

	ポイント付与メニュー	付与となる具体的な健康行動	ポイント数	期間限定	時期	被保険者	被扶養者
PepUpを使う	初回登録	PepUpに初めて登録をした	500Pt	☆	4月	○	
	既登録	PepUpを既に使っている	300Pt	☆	4月	○	
健診を受ける	特定健診の受診	被扶養者が特定健診を受診した	500Pt	—	—		○
健診結果を改善させる	健康診断改善チャレンジ	前年の健診結果と比べて数値が改善した(詳細は以下参照)		—	—	○	○
		健康年齢の実年齢との差	10Pt/歳	—	—	○	○
		該当項目(BMI・収縮期/拡張期血圧・空腹時血糖・HbA1c・中性脂肪・HDL・LDL・AST・ALT・γ-GTP)でPepUp内での健診判定の改善する	20~30Pt	—	—	○	○
イベントに参加する	自力で卒煙キャンペーン	「自力で卒煙キャンペーン」に参加し禁煙した	500Pt	☆	6月 翌1月	○	
	ブリヂストンKEN歩	「ブリヂストンKEN歩」に参加した	100Pt	☆	4~5月 10~11月	○	○
		チャレンジ期間中の平均目標歩数を達成した(個人・チーム)	400Pt ※いずれかで付与 1名(1チーム)2000Pt 50名(10チーム)1000Pt ※抽選				
		チャレンジで上位になった(個人・チーム)					
	健康クイズ	「健康クイズ」に参加し、一定数の質問に全問正解した	500Pt	☆	6月 翌年3月	○	○
体重測定チャレンジ	「体重測定チャレンジ」に参加し、チャレンジ期間中に一定日数の体重を入力する	500Pt	☆	7月 翌1月	○	○	