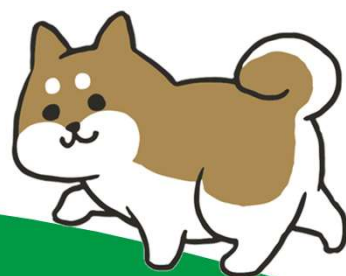


スタートガイド 2026



あなたの健康を、もっと身近に。

健診結果・医療費通知・健康イベント・Pepポイント。
あなたの健康情報が、スマホひとつにまとまります。



健診結果



医療費通知



資格情報



健康イベント



Pepポイント

いま登録すると 初回登録ボーナス 1,000pt プレゼント!

Pep Up(ペップアップ)とは

健康保険組合からのお知らせやサービスを、あなたのスマホ・PCへお届けする「健康ポータルサイト」です。



ロートグループ健康保険組合



Pep Up

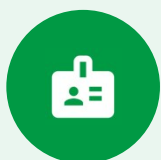
健康情報がひとつに集まる、あなた専用のマイページ



健診結果



医療費通知



資格情報



健康イベント

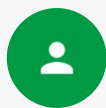


Pepポイント

健康記録・お薬手帳・eラーニングなどの機能も使えます



あなたのスマホ・PCでいつでも確認



対象

当組合の被保険者の
みなさま



利用料

無料
(通信料のみ自己負担)



スタート

2026年8月下旬
ID通知を自宅へ発送

FEATURES

Pep Upでできること

毎日の健康づくりに役立つ6つの機能。すべて無料で使えます。



健診結果の確認

健康診断の結果をいつでもスマホで。経年変化もグラフでわかります。

→ P7



医療費通知

毎月の医療費を確認。確定申告(医療費控除)用データも取得できます。

→ P8



資格情報のお知らせ

健康保険の記号・番号などをスマホでいつでも確認できます。

→ P9



健康教育

eラーニングや健康クイズで、スキマ時間に楽しく健康知識を習得。

→ P10



健康イベント

ウォーキングラリーや体重測定チャレンジなど、参加型イベントが充実。

→ P10



Pepポイント

健康行動でポイントが貯まり、Amazonギフトカードなどに交換できます。

→ P11



はじめはメールによる二段階認証が自動で設定されます。
その後、パスキーへ切り替えることで、より簡単・安全にご利用いただけます。

1 Pep Upに初回登録 新規登録手順

- 1 「ID（メールアドレス）」
「パスワード」を登録します。
- 2 登録頂いたメールアドレスに
確認用メールが届きます。
- 3 メール内に記載のURLにアクセスします。
- 4 アクセスした先で
「本人確認コード」「生年月日」を
入力します。
- 5 登録完了。



この時点で、登録したメールアドレスの有効性が確認されるため、
二段階認証の認証コード入力是不要です。

2 二段階認証（メール認証）

初回登録時は設定作業不要

Pep Upでは、新規登録完了時にメールによる二段階認証が
自動的に有効になります。



2回目以降のログイン時

- 1 ID・パスワードを入力して
ログインします。
- 2 登録メールアドレスに
認証コードが届きます。
- 3 認証コードを
入力します。
- 4 ログイン完了！



※二段階認証の認証コードを入力することでログインが可能となります。

3 Pep Upの利用開始



ログイン後、Pep Upを
ご利用いただけます。

✓ メール認証で本人確認を行います。



4 パスキー認証を設定 任意・おすすめ

「設定」→「パスキー認証設定」から設定できます。

画面の案内に沿って、顔認証・指紋認証・PINを登録します。



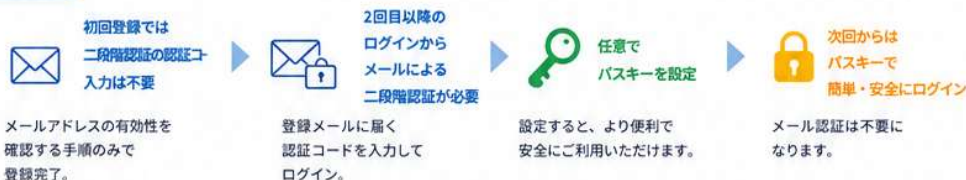
5 次回からはパスキーでログイン

パスキーを設定すると、メールによる二段階認証は不要！
顔認証・指紋認証・PINだけで、簡単・安全に
ログインできます。



認証アプリをご利用の
一部の方は、「パスキー」
または「認証アプリ」を
選択してログインできます。

まとめ



健診結果をスマホで確認

紙の結果表を探さなくても、いつでもどこでも振り返ることができます。



結果をいつでも確認

健康診断の結果がPep Upに自動で反映。項目ごとの判定もひと目でわかります。



経年変化をグラフで

過去の結果と比べて、体重・血圧・血液検査などの変化をグラフで確認できます。



「健康年齢」がわかる

健診データから算出した“カラダの年齢”を表示。実年齢より若いほど良好です。

健康年齢はどこで見られる？

ログイン後のトップ画面、または「健康年齢」メニューから確認できます。健康年齢に応じた生活習慣改善のアドバイスも表示されるので、次の健診に向けた目標づくりに役立ちます。



健診結果改善チャレンジ(通年)

健診値の改善・維持で最大1,000ポイント。受診した方は自動で対象、申請は不要です。

医療費通知をペーパーレスで

毎月の“お医者さん代”をPep Upでお知らせします。



毎月の医療費を確認

自己負担額と健保負担額を月ごとに確認。医療費への意識づけにも役立ちます。



医療機関ごとの明細

受診した病院・薬局ごとの費用が一覧でわかります。



確定申告に使える

医療費控除(e-Tax)用のデータをダウンロードして、確定申告に活用できます。



過去にさかのぼれる

サービス開始以降の医療費履歴をいつでも振り返ることができます。



2026年12月から、医療費通知はPep Upで毎月配信します

配信時にはお知らせメールが届きます。紙の通知を待たずに、タイムリーに確認できます。
(2026年3月までKENPOSでも医療費通知は確認できます。)

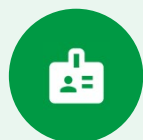


あわせて便利:お薬手帳・ジェネリック差額通知

Pep Upアプリは電子お薬手帳としても使えます。ジェネリック医薬品に切り替えた場合の節約額のお知らせも届きます。

資格情報のお知らせ

健康保険の記号・番号などの資格情報を、Pep Upで電子交付します。



スマホがあれば、いつでも確認

ご自身の健康保険の資格情報を、Pep Upの画面でいつでも確認できます。書類を探す手間がなく、必要なときにすぐ見られて便利です。

確認できる情報

記号

番号

枝番

氏名

資格取得年月日

負担割合(70歳以上の方)



こんなときに便利

入社直後や、記号・番号の記入が必要な各種手続きのときに。マイナ保険証の情報とあわせて、自分の資格情報をすぐに確かめられます。



受診するときのご注意

このお知らせは資格情報の「確認用」です。医療機関・薬局で受診する際は、マイナ保険証または資格確認書をご提示ください。

楽しく参加、健康イベント

1年を通じて、参加するだけでポイントが貯まるイベントを開催します。



11月

ウォーキングラリー

チームや個人で歩数にチャレンジ。仲間と励まし合いながら歩けます。参加+達成でポイント獲得。



通年

ふれんどウォーク

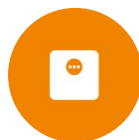
しばいぬキャラクターと毎日マイペースに。前日の歩数に応じて自動でポイント付与。



9～11月

健康クイズ

健康知識を楽しく学べる全6カテゴリーのクイズ。全問正解で1,000ポイント。



12～1月

体重測定チャレンジ

1日1回体重を記録するだけ。生活習慣を振り返るきっかけに。達成で最大500ポイント。



12～2月

eラーニング

女性の健康・メンタルヘルスなど、スマホで学べる健康講座を配信します。



2月

やることチャレンジ

食生活・睡眠・運動から目標を選んで実践。達成で最大500ポイント。

※ イベントの内容・時期・ポイント数は年度により変わります。最新情報はPep Upのお知らせをご確認ください。

Pepポイントを貯めて、使う

健康行動がポイントに。貯めたポイントはギフト券などに交換できます。



貯める — 健康行動でどんどん貯まる

初回登録ボーナス

1,000pt

健康クイズ 全問正解

1,000pt

健診結果改善チャレンジ

最大1,000pt

毎日の歩数(ふれんどウォーク)

最大20pt/日

ウォーキングラリー・体重測定などの各種イベント

イベントごとに付与

体重・血圧などの日々の記録

記録日数に応じて付与



使う — 1ポイント単位で交換OK

Amazonギフトカード、楽天ポイント、WAON、PayPayポイントなど、さまざまな商品・サービスと交換できます。残高と履歴は「ポイント」メニューからいつでも確認できます。



知っておきたい2つのポイント

- ✓ 交換レートは商品ごとに異なります(例:Amazonギフトカード100円分=110pt)。1pt=1円とは限りません。
- ✓ ポイントには有効期限があります。失効前に登録メールアドレスへお知らせが届きます。

2026年度 年間スケジュール(予定)

各イベントの詳細は都度ご案内いたします。

8月	「本人確認コード」を自宅へ発送/登録受付スタート
9月	初回登録ボーナス1,000pt/健康クイズ・ふれんどウォーク開始
10月	インフルエンザ予防接種補助の受付
11月	ウォーキングラリー開催/健康クイズ最終月
12月	医療費通知の配信スタート/体重測定チャレンジ/eラーニング
1月	体重測定チャレンジ(～1/15)/eラーニング
2月	やることチャレンジ/eラーニング
3月	マイナ保険証の登録確認で300pt

※ 内容・時期は変更になる場合があります。最新情報はPep Upのお知らせでご案内します。

SERVICES

ロート製薬株式会社の皆様へ Pep UpとW-UPの違い

役割の異なる2つのサービスで、ロートグループの健康づくりを支えます。

Pep Up

健康保険組合の公式ポータル

- 資格情報のお知らせ
- 医療費通知
- 健診結果の閲覧・健康年齢
- 健康教育(eラーニング・クイズ)
- 健康イベント・チャレンジ
- Pepポイント

W-UP

ロート製薬株式会社
健康経営・健康づくりアプリ

- 毎日の歩数管理
- ウォーキングイベント
- チーム対抗イベント
- 健康習慣の継続サポート
- 仲間とのコミュニケーション
- W-UPポイント

2つのサービスは競合ではなく、役割分担です



※ W-UPとの歩数連携は、ロート製薬株式会社の被保険者の方が対象です。



健康保険組合と会社(事業所)が連携して、みなさんの健康づくりを応援します(コラボヘルス)。

よくある質問

みなさまからよくいただく質問にお答えします。

Q スマートフォンがないと使えませんか？

A PCのブラウザからでもご利用いただけます。アプリとほぼ同じ機能をお使いいただけます。

Q 家族(被扶養者)も登録できますか？

A 現在は被保険者の方が対象です。被扶養者のみなさまへの展開は今後検討していきます。

Q 本人確認コードをなくしてしまいました。

A 健康保険組合の窓口へご連絡ください。再発行の手続きをご案内します(→ P15)。

Q ポイントはいつ付与されますか？

A イベントやチャレンジの終了後、健康保険組合が確認のうえ順次付与します。付与時にはメールでお知らせします。

Q 健診結果や医療費は会社に見えますか？

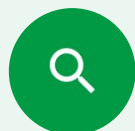
A 見えません。個人の情報が会社(事業所)に共有されることはありませんので、安心してご利用ください。

Q 退職したらどうなりますか？

A 資格喪失後も約3か月間(90日間)は一部機能をご利用いただけます。その後は利用が制限されます。

困ったときは

お困りの内容に応じて、3つの窓口をご利用ください。



STEP 1 | 「よくある質問」を見る

操作方法やログインのお困りごとは、Pep Up公式サポートサイトの「よくある質問」でほとんど解決できます。24時間いつでも確認できます。



URL:<https://support.pepup.life/hc/ja>



STEP 2 | 操作・ログインのお問い合わせ

よくある質問で解決しない操作のお困りごとは、Pep Upサイト内のお問い合わせフォームからPep Up運営(JMDC社)へご連絡いただけます。



URL:<https://pepup.life/inquiry>



STEP 3 | 本人確認コードの紛失・資格に関すること

本人確認コードの再発行、加入・喪失など資格に関するご相談は、事業主を通じて健康保険組合へ申し出てください。

ロートグループ健康保険組合

TEL : 06-6758-6921 Email : info@rohtokenpo.or.jp

さあ、始めましょう！

登録は5分。今日から、あなたの健康がもっと身近になります。

1



本人確認コードを
手元に用意

2



QRコードから
登録ページへ

3



メールを登録して
利用スタート！



Pep Up 登録・ログインはこちら

<https://pepup.life>

初回登録ボーナス 1,000ポイント！

発行:ロートグループ健康保険組合
お問い合わせ:06-6758-6921