

English follows Japanese

【[English version](#)】 Please see P47-  
【日本語版】 P1-46をご参照ください。

# 2026ウォーキングイベント参加手順 /Participation Steps for the Walking Event

アクサ生命健康保険組合  
AXA Life Health Insurance Association (HIA)



## ◆ 対象者

アクサ生命の被保険者（社員）および被扶養者（ご家族）

## ◆ 開催期間

2026年5月21日(木)～ 2026年12月31日(木) ※エントリーは11月30日まで

## ◆ 参加方法

個人もしくはチームでの参加

<個人参加>

参加方法は[こちら](#)

<チーム参加>

① 代表者1名が新規でチームを作成。 作成方法は[こちら](#)

② 他のメンバーは、代表者からチームの招待URLを受け取って参加。 参加方法は[こちら](#)

✓ チームは2名以上で作成ください。

✓ 被扶養者（ご家族）もチームに参加いただくことが可能です。是非お声がけください。

## ◆ Pep Upでの歩数取得方法

・スマホアプリ連携（詳細は[こちら](#)）

・Fitbit連携（詳細は[こちら](#)）

・Garmin連携（詳細は[こちら](#)）

・OMRON連携（詳細は[こちら](#)）

・手入力（詳細は[こちら](#)）

## ◆ 特典

「AXA Week for Good 2026「チャリティウォーク」参加特典」 \*歩数の入力がない場合にはポイント付与はありません。

6月29日までにエントリーし、6月30日までに歩数を1日でも登録（連携）した方にPepポイント200ptを付与

「歩数チャレンジ特典（6月-12月）」

6月1日から12月31日までの期間中、月間1日平均8000歩を達成した場合にPepポイント100ptを付与

\*毎月1日から月末までの総歩数をその月の日数で割ることにより平均歩数を算出し達成者に付与

\*6月から12月まですべて達成の場合は累計700ptが付与されます

## ◆ その他

・1日の有効歩数上限： 30,000歩 ※上限を超えた歩数は反映されません。

・遡って歩数入力できる期間： 7日間 ※この期間を過ぎて歩数を入力するとカウント対象外です

ポイントは  
好きな商品に交換！

amazon gift card

R POINT



## ※ウォーキングラリーの集計対象歩数について

ウォーキングラリーの集計歩数は14時から集計は行われ順次表示されます。AM11時までに取得・入力されている前日までの歩数を集計対象としています。

# エントリー方法

「個人参加」「チーム参加」いずれもエントリー期間中に、ウォーキングラリー画面から“参加ボタン”を押してエントリーします。

# エントリー方法（ウォーキングラリーページへ）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

ホーム画面の「健保からのお知らせ」、またはページ下部のバナーからウォーキングラリーの参加ページへアクセスします。

## ホーム画面

※本画面はイメージ図です。



# エントリー方法（概要確認と参加ボタン）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

参加ページにあるキャンペーン詳細を読み[参加する]ボタンをクリックしてください。

個人で参加する人はこれで申込完了です。

（※チームに参加する場合は“**チームへ参加**”を参照ください）

## エントリー画面



参加するを押して、エントリー完了です。

※本画面はイメージ図です。



「エントリー済」と表示されていればOKです。

# チームの作成

<自分で新規チームを作成する方法>

# 自分で新規チームを作成（チーム作成）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

①ウォーキングラリーページの「チームでチャレンジ」の「新規作成」をクリックします。

## ウォーキングラリー参加画面

※本画面はイメージ図です。

Pep Upウォーキングラリー  
健康保険組合  
開催期間8月6日~9月5日

開催前です  
エントリー済

チームでチャレンジ

既存のチームに参加  
チームを選択  
+ 確認する

新規チームを作成  
新規作成

新規作成ボタン

# 自分で新規チームを作成（チーム情報入力）



② 「チーム名」「チームの本気度」「チームの説明」を記入して「チームの公開設定」（公開/非公開）を選び、[新規作成]をクリックします。

※チームは原則、「非公開」設定にしてください。

※チームランキングは「非公開」にしても表示されます。

※本画面はイメージ図です。

チームの本気度は3段階あります。  
チームにあう本気度を選びましょう。

チームの新規作成

▲ チームを作成すると、あなたはこのチームのメンバーとなります  
▲ 開催期間中はチームを移動することができません。  
▲ 5人以上メンバーを集めないと「チームでウォーキング」に参加できません。

チーム名  
チーム名を記入

本気度  
-- 本気度を選択してください --

説明  
例) このチームは誰でも参加できる、みんなが楽しめたウォーキングを楽しむチームを超えてはげまし合いながら、ウォーキングを楽しみましょう！

チームの公開設定 公開 ▼

✓ 新規作成

チーム名を自由につけてください。  
長すぎると表示ができなくなるか  
もしれないので注意です。

どんなチームなのかを説明します。  
わかりやすく楽しく記載しまし  
ょう。

非公開を選択

各項目を入力し登録します

# 自分で新規チームを作成（参加者へURLで招待）



チーム画面に招待URLが表示されますので、URLをコピーし招待したい参加者へ共有してください。

※エントリー受付期間を過ぎる参加できませんのでご注意ください。

## チーム画面

※本画面はイメージ図です。



ここに表示されるURLを招待したい人に伝えます

# チームからの招待

<既存チームに招待された場合>

# 既存チームに招待された場合

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

- ①チームメンバーになっている人から招待URLを教えてください。
- ②招待URLにアクセスし、チーム参加画面にある[このチームに参加する]ボタンをクリックしてチームに参加します。

※本画面はイメージ図です。



このチームに入ってね！

[https://pepup.life/campaign/xx201710/team\\_join\\_confirm/T-\\*\\*\\*\\*](https://pepup.life/campaign/xx201710/team_join_confirm/T-****)



※招待リンクをクリックすると、

- ①ウォーキングラリーの参加確認画面が表示されます。
- ②参加すると招待されたチーム参加確認画面が表示されます。

# 参加チームを選択（間違ってチームに入った場合）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

エントリー期間中であれば「チームから抜ける」をクリックして抜けることができます。そして改めて参加したいチームを選択してください。

※エントリー期間後は、チーム変更・脱退することはできません。

※本画面はイメージ図です。

The screenshot shows a mobile app interface for a team challenge. At the top, it says 'チームでチャレンジ' (Challenge with a team). Below that, there are two tabs: 'めざせ目標達成' (Reach your goal) and '初心者大歓迎' (Beginner friendly), with the latter highlighted by a red box. The main content area shows '現在 5人参加中' (Currently 5 people participating) and a welcome message: 'このチームは初心者大歓迎で、部署など関係なく楽しく一緒に楽しめる方大歓迎です。日頃の運動不足やコミュニケーションが足りないかな?なんて思っている方歩くだけでなく友達や知り合いを増やしてみてもいいかもしれません。楽しみましょう。' Below the text are five icons: a heart, a yellow fish, a person with a backpack, a blue fish, and a blue fish. At the bottom, there is a red box around the text 'チームから抜ける' (Leave the team), with an arrow pointing to it from a callout box that says 'チームから出たい場合はここをおしてください。' (If you want to leave the team, please click here.). Another callout box points to the '初心者大歓迎' tab, saying 'この欄にチーム名が表示されます' (The team name will be displayed in this column). At the very bottom, there is a URL starting with 'http:'.

# 毎日の取り組みかた

## ＜歩数の取得と集計の見かた＞

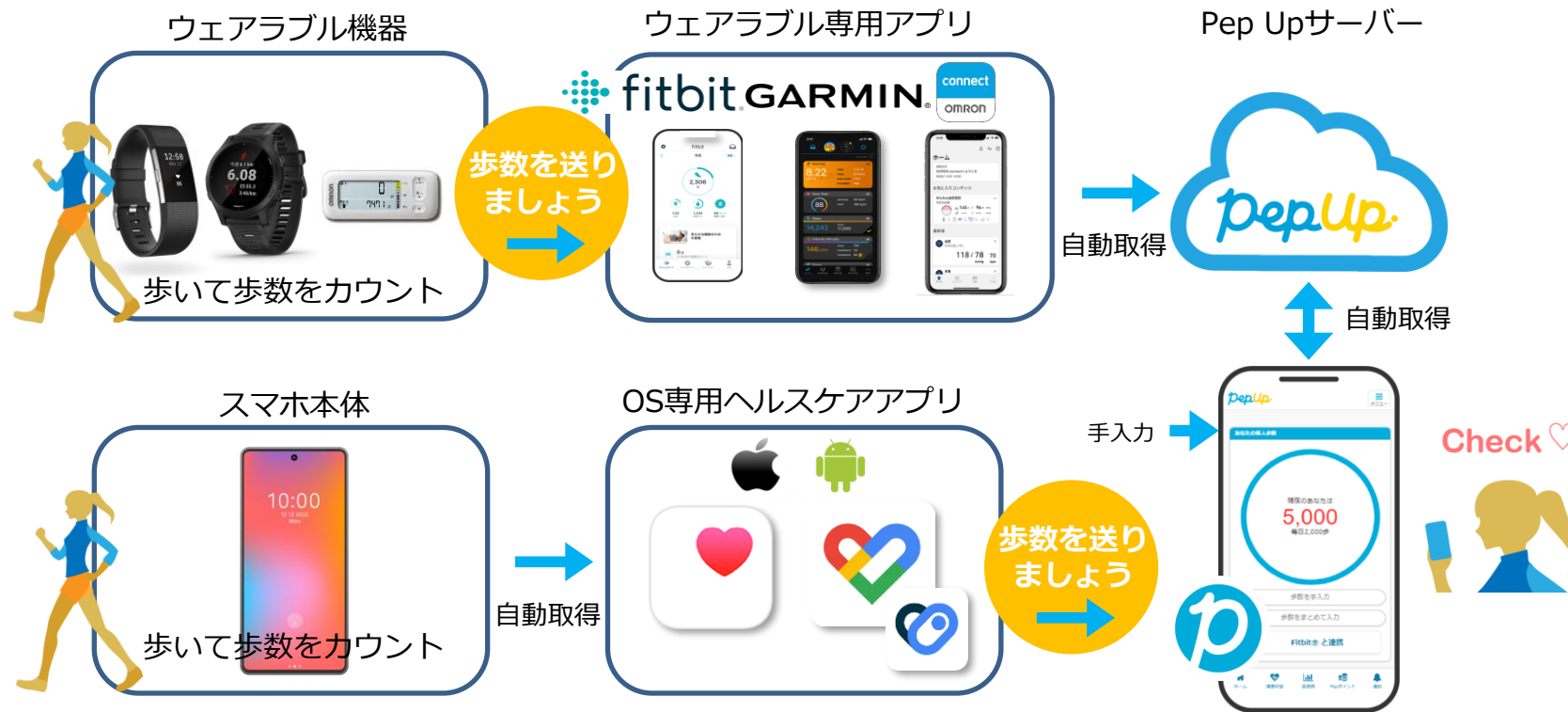
ウォーキングラリー中の取り組み方について説明します。

# Pep Upで毎日歩数を取得&チェックしましょう！

ウォーキングラリーでは、期間中の参加者の歩数を毎日集計しています。

歩数データは、スマートフォンやウェアラブル機器を使って歩数を取得することができますが、**それぞれアプリを立ち上げデータを取得する必要があります**。歩数のチェックを兼ねて、毎日Pep Upをチェックしましょう！

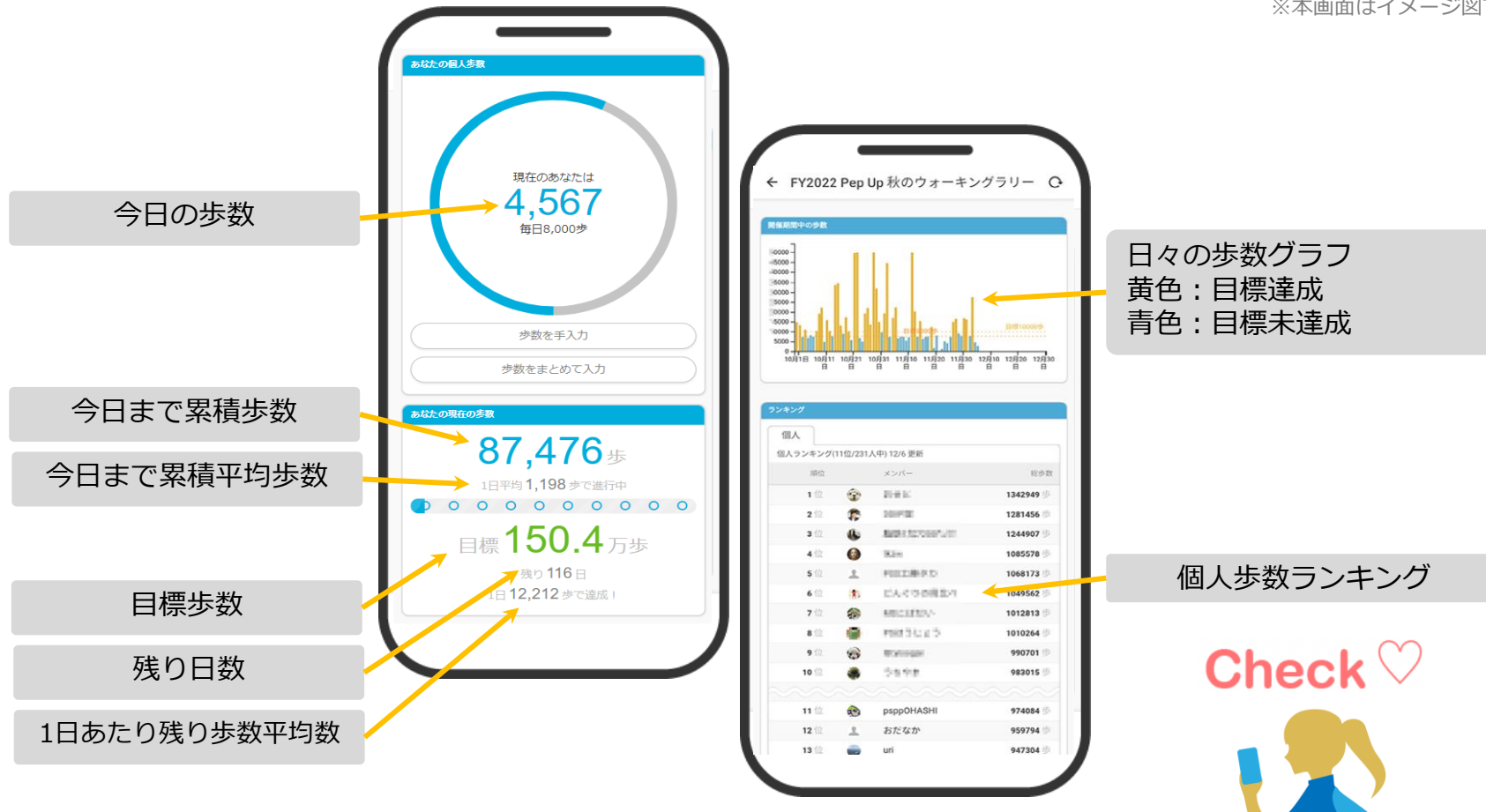
※本画面はイメージ図です。



# Pep Upで毎日歩数を取得&チェックしましょう！

歩数データを集計することで、日々の歩数の変化をグラフで見たり参加者とのランキングを確認することができます。運動習慣が身に付かなかった方や、体調確認としてそれぞれの項目を日々確認して自分なりの目標を持ち、習慣化を目指しましょう！

※本画面はイメージ図です。



# 歩数の取得

## <歩数データ取得の方法>

歩数の取得方法を紹介します。歩数の入力には、各OS専用アプリ、Fitbit、Garmin, OMRON,そして手入力の5つの方法があります。

# 歩数の取得（Pep Upアプリをインストール）



- ①以下のURLからPep Upのアプリをインストールし、Pep Upアプリにログインします。
- ②Pep Upアプリで新規登録、もしくはすでにパソコンで登録済でしたらパソコンのメールアドレスとパスワードでログインできます

## Pep Up アプリ

※本画面はイメージ図です。



<https://itunes.apple.com/jp/app/pepup/id1109651121?mt=8>



<https://play.google.com/store/apps/details?id=life.pepup.app&hl=ja>



※PepUpスマホアプリ無し、パソコンのみでも取得可能です。

# スマホ本体から歩数を取得

<Pep UpアプリでOS専用アプリから歩数を取得する方法>

Pep Upアプリは、iOS専用アプリ「ヘルスケア」やAndroid専用アプリ「Google Fit」で蓄積されている歩数データを取得することができます

# 【iPhoneの方】ヘルスケアとの連携手順（スマホ本体で計測）



- ①iOSはいくつか連携の方法がありますので、使いやすい方で連携ください。
- ②iOSホーム>「設定」>「ヘルスケア」>「データアクセスとデバイス」>「PepUp」もしくは、
- ③「ヘルスケア」アプリ> 右上のアイコン>「プライバシー」>「App」>「PepUp」、
- ④連携したい項目をONにします。

※本画面はイメージ図です。



※iOSのバージョンによって異なる場合があります

# 【Androidの方】ヘルスコネクトとの連携手順（スマホ本体で計測）



## ヘルスコネクトとは？

ヘルスコネクトは、Googleが提供する、健康データを共有するためのハブアプリです。歩数・体重・睡眠・心拍などの健康データを、複数のアプリ間で安全に共有・統合することができます。

## Pep Upにデータを連携するには

ヘルスコネクト自体に歩数や体重の記録機能はなく、あくまで共有するためのハブとなるアプリです。

Pep Upがデータを取得するためには、以下の3つが必要です。

1. 歩数や体重などを記録するためのアプリ  
(例：Google Fit、Oura、Samsung Healthなど)
2. そのアプリがヘルスコネクトにデータを書き込む設定  
(ヘルスコネクトとGoogle Fitなどのアプリの連携)
3. Pep Upがヘルスコネクトからデータを読み取る設定  
(Pep Upとヘルスコネクトの連携)

## データの橋渡し役



# Pep Up側での設定手順（ヘルスコネクトを繋ぐ）



## Pep Upとヘルスコネクトの連携方法

- ① Google Playストアから「ヘルスコネクト」をインストールしてください。
- ② Pep Upアプリを開き、「その他」→「外部サービス連携」→「ヘルスコネクト連携設定」を選択します。
- ③ 表示される画面で、歩数・体重・睡眠など、連携したい項目にチェックを入れて「許可」をタップしてください。

※本画面はイメージ図です。



▲Pep Upホーム画面

▲Pep Up外部連携サービス画面

# Google Fit側での設定手順①（データの書き込み許可）



## ヘルスコネクとGoogle Fitの連携

- ・ Android端末で Google Fit アプリを起動します。
- ・ 画面右下にある「プロフィール」>画面右上にある「歯車マーク（設定）」をタップ

- ① 「Fit とヘルスコネクとを同期する」というスイッチをオンにし、
- ② 表示された画面で「設定」をタップします。

※この項目が表示されない場合は、Google Play ストアで Google Fit を最新版にアップデートしてください。



①



▲Google Fit 設定画面

②



▲Google Fit 設定画面

※本画面はイメージ図です。

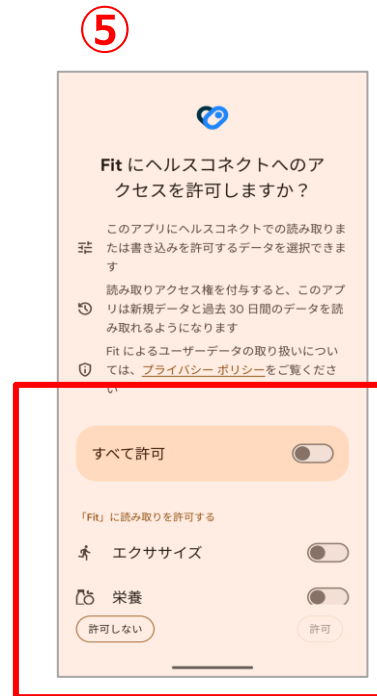
# Google Fit側での設定手順②（最終確認）



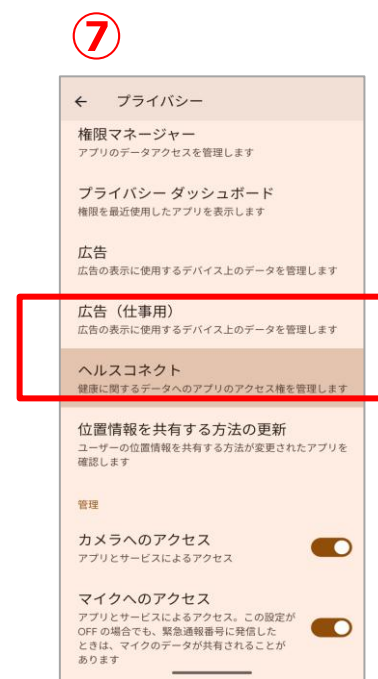
## ヘルスコネクとGoogle Fitの連携（2）

5. 「Fitにヘルスコネクへのアクセスを許可しますか？」の画面が表示されたら、「すべて許可」をオンにして「許可」をタップするか、必要なデータを選択し「許可」をタップします。
6. 最後に「完了」をタップして設定を終了します。
7. Androidの「設定」画面上部の検索バーに「ヘルスコネク」と入力し表示された「ヘルスコネク」設定項目をタップします
8. 「アプリの権限」からFit アプリが「アクセスが許可されているアプリ」となっているか確認してください

※本画面はイメージ図です。



▲ヘルスコネク



▲Android設定画面



▲Android設定画面

# スマホ本体から歩数の取得



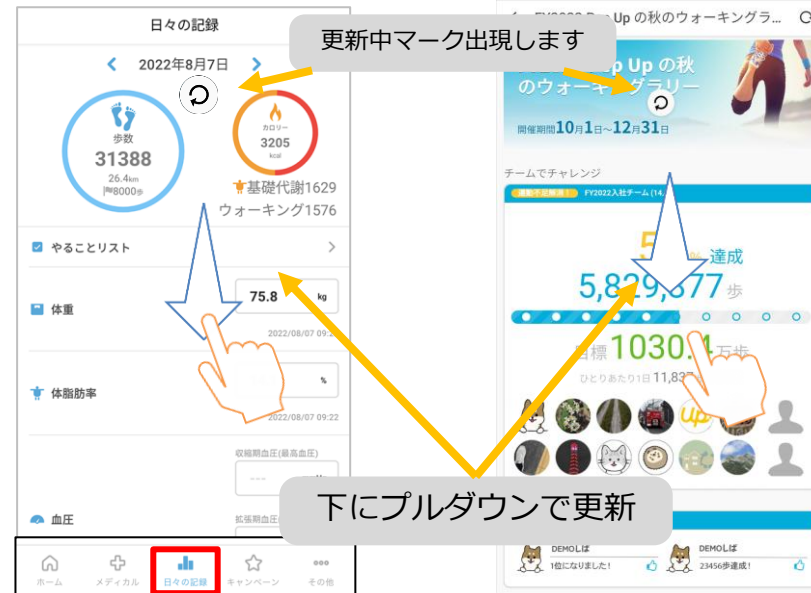
「日々の記録」メニュー画面をプルダウンでデータが更新され最新の歩数が表示されます。

連携後も「ヘルスケア」「ヘルスコネクト」とPep Upアプリを開いて都度データを同期する必要があります。

日々の記録画面

ウォーキングラリー画面

※本画面はイメージ図です。



## ※ウォーキングラリーの集計対象歩数について

ウォーキングラリーの集計歩数は14時から集計は行われ順次表示されます。AM11時までに取得・入力されている前日までの歩数を集計対象としています。

# Fitbitから歩数を取得

## <Fitbitから歩数を取得する方法>

FitbitとPep Upを連携させると、アプリを起動することでFitbitに蓄積された歩数を取得することができます

# Fitbitから歩数取得（準備～同期までの流れ）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

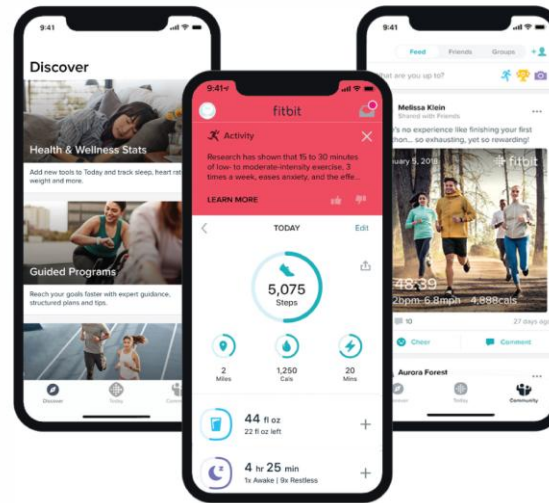
歩数入力

FitbitのアプリをインストールしてFitbitのアカウントを作成します。  
※Pep Upと同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。

対象者:Fitbitで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

※本画面はイメージ図です。

fitbit.



1.それぞれのスマートフォンの  
ストアより、Fitbitアプリをイ  
ンストールします

2.アプリがインストールされたら  
、アプリを開いて Join Fitbit  
ボタンをタップします

3.ここで Fitbit アカウントを作  
成し、デバイスを携帯端末に接  
続（ペアリング）します

4.ペアリングをすることにより、  
デバイスと携帯端末が互いに通  
信（データの同期）できるよう  
になります。

※Fitbit アプリとFitbitの連携に関するお問い合わせはFitbitサポートにお問い合わせください。

# Fitbitから歩数取得（PC上でFitbitとの連携方法）



Pep Upにログイン後、「ウォーキングラリー画面」「日々の記録」画面から Fitbit連携を行えます ※PepUpアプリからは次ページ参照

## ウォーキングラリー画面



1. 「Fitbitと連携」を押します

## 日々の記録画面

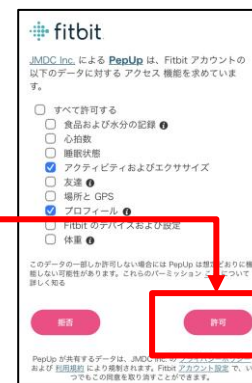


1 「日々の記録」> 「デバイス連携」  
fitbitの「連携する」を押します



2. Fitbitアカウント  
を入力します（※Pep  
アカウントではあり  
ません）

※ログイン画面の表  
示に数分かかること  
があります



3.同期する項目を選  
択し[許可]を押しま  
す  
※歩数同期には「ア  
クティビティおよび  
エクササイズ」「プ  
ロフィール」が必須  
です

※本画面はイメージ図です。



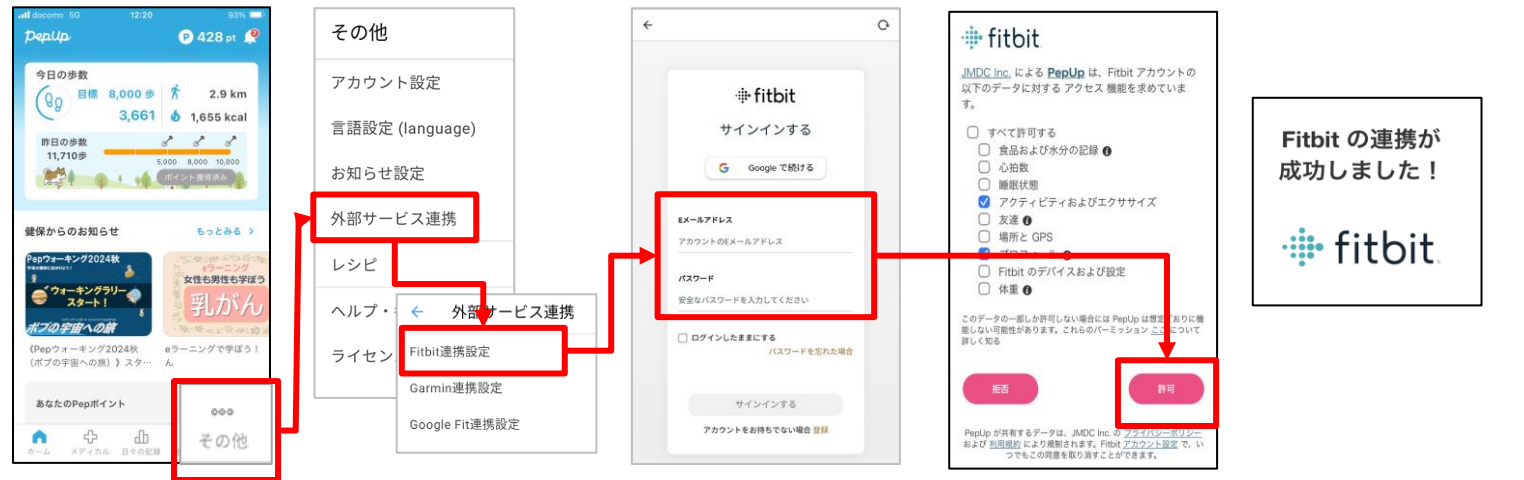
4. 「Fitbitの連携が  
成功しました!」で完  
了です

# Fitbitから歩数取得（アプリでFitbitとの連携方法）



PepUpアプリからFitbitを連携させる場合

- ①ホーム画面＞その他＞外部サービス連携＞Fitbit連携設定に移動します。
- ②Fitbitサインインからログインし、連携を許可で完了です。



※本画面はイメージ図です。

1. PepUpにログインし、アプリ「その他」のアイコンをタップします

2. その他のメニューが表示されたら[外部サービス連携]>[Fitbit連携設定]をタップします

3. Fitbitのログイン画面が出たらFitbitアカウントを入力します。

4. 同期したい項目を選択し、[許可]をタップします。

5. 「Fitbitの連携が成功しました!」と表示されます

■ ステップ5の連携成功画面を更新すると“デバイス連携が失敗した”と表示されることがあります。更新しないようにしてください。  
歩数連携されていれば問題ありません。

■ FitbitとPepUpの連携解除をしたい場合パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

# Fitbitから歩数取得（実際の同期方法）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

Fitbitアプリを起動し歩数データをPep Upに取り込みます。

※FitbitアプリとPep Upをすぐに同期させたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザから「日々の記録」>「設定」>「デバイス連携」Fitbitの「同期」を押します。

**注意：**

※本画面はイメージ図です。

Fitbit本体からPepUpアプリへは自動同期はしません。

機器連携は1度登録すれば保持されますが、データの取り込みは都度Fitbitアプリを起動しFitbit本体の歩数を取り込んだ上で、Pep Upと同期する必要があります。

Fitbit本体



Fitbit本体→アプリへ取込



Fitbitアプリ→PepUp取込



1. Fitbitアプリを起動すると、Fitbit本体に蓄積されたデータがFitbitアプリに自動取込されます。

2. Fitbitアプリにデータが取り込まれると約1時間ほどでPep Upにもデータが同期されます

# Garminから歩数を取得

## <Garminから歩数を取得する方法>

GarminとPep Upを連携させると、アプリを起動することでGarminに蓄積された歩数を取得することができます

# Garminから歩数取得（準備～同期ながれ）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

「Garmin Connect」アプリをインストールしアカウント作成します

※GarminのアカウントとPep Upアカウントは同じメールアドレスとパスワードでなくてもかまいません。

対象者:Garminで歩数・睡眠時間・心拍数（安静時平均）・体重を連携する方

※本画面はイメージ図です。

GARMIN.



1.それぞれのスマートフォンのストアより、Garminアプリ「Garmin Connect」をインストールします。

2.アプリがインストールされたら、アプリを開いてアカウントを作成し、Bluetooth接続でデバイスと携帯端末を接続（ペアリング）します。

3.ペアリングをすることにより、デバイスと携帯端末が互いに通信（データの同期）できるようになります。

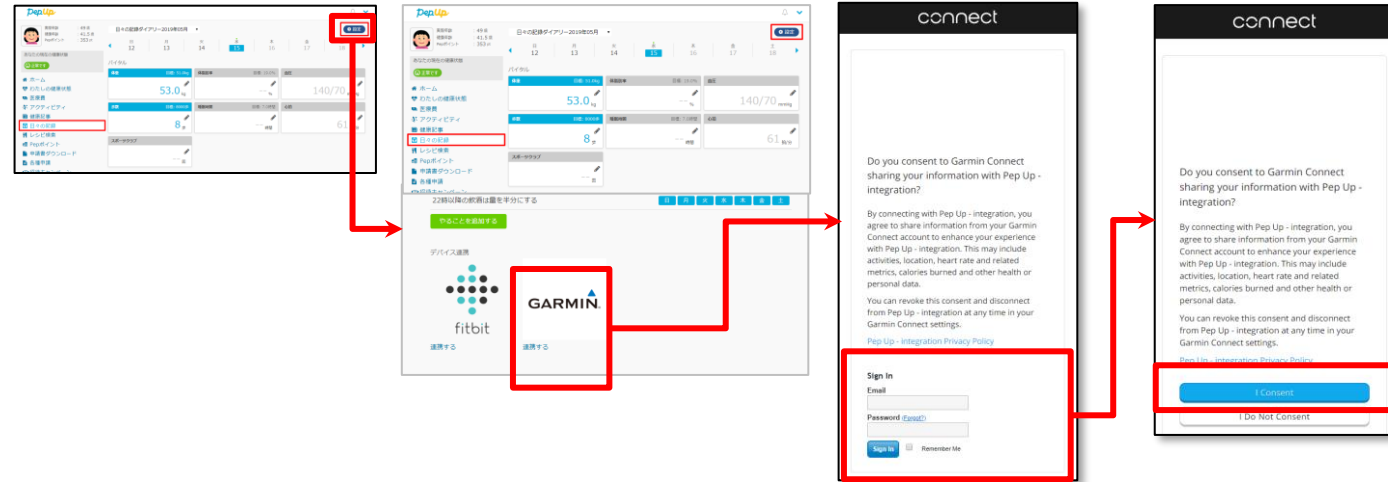
※GarminアプリとGarminの連携に関するお問い合わせはGarminサポートにお問い合わせください

# Garminから歩数取得（PC上でGarminとの連携方法）



- ①Pep Upにログイン後、Garmin連携を行います
- ②「ホーム」>「日々の記録」>Garmin「連携する」に入ります
- ③GarminConnectアカウントにて連携し許可をすれば完了です

※本画面はイメージ図です。



1. PepUpにログインし、「ホーム」>「日々の記録」>「設定」ボタンを押します

2.画面一番下のGarminアイコンの下の「連携する」リンクを押します

3. Garmin Connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力します

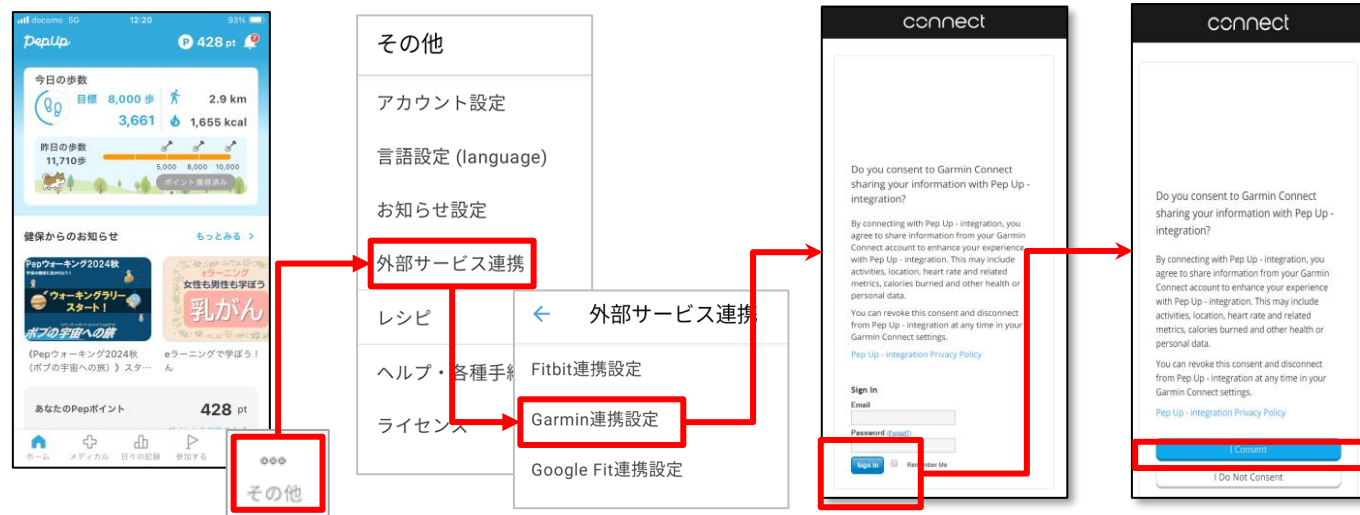
4. PepUPとのデータ連携を許可して完了です。

# Garminから歩数取得（アプリでGarminとの連携方法）



- ①Pep Upアプリにログイン後、Garmin連携を行います。
- ②「ホーム」>「外部サービス連携」>「Garmin連携設定」に入ります。
- ③GarminConnectアカウントにて連携し許可をすれば完了です。

※本画面はイメージ図です。



1. PepUpアプリにログインし、右上のアイコンをタップします

2. その他のメニューが表示されたら[Garmin連携設定]をタップします

3. Garmin Connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力します

4. PepUPとのデータ連携を許可します

## ■ GarminとPepUpの連携解除をしたい場合

パソコンやスマートフォンのブラウザの「日々の記録」画面から解除が可能です

# Garminから歩数取得（実際の同期方法）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

Garminアプリを起動し歩数データをPep Upに取り込みます。

## 注意：

※本画面はイメージ図です。

Garmin本体からPep Upは自動同期はしません。

機器連携は1度登録すれば保持されますが、データ取込みは都度Garminアプリに都度Garmin本体の歩数を取り込んだ上で、Pep Upと同期する必要があります。

Garmin本体

Garmin本体→アプリへ取込

Garminアプリ→Pep Up取込



1. Garmin Connectアプリを起動し、ウェアラブル端末と同期し、歩数を取り込みます。

2. Garmin Connectアプリで同期すると、Pep Upに反映します。反映に時間がかかる場合もあります。

# OMRONから歩数を取得

## <OMRONから取得する方法>

OMRONとPep Upを連携させると、アプリを起動することでOMRONに蓄積された歩数を取得することができます

# OMRON から歩数取得（準備～同期ながれ）

対象者:OMRON connect で体重・体脂肪率・血圧・安静時心拍・歩数・体温（基礎体温は対象外）を連携する方

## ①OMRON connectのセットアップ

「OMRON connect」アプリをインストールしてアカウントを作成します

※本画面はイメージ図です。



それぞれのスマートフォンのストアより、「OMRON connect」をインストールします。

スマートフォンの設定からBluetooth接続をオンにします。アプリを開いて画面に従って機器を登録します。

クラウドサービス/ユーザー情報からアカウントを作成します。※既にアカウントをお持ちの場合はサインインしてください。

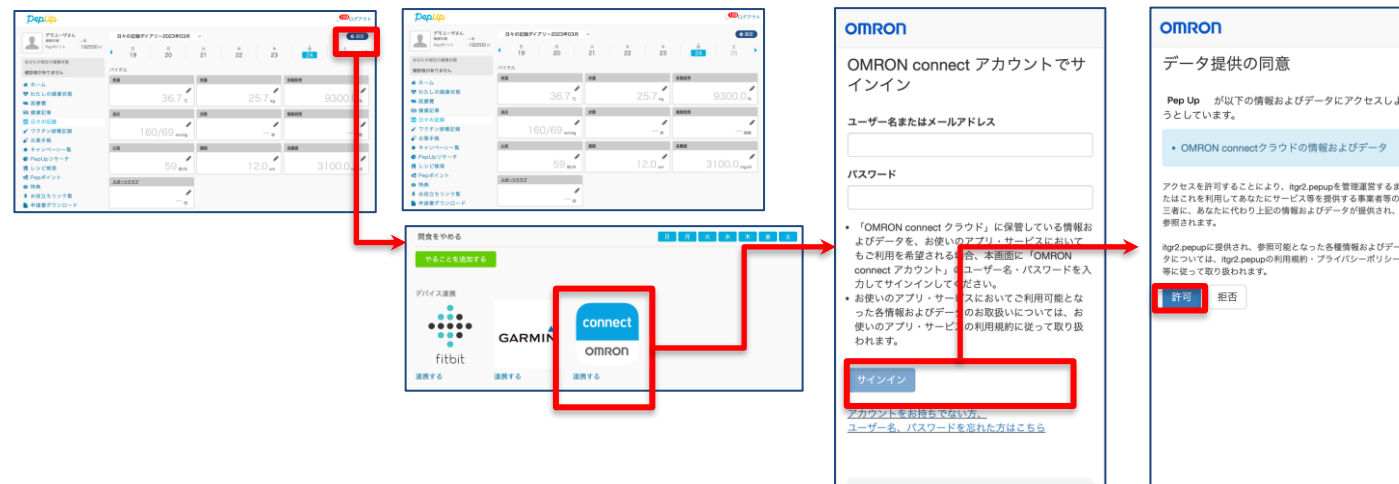
※OMRON connect アプリとOMRON connect対応機器の連携に関するお問い合わせは、OMRON connect サポートにお問い合わせください

# OMRONから歩数取得（PC上でOMRONとの連携方法）

対象者:OMRON connect で体重・血圧・安静時心拍・歩数・体温（基礎体温は対象外）を連携する方

②Pep Upにログイン後、OMRON connectと連携「HOME」>「日々の記録」>「設定」と進み、「連携する」リンクをクリックします

※本画面はイメージ図です。



1. Pep Upにログインし、「HOME」>「日々の記録」>「設定」ボタンを押す

2.画面一番下のOMRON connect 連携リンクを押す

3. OMRON connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力する。

4. Pep UPとのデータ連携を許可する。

※Pep Upアプリからの連携は次ページ参照

データ同期：OMRON connect アプリでデバイス同期を行うとPep Upに反映されます

※アクセス状況により多少同期に時間がかかる場合もあります

# OMRONから歩数取得（アプリでOMRONとの連携方法）

## ②Pep UpアプリからOMRON connect 連携を行います



1. Pep Upにログインし、アプリ右下の「その他」をタップします

2. その他のメニューが表示されたら「外部サービス連携」>「OMRON connect 連携設定」をタップします

3. OMRON connectアカウント(Pepアカウントではありません)を入力する。

4. Pep UPとのデータ連携を許可する。

※本画面はイメージ図です。

# OMRONから歩数取得（実際の同期方法）

OMRONアプリを起動し歩数データをPep Upに取り込みます。

## 注意：

※本画面はイメージ図です。

OMRON本体からPep Upは自動同期はしません。

機器連携は1度登録すれば保持されますが、データ取込みは都度OMRON connectアプリに都度OMRON本体の歩数を取り込んだ上で、Pep Upと同期する必要があります。

OMRON本体



OMRON本体→アプリへ取込



OMRONアプリ→PepUp取込



1. OMRON Connectアプリを起動し、ウェアラブル端末と同期し、歩数を取り込みます。

2. OMRON connectアプリで同期すると、Pep Upに反映します。反映に時間がかかる場合もあります。

# 歩数を手入力

＜他の歩数計の数値を手入力をする方法＞

普段からお使いの歩数計の数値を、Pep Upに手入力で記録することができます。

# 歩数を手入力（アクセス方法）

ウォーキング  
ラリー参加

チーム参加

歩数入力

① 健保からのお知らせ、またはバナーからウォーキングラリーページにアクセスします。

## ホーム画面

※本画面はイメージ図です。



# 歩数を手入力（昨日の歩数入力・まとめて入力）

ウォーキング  
ラリー参加

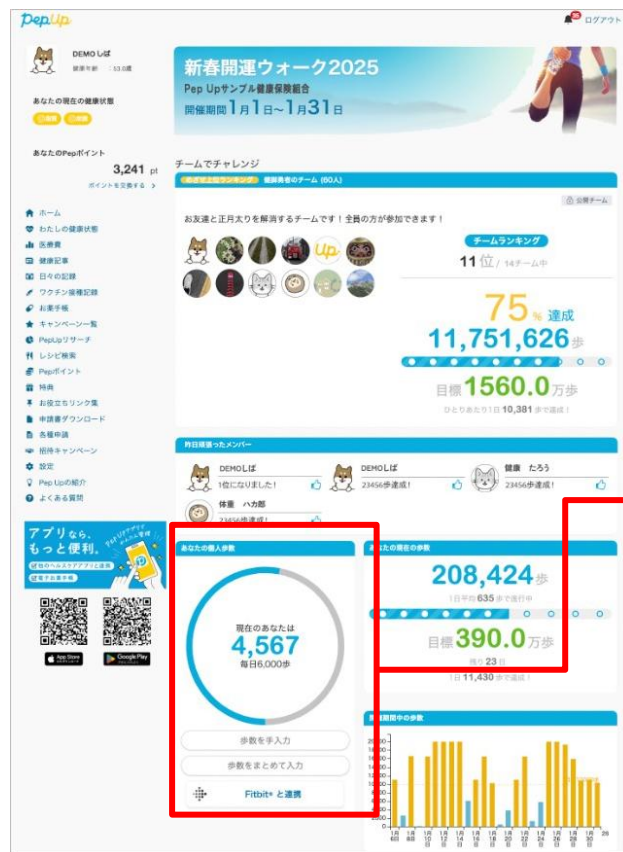
チーム参加

歩数入力

② 「昨日の歩数を入力」または「歩数をまとめて入力」をクリック。

## ウォーキングラリーページ

※本画面はイメージ図です。



「昨日の歩数を入力」※

遡って入力の場合は、  
「歩数をまとめて入力」

# 歩数を手入力（歩数入力&日付）



③歩数入力用のポップアップが表示されるので、歩数項目に対象とする日の「1日の合計歩数」を「半角数字」で入力します。また、日付の項目で入力対象日を選択します。

※本画面はイメージ図です。

## 歩数入力ポップアップ

データ記入

歩数  歩

日付 2022/08/10

歩数を手入力できます

× キャンセル ✓ 確認

データ記入

歩数  歩

日付 2022/08/10

August 2022

Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27

遡り日数を確認の上、日にちを指定して手入力できます

※歩数の手入力は、上記の他に「日々の記録」や「Pep Walk」からも歩数入力が可能で、その数値はウォーキングラリーに反映されます。

# よくある質問

# よくある質問

項目	説明
複数チームの参加は可能ですか？	参加できるチームは1つのみとなります。複数のチーム参加は仕組み上できません。
リーダーは自分の作ったチームを削除できますか？	直接チームは削除できませんが、チーム員がすべて抜けるとチームは削除無くなります。
リーダーは変更できますか？	リーダー変更はできます。その場合、リーダーの次に入った方にリーダーが引き継がれます。また、一度抜けた元リーダーは再びチームに入ることができます。
チーム名は変更可能？	チーム名は、リーダーが編集権限を持っています。また、いつでも変更できます。
チーム成立条件の人数に達しない場合はどうなるか？	チームポイント獲得対象にはなりません。チームとして各メンバーの画面に表示はされず、チームランキングには載りません。
ウォーキングラリー開催中に参加者が資格喪失したらどうなるか？	資格喪失後90日間は、通常と同じくウォーキングラリーに参加できます。その後、ホーム画面よりウォーキングラリーのバナー & 健保からのお知らせなどが非表示となります。
資格喪失者へのポイント付与はどうなるか？	ポイント付与時点で資格喪失されている場合には、ポイント付与にはなりません。
ウォーキングラリー期間中、怪我で歩けなくなった。チームを抜けることはできるか？	ウォーキングラリー開始後は、チーム変更・脱退することはできません。都合により脱退されたい方は健康保険組合（ <a href="mailto:kenkohoken@axa.co.jp">kenkohoken@axa.co.jp</a> ）までお問い合わせください。

# お問合せ先

## Fitbitに関するお問い合わせ

Fitbitアプリの使い方、Fitbitアプリに歩数が同期しない場合などは、Fitbitサポート窓口へお問い合わせください。

[サポートに連絡]

<https://myhelp.fitbit.com/s/support?language=ja>

## OMRON connectに関するお問い合わせ

OMRON connect対応機器とOMRON connectアプリの連携でご不明な点がある場合はOMRON connectサポートにお問い合わせください。

[OMRON connect サポート]

<https://www.healthcare.omron.co.jp/support/contact/>

## Garminに関するお問い合わせ

Garmin Connect アプリの使い方、Garmin Connectに歩数が同期しない場合などは、Garminにお問い合わせください。

[各種お問い合わせ先]

<https://www.garmin.co.jp/company/contact/>

## Google Fitに関するお問い合わせ

Google Fitとヘルスコネクト間の設定についてご不明点がある場合は、Google Fitまたはヘルスコネクトのヘルプページ等をご参照ください。

[Google Fit ヘルプページ]

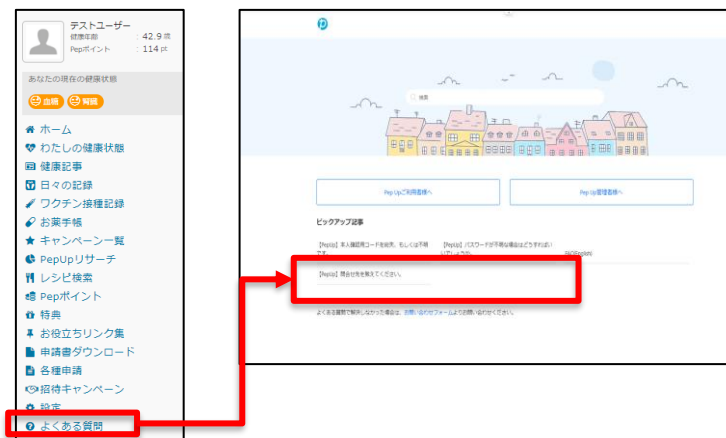
<https://support.google.com/fit/?hl=ja#topic=9499137>

[ヘルスコネクト ヘルプページ]

<https://support.google.com/android/answer/13770320?h=ja>

## Pep Upに関するお問い合わせ

「よくある質問」を読んでも解決しない場合は、Pep Up ログイン後の左メニュー「よくある質問」よりお問い合わせください。



ログインできない場合は、Pep Up トップページ下部よりお問い合わせください。

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

# Participation Steps for the Walking Event

AXA Life Health Insurance Association

# Walking Event – Event Details

## ◆ Target Participants

Employees and family members insured by AXA Life Health Insurance Association

## ◆ Event Period

May 21, 2026 – December 31, 2026 ※Entry Period : November 30

## ◆ How to Participate

Please participate individually or as a team.

<Individual Participation>

Click [here](#) to see how to participate as an individual.

<Team Participation>

① One representative needs to create a new team. Click [here](#).

② Other members receive the team invitation URL from the representative and join the team. Click [here](#).

✓ Please create a team with at least 2 members.

✓ Dependents (family members) are also welcomed to join the team.

## ◆ How to record steps with Pep Up

- Smartphone app integration
- Garmin integration
- Manual entry
- Fitbit integration
- OMRON integration

## ◆ Benefits

AXA Week for Good 2026 “Charity Walk” Participation Benefit \* If there is no step count input, points will not be awarded.

Register by June 29 and record at least one day’s steps by June 30 → 200 Pep points.

Monthly Step Challenge Benefits (June - December)

Achieve an average of 8,000 steps per day each month → 100 Pep points per month

\*Total steps from the 1<sup>st</sup> to the end of each month will be divided by the number of days in that month to calculate the average steps and points awarded to achievers.

If you achieve the target every month from June to December, you will receive a total of 700 points.

## ◆ Other

- Maximum valid steps per day: 30,000 steps \*Steps exceeding the limit will not be counted.
- Period for retroactive step entry: 7 days \*Steps entered after this period will not be counted.

\*Regarding the number of steps counted for the Walking Rally

The number of steps for the Walking Rally will be counted starting from 2:00 p.m. and displayed sequentially. The steps up to the previous day that have been obtained or entered by 11:00 a.m. are included in the tally.\*

# How to Participate

## 1. Language Settings

Please change the language from Japanese to English.

(English is available in Pep Up. However, much of the content is only available in Japanese.)



The image shows the main content area of the settings page. At the top, there is a dropdown menu for '言語' (Language) with 'English' selected. This dropdown is circled in red and labeled with a red circle containing the number '2'. Below it is a text area for '自己紹介' (Self-introduction). Further down is a text input field for '身長(cm)' (Height in cm). At the bottom, there is a blue button labeled '更新する' (Update), which is circled in red and labeled with a red circle containing the number '3'. There is also a small '戻る' (Back) button above the disclaimer text.

- ① Click on “設定” (Settings) .
- ② Click on “言語” (Language) and select the language.
- ③ Click on “更新する” (Update)

# How to Participate

## 2. Log in to Pep Up

Log in to Pep Up by clicking [here](#).

<If you have not registered for Pep Up>

Please access the URL. <https://pepup.life/users/invitation/resend>

After entering and submitting your company e-mail address, you will receive a confirmation e-mail, and then please complete the registration process.

# How to Participate

## 3. Participate in the event

- ① Select “【AXA】2026年ウォーキングイベント/ 2026 Walking Event”
- ② Click on “参加する” (Participate) at the bottom of the page to complete your entry.



Click on 'Entry'.

Entry page



# How to Create a New Team

## 4. Create a new team

- ① Click on “新規作成” (Create).
- ② Please fill out all the items, select “非公開”(Closed to the public) and click on “新規作成” (Create).



# How to Create a New Team

## 4. Share the invitation URL

The invitation URL will be displayed. Please copy the link and share it with your team members.



# When You Receive an Invitation URL

## <If you have not registered for Pep Up>

Please access the URL. <https://pepup.life/users/invitation/resend>.

After entering and submitting your company e-mail address, you will receive a confirmation e-mail, and then please complete the registration process.

## <If you have already registered for Pep Up>

- ① Please receive an invitation URL from your team member who have created a new team.
- ② Access the invitation URL and click on “参加する” (Participate) on the event page.
- ③ Click on “このチームに参加する”(Join this team).



# How to Input Step Count

## Linking the step count from Fitbit/Garmin/Smartphone App(Health Connect /Health Care)

Please download Pep Up App on your smartphone <Android> : [Google play](#) <iOS> : [App Store](#)

<Settings>

✓Fitbit/Garmin/ Smartphone APP (Android [Health Connect](#) )/OMRON connect

From Home ➤ Profile➤ Health Connect settings/Fitbit settings/Garmin settings/OMRON connect settings

✓Smartphone APP (iPhone Health Care)

iPhone Settings ➤ Healthcare ➤ Pep up and select & settings

<Linking Steps> \*Please open the apps to ensure steps sync properly.

✓ Fitbit/Garmin/OMRON connect

Import step count data into Pep Up by launching the respective apps each time.

✓ Smartphone APP (Android Health Connect /iPhone Health Care)

Start Pep Up and pull down the screen in “My Data” to update your data.



# Customer Support

## Inquiries about OMRON connect

If you have any questions about how to use the OMRON connect app, or if your steps are not syncing to the Fitbit app, please contact the OMRON connect Support Desk.

[OMRON connect Support Desk] <https://www.healthcare.omron.co.jp/support/contact/>

## Inquiries about Fitbit

If you have any questions about how to use the Fitbit app, or if your steps are not syncing to the Fitbit app, please contact the Fitbit Support Desk.

[Fitbit Support Desk] <https://myhelp.fitbit.com/s/support?language=ja>

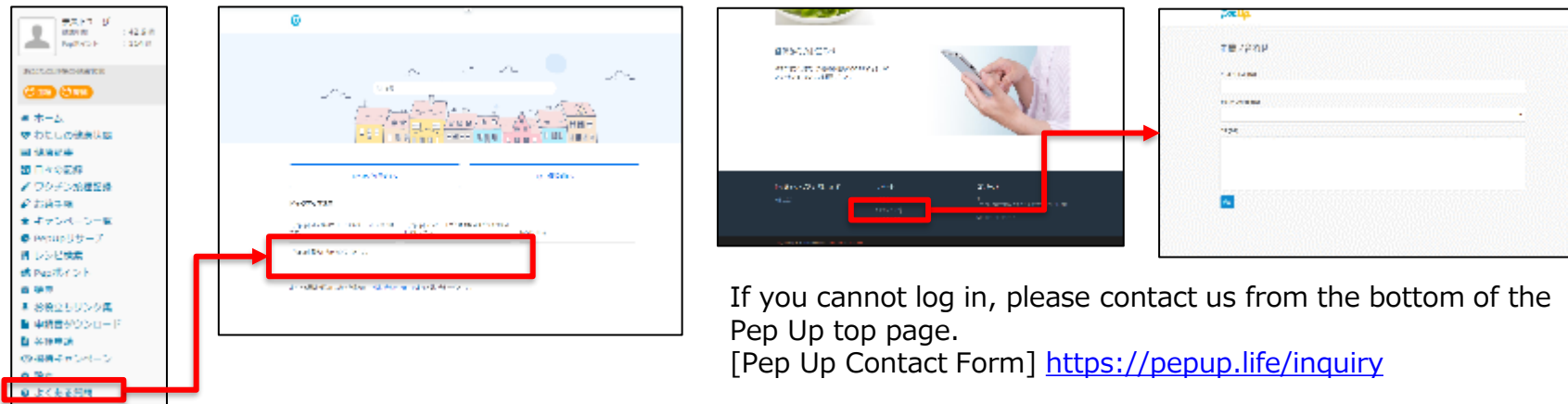
## Inquiries about Garmin

For information on how to use the Garmin Connect app, or if your step count is not syncing to Garmin Connect, please contact Garmin Support Desk.

[Garmin Support Desk] <https://www.garmin.co.jp/company/contact/>

## Inquiries about Pep Up

If you cannot find a solution to your problem after reading the FAQ, please contact PepUp customer support from the “FAQ” menu on the left after logging in to Pep Up.



If you cannot log in, please contact us from the bottom of the Pep Up top page.

[Pep Up Contact Form] <https://pepup.life/inquiry>

pepUp.