2022 年 9 月吉日

マツダ健康保険組合　加入者のみなさまへ

マツダ健康保険組合
TEL(082)287-4644
内線 22860

「マツダけんぽ月間ウォーキングチャレンジ 2023 秋」の開催について

マツダ健康保険組合では、10 月 2 日からの 1 ヵ月間、皆様の健康づくりを応援するウェブサイト PepUp（ペップアップ）を利用した「マツダけんぽ月間ウォーキングチャレンジ 2023 秋」を開催します。

あたりに響く虫の音に秋の訪れを感じられるころになりました。
季節の変化に対応できるよう生活のリズムを整えるためには、適度な運動が最適です。本チャレンジは、ウォーキングを習慣化できる”健康チャレンジ“です。 個人でのウォーキングに加え、気に入ったチームに参加すれば、 メンバーと一緒に目標達成に向かって歩数を楽しく伸ばすこともできます。参加には、事前参加申込が必要です。

１．事前参加申込期間：9 月 19 日(火)から 9 月 30 日(土)まで
PepUp 登録済：PepUp のウェブサイトよりウォーキングチャレンジに参加
PepUp 未登録：下記の【PepUp チラシ】を参照の上、登録後、参加

２．ウォーキングチャレンジの内容と参加方法
PepUp チラシ：https://mkenpo.mazda.co.jp/wp-content/uploads/202310_pepwalking_flyer.pdf

概要・操作説明：https://mkenpo.mazda.co.jp/wp-content/uploads/202310_pepwalking_manual.pdf

３．PepUp 登録サポートについて
9 月 27 日から 9 月 29 日までの期間限定で「PepUp かけこみ登録」をご案内します。
本機能では、本人確認をオンラインで完結することで、短期間で PepUp にご登録いただけます。
現在、PepUp に未登録で、本人確認コードの案内がお手元に無い方は、ぜひご登録をお願いいたします。
・かけこみ登録案内：9 月 27 日のマツダ健保お知らせに掲載予定です。

以 上