

Pep Upでの健康年齢 確認方法について



健康年齢って？

健康年齢は、健診データ(血圧・血糖・脂質などの12項目)、性別、実年齢を基に算出される健康指標です。
健康年齢が実年齢より高いほど、生活習慣病リスクも高くなります。

自分の健康年齢が何歳か、確認してみましょう。



健康年齢の確認方法

①Pep Upへログインする

・<<Pep Upログインページ>>へアクセスし、ご自身で設定したアドレス・パスワードを入力し、ログインします

※既に登録がお済みでログインができない方は<<こちら>>をご確認ください

②「メディカル」タブを開く

・左下の  をクリックします (PCの場合は  わたしの健康状態 をクリックすることで確認できます)

③「健康状態」を開き、健康年齢を確認

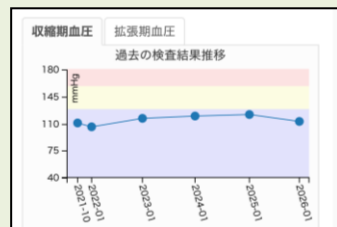
・右上の 健康状態 をクリックすると、健康年齢が確認できます



過去の健診結果の推移も確認できます

年に1回の健診も、結果を見て安心していませんか？数値が範囲内でも、過去の結果と比較し、経年で見ていく事が大切です。(基準値内でも数年で悪化している可能性があります)

Pep Upでは、過去最大10回分の健診結果を確認する事が出来ます。この機会に過去の結果を含めて確認してみましょう。



Pep Upを利用するには初回登録が必要です！

登録方法

当組合からお届けする“健康情報サービス登録方法ご案内”にしたがって登録します。
※登録には案内記載の「本人確認コード」が必要です。

「登録案内」を紛失された方

「登録案内」の発行を希望する場合は、右記QRコードを読み取り後必要事項を入力し、PepUp 登録案内発行依頼を送信してください。

再発行依頼はこちらから [\[URL\] https://forms.office.com/r/cuPAmnBYBc](https://forms.office.com/r/cuPAmnBYBc)

