

体重測定チャレンジ

1. 内 容 体重が大きく変化する可能性の高い年末年始において、1日1回体重を測定し記録することで、日々の行動を振り返るきっかけとし、生活習慣の改善を意識づけることを目的とする。20日以上体重を記録し入力した方に Pep ポイントを付与する。
2. 対 象 者 Pep Up 登録者
3. 期 間 令和7年12月16日～令和8年1月15日（31日間）
4. 入力締切日 令和8年1月22日
5. 参 加 方 法 Pep Up「健保からのお知らせ」または当該バナーをクリック
6. 達 成 賞 期間内で20日以上体重を記録し入力した方に 500Pep ポイントを付与する。
7. 付 与 日 令和8年1月24日。
8. ポイント有効期限 ポイント付与日から3年間（資格喪失した場合は、資格喪失日から90日間）