

「クピオ プラス」は東京土建国保が行っている事業で、パソコンやスマートフォンであなたの健康づくりを応援するツールです。健康づくりに取り組むことで貯まる“健康ポイント”はさまざまな賞品と交換できます。



QUPiO+ で健康づくり!

クピオ プラス



参加無料

10月は「運動習慣づくり」にチャレンジ!!

最大1,600
ポイント獲得の
大チャンス

2つのイベントを同時開催

生活習慣改善イベント

2021年10月1日(金)～10月31日(日)
(参加登録は2021年9月15日(水)から10月15日(金)まで)

6コースから2つを選びチャレンジします。
毎日の達成状況は、クピオプラスに
○×で記録します。

※コース詳細と達成条件は裏面をご覧ください。

2コース達成
1,100 ポイント
.....
1コース達成
600 ポイント

New

日々の歩数を記録するだけ!

ウォーキングイベント

2021年10月1日(金)～10月14日(木)
(参加登録は2021年9月15日(水)から10月8日(金)まで)

クピオプラスに毎日の歩数を記録します。

※14日間の記録が必須となります。
詳しくは裏面をご覧ください。

2週間の平均歩数が
6,000歩以上:**300**ポイント
8,000歩以上:**400**ポイント
10,000歩以上:**500**ポイント

イベント達成ですぐに

歯みがきセット

などと交換可能!



※画像はイメージです。

貯めたポイント数にあわせて
約500種類の賞品が選べます

※賞品は一部変更になる場合がございますので、ご了承ください。



毎日ログイン
キャンペーン

10月1日(金)から1週間、毎日ログインして
○×や歩数の記録をすると、さらに

100ポイントがもらえます!

対象者 国保組合の組合員と、2022年3月31日時点で19歳以上になる国保組合加入のご家族

記録締切日 / ポイント付与日 2021年11月3日(水) / 2021年11月26日(金)

参加登録方法 参加には、事前にQUPiO+への無料登録が必要です

初回ログインに必要な認証コードは、東京土建国保組合ホームページの

クピオ プラスの認証コードはこちら から取得できます

ご不明点がございましたら、裏面下記までお問い合わせください。



