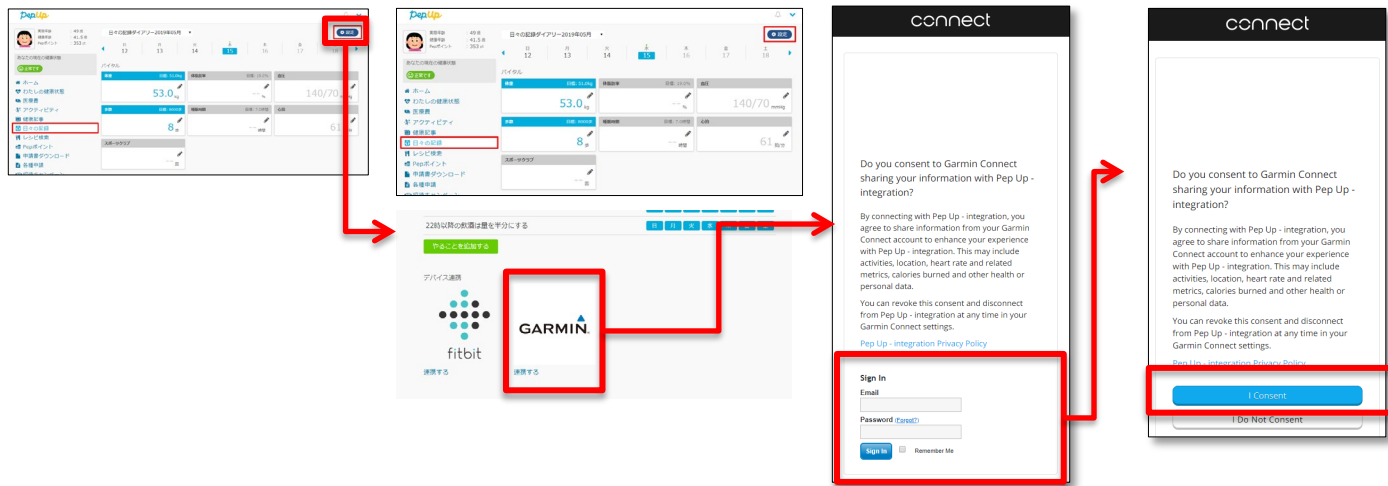
個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2 : Pep Upにログイン後、Garmin連携を行います
「HOME」 > 「日々の記録」 > 「デバイス連携」

※Pep Upアプリからの連携は次ページ参照



1. Pep Upにログインし、「HOME」 > 「日々の記録」 > 「設定」ボタンを押します

2. 画面一番下のGarminアイコンの下「連携する」リンクを押します

3. Garmin Connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力します

4. Pep UPとのデータ連携を許可します

※本画面はイメージ図です。

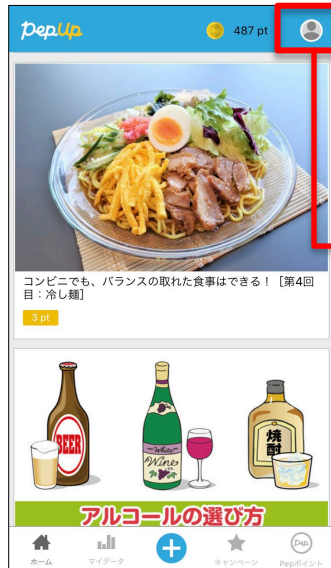
Garminによる歩数入力

個人参加

チーム参加

歩数入力

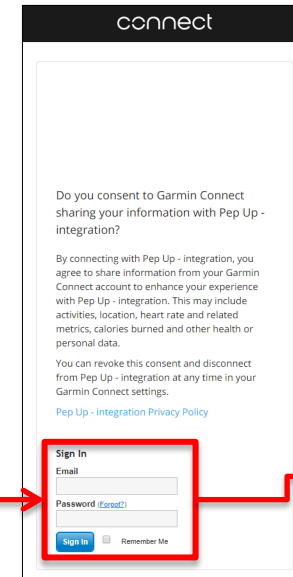
手順2 : Pep UpアプリからGarminを連携することも可能です



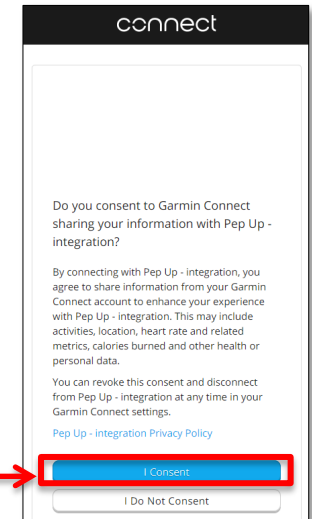
1. Pep Upアプリにログインし、右上のアイコンをタップします



2. その他のメニューが表示されたら[Garmin連携設定]をタップします



3. Garmin Connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力します



4. Pep UPとのデータ連携を許可します

■GarminとPep Upの連携解除をしたい場合
パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

※本画面はイメージ図です。

Garminによる歩数入力

個人参加

チーム参加

歩数入力



手順3 : 都度、Garminアプリを起動しデータをPep Upに取り込みます

- ・ 連携は1度していただければ問題ありません
- ・ Garmin Connect アプリにGarmin（ウェアラブル端末）の歩数が取り込まれないとPep Upには反映しません



1. Garmin Connectアプリを起動し、ウェアラブル端末と同期し、歩数を取り込みます。

2. Garmin Connectアプリで同期すると、Pep Upに反映します。反映に時間がかかる場合もあります。

※本画面はイメージ図です。

歩数の入力

<スマートフォンアプリで 自動取得する場合>

Pep Upのアプリを使うと、歩数を手入力しなくてもAppleのヘルスケアやGoogle Fitからスマートフォン内に保存されている歩数を自動で取得することができます。

アプリ連携手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順1:

以下のURLからPep Upのアプリをインストールします。

ペップアップアプリ



App Store

<https://itunes.apple.com/jp/app/pepup/id1109651121?mt=8>

Google Play

<https://play.google.com/store/apps/details?id=life.pepup.app&hl=ja>

アプリ連携手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2:
Pep Upアプリにログインします。



※本画面はイメージ図です。

アプリ連携手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順3:

iOSの場合：iOSヘルスケアアプリと連携します。

「ソース」 - 「Pep Up」とタップして連携したい項目をONにします。



各項目がONになっていることを確認してください

※本画面はイメージ図です。

アプリ連携手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順3-1:

Androidの場合：Google Fitと連携します。

「Google Fit連携設定」をクリックします。

※Google Fitアプリをインストールしていない場合は先にインストール後、ログインして歩数データが入っていることを確認してください。



※本画面はイメージ図です。

アプリ連携手順

個人参加

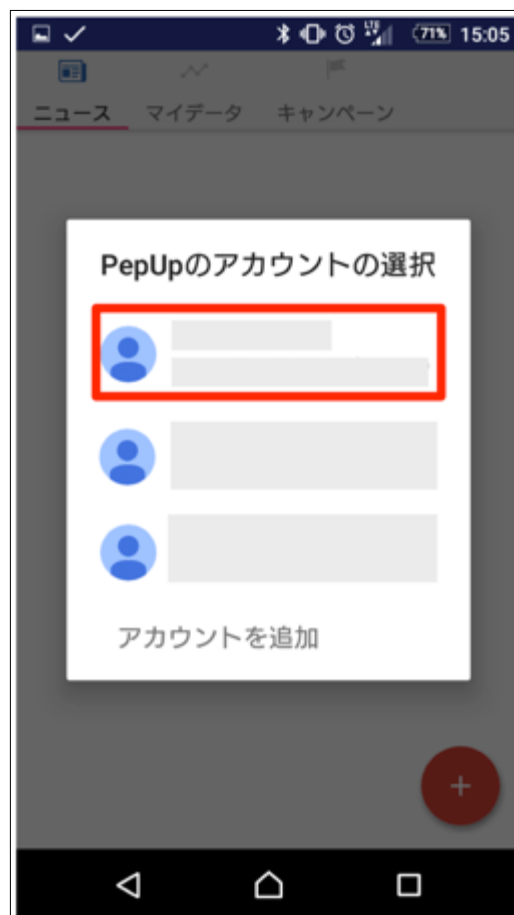
チーム参加

歩数入力

手順3-2:

Androidの場合：

アカウントが複数ある場合は、Google Fitで歩数が確認できる連携したいアカウントを選択します。



※本画面はイメージ図です。

アプリ連携手順

個人参加

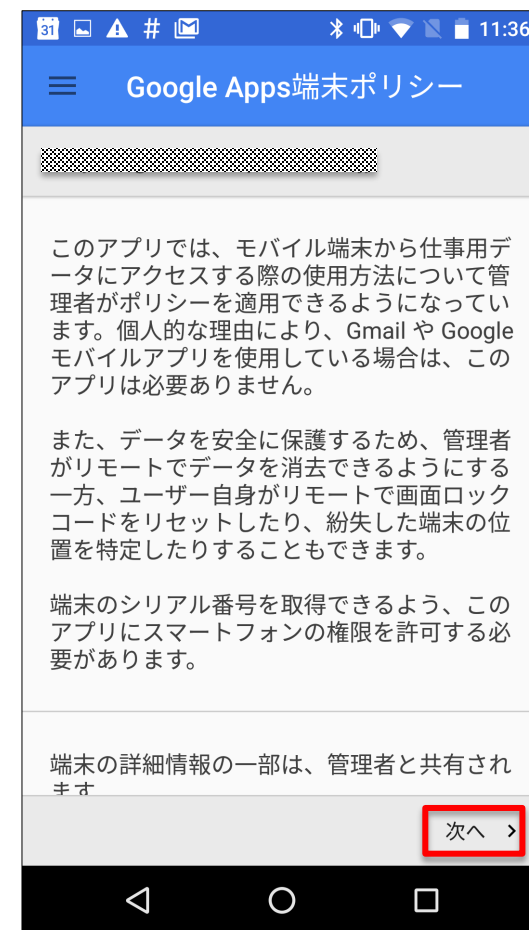
チーム参加

歩数入力

手順3-3:

Androidの場合：
端末ポリシーの適用画面になります。

※本画面はイメージ図です。



アプリ連携手順

個人参加

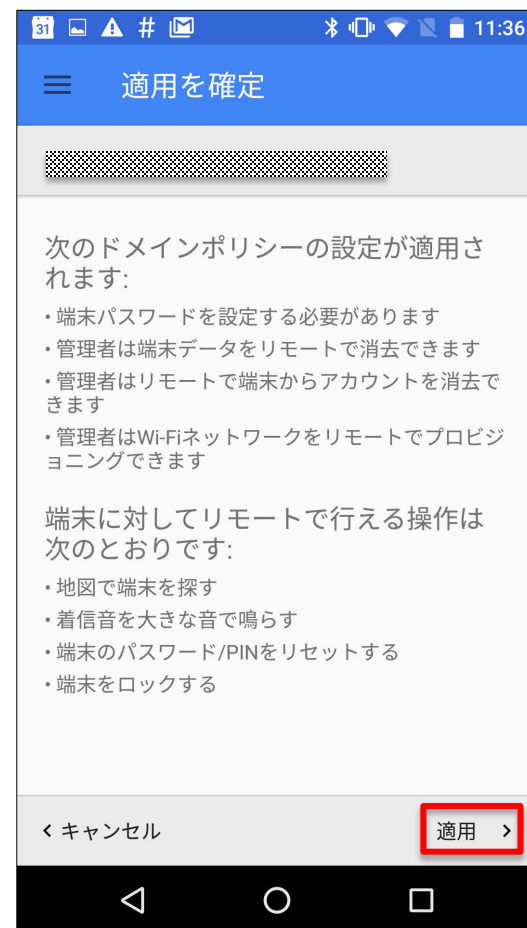
チーム参加

歩数入力

手順3-4:

Androidの場合：
端末ポリシーの適用画面になります。

※本画面はイメージ図です。



アプリ連携手順

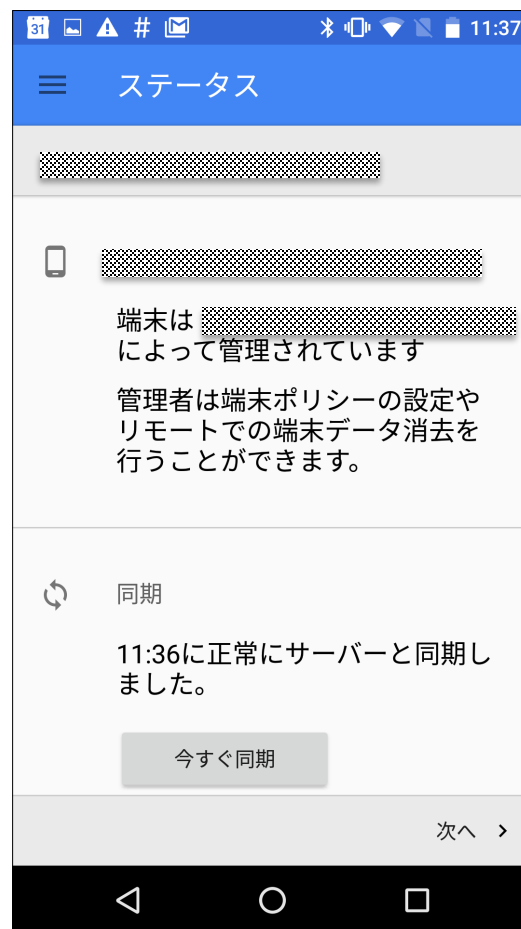
個人参加

チーム参加

歩数入力

手順3-5:

Androidの場合：
適用されるとステータス画面になります。



※本画面はイメージ図です。

アプリ連携手順

個人参加

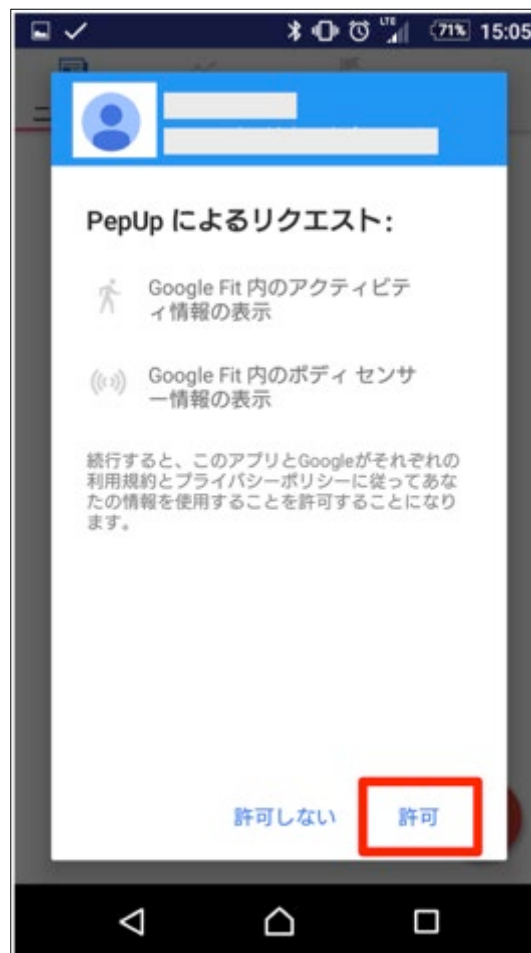
チーム参加

歩数入力

手順3-6:

Androidの場合:

Pep Upによる権限リクエストを許可します。



※本画面はイメージ図です。

アプリ連携手順

個人参加

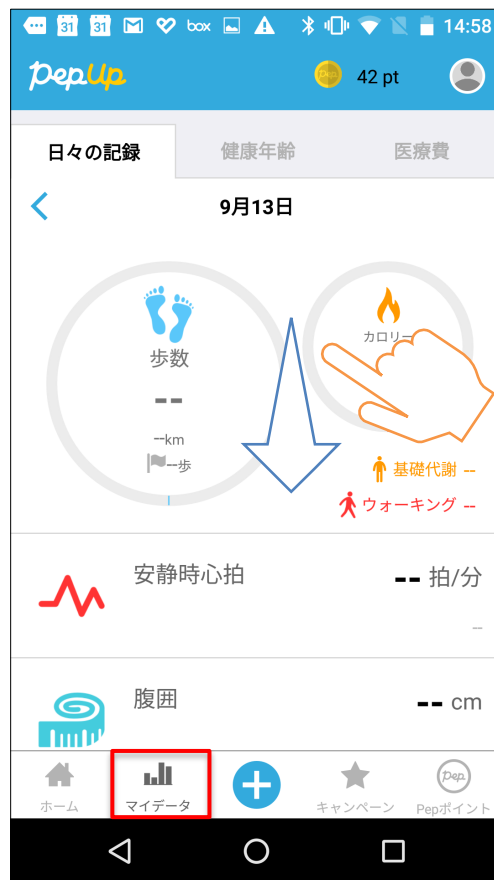
チーム参加

歩数入力

手順4:

「マイデータ」メニューの画面を下に引っ張って、データを更新します。更新が完了すると、最新の歩数がスマートフォンから保存されます。

マイデータ画面



※本画面はイメージ図です。

歩数の入力

<手入力をする場合>

歩数入力手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順1:

健保からのお知らせ、またはバナーからウォーキングラリーページにアクセスします。

HOME画面

※本画面はイメージ図です。

The screenshot shows the PepUp HOME interface. On the left is a user profile for 'テストさん' (Test-san), a 36-year-old male, with details for HDP health insurance and a '0 pt' pep point. A navigation menu includes 'ホーム' (Home), 'わたしの健康状態' (My Health Status), '医療費・給付金' (Medical Expenses/Payments), 'アクティビティ' (Activities), '健康記事' (Health Articles), and '日々の記録' (Daily Records). The main content area features a '健保からのお知らせ' (Notice from Health Insurance) section with a highlighted banner for 'ウォーキングラリー' (Walking Rally) with a goal of 8000 steps. Below this is an 'おすすめの健康記事' (Recommended Health Article) about calcium intake. At the bottom, a '健康チャレンジ' (Health Challenge) section also highlights the walking rally with a '詳しくはこちら' (Learn More Here) button.

歩数入力手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順2:

「昨日の歩数を入力」または「歩数をまとめて入力」をクリック。

ウォーキングラリーページ



目指せ!
1日 10000 歩

ウォーキングラリー

開催期間:9月1日~9月10日

株式会社JMDC

あなたの現在の健康状態
健診値がありません

- ホーム
- わたしの健康状態
- 医療費
- アクティビティ
- 健康記事
- 日々の記録
- レシピ検索

昨日の歩数を入力

歩数をまとめて入力

Fitbit® のデータを同期

あなたの現在の歩数

開催期間中の歩数

※本画面はイメージ図です。

歩数入力手順

個人参加

チーム参加

歩数入力

手順3:

歩数入力用のポップアップが表示されるので、歩数項目に対象とする日の「1日の合計歩数」を「半角数字」で入力します。また、日付の項目で入力対象日を選択します。

歩数入力ポップアップ

データ記入

歩数 歩

日付

キャンセル 確認

データ記入

歩数 歩

日付

キャンセル

September 2016

Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8

あなたの目標

2ヶ月で60万歩い

(上記方法の他に、「日々の記録」や「Pep Walk」からの歩数入力でもウォーキングラリーに反映されます。)

※本画面はイメージ図です。

称号機能のお知らせ「ボブの宇宙への旅」①

Let's all walk in space together

ボブの宇宙への旅

今度のウォーキングラリー称号は、宇宙でウォーキング！

・・・そして、人類は新時代の健康を求めて宇宙への健康を探す旅が始まった。かつて太陽系の先端にあった冥王星プルートを目指すこのプロジェクトは『20**年宇宙の旅』と名付けられた。

宇宙での健康調査隊として派遣されることになったボブ。
「人類のため宇宙での歩行を楽しんで。いや、しっかり調査してきます！」
・・・頼んだぞ、ボブ！

※現在、冥王星は惑星ではありませんが、ストーリーでは最終訪問地点として取り扱っておりますので、ご周知のほどお願いいたします。



称号機能のお知らせ「ボブの宇宙への旅」②

					
いざ出発！	発射台到着	月到着	火星到着	アステロイド遭遇	木星到着
目標達成歩数の0%	目標達成歩数の10%	目標達成歩数の20%	目標達成歩数の30%	目標達成歩数の40%	目標達成歩数の50%
					
UFO遭遇	土星到着	天王星到着	海王星到着	冥王星到着！！	未知なる遭遇
目標達成歩数の60%	目標達成歩数の70%	目標達成歩数の80%	目標達成歩数の90%	目標達成歩数の100%	目標達成歩数の120%
					取扱注意！隠し称号

今回の称号ストーリーは、物語がありますのでご活用ください。

・・・そして人類は新時代の健康を求めて宇宙での健康を探す旅に出ることになりました。白羽の矢が立ったのはボブ。とても賢くて宇宙の研究に熱心です。まずはロケットに乗って地球を飛び立ち月から地球を見下ろして、太陽系の惑星を回る旅が始まります。途中アステロイドに遭遇し危ないことがあったり、木星の衛星タイタンでUFOに遭遇し拐われそうになったりしますが、目的地である冥王星プルートまで無事到着し人間の健康の偉大さを学ぶことができました。そして裏話として帰り途中、丁度火星で留守だった火星人に会うことができ、地球まで宇宙船で送ってもらい無事帰還する、というお話になっています。

■切り替え回数10回+ 1。 ■切り替え% 10%等分UP (隠しのみ20%でUP)

お問い合わせ先

Fitbitに関するお問い合わせ

Fitbitアプリ内右下にあるアカウント内の
カスタマーサポートへお問い合わせください。



Pep Upに関するお問い合わせ

Pep Upログイン後、ページ右上「よくある質問」より
お問い合わせください。



ログインできない場合は、
Pep Upトップページ下部より
お問い合わせください。

[Pep Up お問い合わせフォーム]
<https://pepup.life/inquiry>

※本画面はイメージ図です。