

Pep Upの健康年齢、健康診断結果の表示

健康年齢



あなたの健康年齢／健康年齢推移
健診の基準に対しての評価だけでなく、同世代平均や同年代のなかでのポジションを表示することで、自分の健康状態をより深く理解します。



健康診断結果
難しい健診値も、健康状態を表すシンプルなアイコンを用いることで直感的に理解しやすいデザインになっています。



※判定基準は日本人間ドック学会の判定区分に基づいています。
医療機関や会社の判定とは異なる場合があります。

わたしの健康状態



健康診断

健診結果改善チャレンジ（2024年度健診結果～）

24年度健診結果に対するポイント付与を8/1以降順次行います（健康年齢・BMI・血圧）

対象項目		基準	ポイント数
健康年齢＊	健康年齢-受診日実年齢	(-)マイナス	-0.1歳で10pt (上限200pt)
BMI [体重(kg)]÷[身長(m) ²]		18.5～24.9	100pt
血圧	収縮期（mmHg）	129以下	50pt
	拡張期（mmHg）	84以下	50pt

＊健康年齢とは…（株）JMDCの健康指標で、健診結果12項目「BMI、収縮期血圧、拡張期血圧、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、AST（GOT）、ALT（GPT）、γ-GT（γ-GTP）、血糖、尿たんぱく、血清クレアチニン」から算出されます。実年齢よりも健康年齢が高いほど、生活習慣病リスクや将来医療費が高くなる可能性があることを表しています。データに欠損がある場合は算出されません。

[健康年齢について詳しくはこちら](#)

【補足】

- ・健診結果のうち、体重と血圧は自分でも測定可能で改善を目指しやすいことから2項目を対象としています。
- ・健保加入日以降の2024年度の健診結果を対象とするため、4月入社の方の3月に行った健診は対象外となります。
- ・2024年8月1日以降順次（健診結果がPep Upに反映された日の翌日中まで）※健診結果の反映は受診から3～4ヶ月後となります。（医療機関または会社からのデータが遅れた場合はPep Upでの表示も遅れます）
- ・手元にある（または会社のシステムで表示されている）健診結果とPep Upに表示されている健診結果の数値が異なる場合は、「会社名」「氏名」「保険証の番号」「健診受診日」をご記入の上、東芝健保Pep Up担当までご連絡ください。Knp-pepup@ml.toshiba.co.jp