

PepUp.

知って
おきたい

女性の 健康

女性がいつまでもイキイキと自分らしく過ごせるように、
女性の身体の変化や病気について知っておくことはとても重要です。
このeラーニングでは、女性のライフステージごとの、
月ごとの変化や病気について学べます。

男性にも知っていただきたい内容となりますので、積極的に受講しましょう。

ヘルスケアについて気軽に楽しく学習
2026年度 配信中!!!

eラーニング受講期間

受講できるのは年度末まで(予定)
この機会にぜひご活用ください

通勤や昼休みなどのスキマ時間を活用してヘルスケアのお勉強。全ての教材を読み理解を深め、確認テスト正答率100%を目指しましょう。

1.
腕試し

2.
学習しよう

3.
確認テスト

eラーニングを始めるには、ペップアップへの登録が必要です

1. お届けした登録のご案内をご用意ください。案内が見つからない場合は、健康保険組合にお問い合わせください。



2. パソコンまたはスマートフォンからご登録できます。以下のURLへアクセスし、案内にしたがって登録してください。

https://pepup.life/users/sign_up



3. 以下のURLから「Pep Up eラーニング」を開き、表示された「学習コース」一覧から「女性の体の変化と健康リスク」を選択してください。

https://pepup.life/e_learning/courses



管理栄養士が考えた
おいしくて体に嬉しいレシピが

2,000件以上!

 **PepUp.** 
 **健康レシピ** 

[食材から]
[カロリーから]
[塩分から]

レシピが
検索
できる!

[高血圧が気になる]
[血糖値が気になる]
[肥満が気になる]

健康レシピのご利用にはPep Upへの登録が必要です

01 お届けした登録案内通
知をご用意ください。



02 Pep Upへ登録完了後「レシピ検索」のページ
からご利用ください。



ログインしてから
アクセス

URL https://pepup.life/users/sign_up



PepUp.