

2024年3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 2024 春」の開催について

マツダ健康保険組合では、4月1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 2024 春」を開催します。

春は、新しい職場や新しい仲間との出会いなど「変化」の多い季節です。

これら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。

心地よい季節の中で自然を感じながら、一緒にウォーキングをしませんか。本チャレンジでは、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。なお、参加するためには事前の参加申込が必要ですので、ご注意ください。

1. 事前参加申込期間：3月18日(月)から3月31日(日)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/202404\\_pepwalking\\_flyer.pdf](https://mkenpo.mazda.co.jp/wp-content/uploads/202404_pepwalking_flyer.pdf)

概要・操作説明：

[https://mkenpo.mazda.co.jp/wp-content/uploads/202404\\_pepwalking\\_manual.pdf](https://mkenpo.mazda.co.jp/wp-content/uploads/202404_pepwalking_manual.pdf)

3. PepUp 登録サポートについて

**3月27日から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します。

・かけこみ登録案内：3月27日のマツダ健保お知らせに掲載予定です。

以上