

2026年3月24日

被保険者・被扶養者 各位、
(事業所回覧・web掲載)

川崎汽船健康保険組合

(続報) 健康増進アプリを刷新します！

(現) QOLism から(新) Pep Up へ

2月20日付にてご案内致しました、新アプリ【Pep Up】(5月を目途に導入)につき、追加案内致します。

☆ Pep Up 利用対象者 当健保被保険者 及び 被扶養者のうち配偶者

但し、配偶者以外の被扶養者であっても QOLism 利用者(2026年2月末時点)は対象とする

☆ Pep Up 利用手続き(手順)

1) 本人確認コードを記した登録案内送付(4月中～下旬)

➤ 被保険者(任意継続を除く) : 事業所経由にて送付

※ 各事業所ご担当各位には、配布ご協力をお願い申し上げます。

➤ 被扶養者及び任意継続被保険者: 別途当健保宛【WEB登録申込み】に応じて居所に郵送

但し、QOLism利用者は、被保険者と同時に事業所経由にて送付

[【WEB登録申込み】はこちらから](#) (←クリックで申込みフォームが開きます)

前アプリの登録・利用状況及び経費節減を鑑み、上記対応としました。ご理解願います。

2) 利用登録・利用開始(5月1日～)

登録案内に基づいて登録・利用開始

必要登録情報: メールアドレス、本人確認コード、生年月日、パスワード(ご自身で設定)

※ 5月中の利用登録、一定期間の利用継続、日々の利用に対して、

楽天・Paypay・dポイント他、その他健康グッズと交換可能なPepポイントを進呈予定です。

以 上

(ご参考)

▲ 開封前にあて名をご確認ください

登録案内封筒

Pep Up(ペップアップ)
登録のご案内

登録に必要な「本人確認コード」が掲載された紙面が入っています

料金別納郵便

重要
親展

(任継を除く被保険者)
〔事業所名〕

(被扶養者&任継被保険者)
〔送付先住所〕

保険証 記号-番号

一緒に歩こう!

川崎汽船健康保険組合
〒150-0003
東京都港区西新橋 1-10-2

(次頁に続く)

(任継を除く被保険者)
〔事業所名〕

(被扶養者 & 任継被保険者)
〔送付先住所〕

保険証 記号-番号

登録案内 (表)



Pep Up(ペップアップ) 登録のご案内

Pep Up (ペップアップ) は健康状態の「見える化」で生活習慣を改善するPHR (個人が健康情報を一元管理する) サービスです。健康診断結果にもとづく「健康年齢」やイベント、お得な情報など、様々な気づきと学びが用意されています。費用負担なしでご登録いただけますので、ぜひご登録いただき、健康づくりにお役立てください。

川崎汽船健康保険組合

〒150-0003
東京都港区西新橋 1-10-2

あなたの「本人確認コード」はこちらです

Z9Y8X7W6V5

※大文字小文字は区別されません

※「本人確認コード」は本サービス登録者が本用紙を正しく受け取ったご本人であることを確認するためのコードです。このコードは初回の登録時のみ使用します。登録完了後は破棄していただいております。

Pep Upご登録の流れ

以下のいずれかでPep Upにアクセスし、「メールアドレス」と「パスワード」を登録してください。

登録したアドレスに送られたメールに記載の確認用URLにアクセスしてください。

アクセスしたページ内の下部にある「本人確認コード」と「生年月日」のフォームを入力し登録を進めてください。

登録完了ですすぐにご利用いただけます。最初に登録した「メールアドレス」と「パスワード」でログインしてください。

アプリでPep Upを使う



WebでPep Upを使う



https://pepup.life/users/sign_up



Pep Upについては裏面をご覧ください

健康状態の“見える化”で生活習慣を改善しポイントもたまる

登録案内 (裏面)

Pep Up (ペップアップ) はあなたの「健康年齢®」を維持改善するためのヘルスケアプラットフォームです。あなたの健康情報を一つにまとめ、健康活動をサポート。更にポイントもたまるお得なサービスです。

※「健康年齢」は、株式会社JMDCの登録商標です。

自分のカラダ年齢がわかる「健康年齢®」



健康年齢は健康診断や人間ドックの結果からあなたの健康状態が何歳相当かを表す健康の指標です。

健康づくりでご褒美ポイント「健康チャレンジ」



ウォーキングや生活習慣の改善行動に取り組みながらポイントもたまるイベントを開催。健康への取り組みでお得にポイントゲット!



しばいぬと自分のペースで歩こう「ふれんどウォーク」



1日5,000歩以上でしばいぬがシャベルを発見! シャベルでほりほりするとポイントがもらえます。

隙間時間に学んでポイント「健康記事」



あなたの健康状態に合わせたヘルスケア記事を読むことができます。健康記事を読んで評価するとポイントがもらえます。

ポイントをためて、欲しい商品に交換しよう!

ためたポイントはAmazonギフトカードや楽天ポイント、PayPayポイント、電子マネー、健康グッズなど、厳選された商品と交換できます。商品ラインナップは毎月更新中!

※掲載されている商品名およびロゴは、各社の商標または登録商標です。



健康をサポートする機能が充実

- ・お薬手帳
- ・日々の記録
- ・医療費通知
- など

※一部ご契約によっては使用できない機能もございます。



※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

毎月開催 Pep Upユーザー限定 賞品プレゼントキャンペーン

Present!
Pep Upユーザーだけが参加できる毎月開催の抽選応募キャンペーン。Pep Up登録後キャンペーンページにアクセスしご応募ください。

※すでに応募済みの方はキャンペーンページが表示されません。賞品の写真は一例となります。



ご登録方法やご質問などございましたら、お問い合わせフォームよりご連絡ください。

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

