


pepUp.

Pep Up主催 ウォーキングラリー



ふれんどウォーク
マニュアル



2026年4月改訂

楽しく、自分のペースで

限定した期間でイベントとして楽しめる施策も重要ではありますが、生活習慣改善や健康への意識の高まりをより広げていくためには、**持続的かつ加入者の皆様が前向きに取り組める施策**も必要です。

歩くという意味ではウォーキングラリーと同じですが、他の方と競争しない、マイペースで続ける、キャラクターと一緒に毎日楽しく活動量を増やす、というコンセプトのもと、ふれんどウォークは設計されています。

歩数に応じてごほうび（Pepポイント）を獲得できるため、その日のコンディションなどに合わせて「今日はここまで頑張る！」など、ゴールを決めて取り組むことも可能です。

（参加者）

Pep Up利用者全員

（期間）

通年

（利用環境）

Web版（パソコン・スマートフォン）
およびスマートフォンアプリ



ご利用の流れ

1 Pep Upで「ふれんどウォーク」を確認します

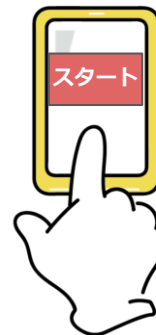


2 ふれんどと出会い、ふれんどウォークをスタート

出会いは突然でした



いつも歩いている河原で
ぽつんと“しば”が黄昏れていました



※出会いは初回のみです！

3 ふれんどといっしょに歩く。マイルストーン達成のたびに、穴掘り用のシャベルをゲットする



毎日継続する

各マイルストーンでシャベルをGET!!!!



4 翌日、シャベルを使ってポイントを掘りにいく (シャベルを使う前に柴犬が掘り当てる)



ふれんどストーリー

ふれんどになる「しばいぬ」とは突然の出会いから毎日の散歩が始まります。

「しばいぬ」には特殊能力なのか私と「おしゃべり」ができて、そのおしゃべりがとても元気にしてくれます。また歩いているときには「シャベル」を見つけてくれ、それがまた不思議なことに5,000歩、8,000歩、10,000歩のときに見つかるのです。

そして、このシャベルが使えるのは決まって次の日だけ。散歩をしている最中に「ここが怪しいから昨日拾ったシャベルで掘ってみ」と教えてくれ、そこをシャベルを使って「ほりほり」と、昨日頑張って歩いた分なのかな、ごほうびで沢山のPepポイントがもらえるのです！これは楽しみ。

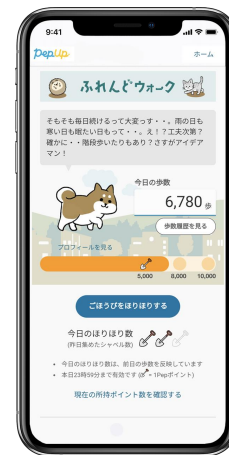
さあ「しばいぬ」と毎日楽しく歩いて、沢山ごほうびを集めに行きましょう！

出会いは突然でした



いつも歩いている河原で
ぽつんと“しば”が黄昏れていました

さんぼしてシャベルを集めて・・・



機能イメージ

ふれんど

あなたのふれんどが、かわいく動きながら応援してくれます。

他愛もない雑談や、歩数に応じた応援メッセージをお話してくれます。

ごほうび

前日の歩数に応じて、ごほうび（Pepポイント）を獲得できます。

- 5,000～7,999歩：1pt
- 8,000～9,999歩：2pt
- 10,000歩以上：3pt

※ごほうび獲得した後に前日分の歩数が増えた場合、差分のポイントも獲得できます



今日の進捗

今日の歩数や、マイルストーンに対する進捗を視覚的に確認できます。

毎日ポチッと押してください。

pepUp.

