

ロコモ



ロコモティブシンドローム（通称：ロコモ）は移動するための機能が低下した状態で、進行すると要介護や寝たきり状態になる可能性が高くなると言われています。

早めのロコモ対策を行っておくことが重要です！

eラーニング開催期間

11月04日（火）～
12月31日（水）

ロコモについてスキマ学習
達成すると**500ポイント**プレゼント！

通勤や昼休みなどのスキマ時間を利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.
プレ
テスト

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「ロコモティブシンドロームの基礎知識」を選択してください。

https://pepup.life/e_learning/courses

