

My Health Plus+ & Pep Up

マイヘルスプラス & Pep Up ご利用マニュアル

~ How to Use ~



Be the **Right ONE**

豊田通商健康保険組合

Toyota Tsusho Health Insurance Society

！こんなことができます！ Things You Can Do !

あなたに支払われた
賦課金等の通知書を
ダウンロードできます！

**To download
notifications!**

あなたが医者にかかったときの
医療費がわかります！

**To know medical
expenses!**

あなたの健診結果が
わかります！

**To check
the results of
medical check!**



処方されている薬の
ジェネリック医薬品
情報がわかります！

**To acknowledge of
medicine!**

補助金の申請書を
作成できます！

**To make
applications
for subsidies!**



Be the **Right ONE**

- ▶ 健保組合とは
- ▶ 保険給付
- ▶ Pep Up
- ▶ 保健事業
- ▶ 健診制度一覧
- ▶ 人間ドック NEW
- ▶ 健診・疾病予防
- ▶ 保養所
- ▶ 退職後
- ▶ 介護保険
- ▶ 申請書一覧

加入者サイト My Health Plus+/Pep Up

- ▶ 初めての方はこちら
- ▶ ID/仮PW通知書の再発行はこちら
- ▶ ログイン(2回目以降)
- ▶ ID/PWを忘れた方はこちら
- ▶ My Health Plus+/Pep Up 利用マニュアルはこちら (JPN)
- ▶ My Health Plus+ Manual (ENG)
- ▶ よくある質問はこちら

事業所担当者用サイト

被扶養者の資格確認調査(検認)はこちら

楽しい健康づくりをサポートする
健康ポータルサイト

pepUp.

詳しくはこちら ▶

▶ 被扶養者に
したいとき

▶ 被扶養者から
外すとき

▶ 退職する
とき

▶ 資格確認書等を
なくしたとき

▶ 住所が
変わった
とき

▶ マイナ
保険証

▶ 保険証情報の
確認方法

まずは、豊通健保のHPに
アクセス！

Visit the web-site of
Toyota Tsusho Health Insurance,
Kenpo !

<http://toyotsu.or.jp/kenpo/>

Step 1

利用登録はここを
クリック

Click here for user
registration

保険証情報の確認方法

How to verify Health Insurance
Certificate

(Information available in English
Click [English](#) on the next page)



新規利用登録

メールアドレスを入力し、送信してください。

中 大
文字サイズ

新規に利用者登録するためのページです。

利用者登録には、すでにお配りした「IDパスワード」が必要です。

IDパスワード通知書の再交付は、[こちら](#)からご依頼ください。

入力されたメールアドレス宛に、仮ログインのURLが記載されたメールを送信します。

メールに記載されたURLの有効期限は24時間です。

「My Health Plus+」は、被保険者と被扶養配偶者のみ登録できます。

お子様など配偶者以外の被扶養者は、被保険者のページでご利用いただけます。

ご家族で同じメールアドレスはご使用できません。

メールアドレス

送信する

ログイン画面

Step 2

ここへメールアドレスを入力
Enter your e-mail address here.

Step 3

ここをクリック
Click here



Be the **Right ONE**

STEP 4

STEP2で入力したメールアドレスにご案内メールが届くので、そこに記載のURLにアクセスしてください。

You will receive an email into your email address that you entered at STEP2. Access to the URL in the email.

ここをクリック。' (For first-time users, press the 'New User Registration' button below or [click here.](#)) and '2回目以降は下記ユーザIDとパスワードを入力して、ログインしてください。10回間違えて入力すると一時的にロックがかかりますが、30分後に自動解除されますので再入力いただけます。' (From the second time onwards, enter the following User ID and Password to login. If you enter it wrong 10 times, you will be locked temporarily, but it will be automatically unlocked after 30 minutes, so you can re-enter it). There are two input fields: 'ユーザID' (User ID) with 'User ID' as placeholder text, and 'パスワード' (Password) with 'Temporary Password' as placeholder text. Below these is a dark grey 'ログイン' (Login) button. A blue callout bubble points to the 'ログイン' button with the text 'こちらでログイン' (Login here) and 'Log-in after you have successfully registered.' At the bottom left, there is a link 'ユーザID・パスワードを忘れた方はこちら' (If you forgot your User ID/Password, click here) and a blue button '新規利用登録' (New User Registration)." data-bbox="30 321 499 823"/>

「ID パスワード通知書」のユーザIDと仮パスワードを入力し、ログイン。

★ID パスワード通知書送付方法

- ・新規加入された方：会社経由で送付
- ・再交付申請された方：ご指定住所へ送付

For user registration, enter the User ID and temporary Password. You can find those in the notification card.

★Notification card Delivery Method

- For new members: Sent via the company
- For those requesting reissuance: Sent to the specified address



通知書
Notification card

STEP 5

利用者情報入力ページが表示されます。
「ユーザID」「パスワード」「画面に表示される名前」を変更し、
「登録」をクリック。

The screen shows 利用者情報入力.

Enter the User ID, password and name in order to change your registered information. Then, click 「登録」 bottom.

The screenshot shows a web form titled '利用者情報入力' (User Information Input). It contains the following fields and callouts:

- 旧ユーザID** (Old User ID): A text input field with a callout 'User ID : 1 – 40 letters'.
- 旧パスワード** (Old Password): A password input field with a callout 'New password : 8 – 40 letters'.
- 旧パスワード(確認)** (Old Password (Confirmation)): A password input field with a callout 'New password for confirmation'.
- メールアドレス** (Email Address): A text input field containing 'sample@sample.co.jp'.
- 画面に表示される名前** (Name to be displayed on the screen): A text input field containing '氏名' (Name).
- 登録** (Register): A button at the bottom of the form, circled with a red dashed line, with a callout 'Your name'.

登録したメールアドレスに、利用完了メールが届きます。

You will receive a confirmation email that your registration has been finalized.



Be the **Right ONE**

STEP 6

My Health Plusにログインする。
URL : <https://toyotsu.or.jp/kenpo/>



Log-In

ログイン

「豊田通商健康保険組合」のアカウントでログインできます。

初めてのの方は下の「新規利用登録」ボタンを押すか、[ここをクリック](#)。

2回目以降は下記ユーザIDとパスワードを入力して、ログインしてください。
10回間違えて入力すると一時的にロックがかかりますが、30分後に自動解除されます。

ユーザID

パスワード

[ユーザID・パスワードを忘れた方はこちら](#)

ユーザ登録がお済でない方は新規利用登録を行ってください。

User ID

Password

Login to your account



Be the **Right ONE**

STEP
7

豊田通商健康保険組合

My Health Plus+

前回ログイン日時 2025/05/01 10:50:45
ようこそ **Your name**

ログアウト

Home 医療費通知 健診結果 健保組合からのお知らせ 補助金申請 通知書・証明書

個人向け健康ポータルサイト

楽しく！お得に！健康に！

pepUp.

2024
ご利用開始

この画像をクリックす

のタイトルから

トピックス

2025-04-14 『健保だより 2025年4月号』のご案内

2025-01-08 【豊田通商健康保険組合】令和6年10月診療分 医療費明細のご案内

2024-10-01 【Pep Upイベント紹介】2024年度『健診結果改善チャレンジ』

一覧はこちら>>

中 大 ?
文字サイズ ヘルプ

プロフィール設定

パスワード変更

医療費通知

通知書・証明書

トップページ

健診結果

補助金申請

健康情報

ジェネリック通知

医療費控除データ・年間医療費通知出力

健保組合からのお知らせ

ポイント

Information from Toyota Tsusho Health Insurance Society (= Kenpo)

To Download
Notifications

Medical
Expenses
Report

Medical
Check-up
Results

Applications
for
Subsidies

Information available
only in Japanese



Be the **Right ONE**

「検診結果」及び「医療費通知」の英訳については、下記ご参考ください。
Please refer to the following information for Medical Expenses Report & Medical Check-up Results.

Medical Expenses Report



	Total amount	Covered by the insurance	Covered by government	Your payment	Legal amount	Additional amount from Health insurance Association	Detailed list
診療年月	医療費の総額	健保からの支払額	国等からの支払額	あなたの支払額	法定金額	付加金額	詳細一覧
令和7年 (2025年)	0	0	0	0	0	0	
3月							
2月							
1月							
令和6年 (2024年)	12,200	8,540	0	3,660	0	0	明細一覧へ

The year of Reiwa 7th
= The year 2025

Month
total

Medical Check-up Results



健診結果

受診した健診結果が閲覧できます。

分類	Category	検査項目	Examination Item
身体計測	Physical measurement	身長	Height
		体重	Weight
		腹囲	Abdominal circumference
血圧測定	Blood pressure	収縮期血圧	Systolic blood pressure
		拡張期血圧	Diastolic blood pressure
尿検査	Urinalysis	蛋白	Uric protein
糖代謝検査	Blood glucose	採決時間	Time of blood collection
		尿糖	Uric glucose
		空腹時血糖	Fasting blood glucose
脂質検査	Lipid	総コレステロール	Total cholesterol
		中性脂肪	Triglyceride
肝機能	Liver function		
医師の判断	Result of the medical check-up	異常なし	Normal



Be the **Right ONE**

Applications
for
Subsidies



補助金申請

申請する

⇒ Click

「My Health Plus+」にて申請可能な補助金

You can apply for the following subsidies through “My Health Plus+”.

➤ インフルエンザ予防接種 Influenza Vaccination ⇒ Click **A**

受診期間：毎年10月～1月

Vaccination period: Oct to Jan every year

申請期間：毎年10月～2月

Application period: Oct to Feb every year

Please apply after vaccination at a clinic in Japan other than at TTC.

A receipt is required to apply.

申請書名	公開開始日時	締切日時	申請状況		
インフルエンザ予防接種補助金申請	2018/10/02 10:01		未申請		A 申請書入力

インフルエンザ予防接種補助金申請 1/2 To apply for Influenza Vaccination Subsidy

申請者情報

記号・番号 **a**

対象者情報

対象者 * **b**

医療機関名 * **c**

受診日 * **d** 西暦 年 月 日

窓口支払額 * **e** 円

領収書 * **f**

連絡欄

日中にご対応可能な連絡先を記入してください。
健保へのお問い合わせの記入はご遠慮願います。
ご不明点は上記ご留意点3.のお問い合わせ先までご連絡ください。

g

To add another person.

次の対象者を入力

To check what you have entered.

入力内容を確認する

選択画面へ戻る

To return to the previous page.

1. Make a reservation for a flu shot to a clinic/hospital.
2. Bring your Health Insurance Certificate with you to the clinic/hospital. After taking the shot, pay all amount on the receipt at the reception desk.

※Make sure that these things are shown on the receipt.

- 1) Vaccinator
- 2) Name of vaccine “インフルエンザ予防接種”
- 3) Date
- 4) The amount of payment

3. Fill in the boxes.

a. 記号 and 番号 :

You can find the numbers in your Health Insurance Certificate.

(The confirmation method can be found on page 3.)

b. Vaccinator (one application per person)

c. Name of clinic

d. Date of vaccination

e. The amount you paid

f. Click the “Upload アップロード” button
and attach the receipt issued by the clinic/hospital.

g. Fill in your phone number.

インフルエンザ予防接種補助金申請 2/2 To apply for Influenza Vaccination Subsidy

連絡欄

日中にご対応可能な連絡先を記入してください。
健保へのお問い合わせの記入はご遠慮願います。
ご不明点は上記ご留意点3.のお問い合わせ先までご連絡ください。

①申請前に、対象者と領収書の名義が一致しているかご確認ください。名義が異なる場合は不受理となります。
②個人情報の取り扱い 当健保では、インフルエンザ予防接種補助において、個人情報を取扱い
ます。詳細については、当健保のホームページからご確認いただけます。上記内容に同意いただけない
場合は、申請することができません。

h ☐ 同意する

申請する

戻る

☒ 同意する

i 申請する

j 戻る

h ⇒ If you confirmed all of contents, that are the same as the contents of the receipt, please tick here.

i ⇒ To submit.

j ⇒ To go back to the previous page.

※When you submit the documents until the 20th of the month, its requested subsidy will be paid into your monthly salary next month.

※The shot should be taken by January 31st.

※Subsidy is provided one time only.
JPY2,000 per person.



Be the **Right ONE**

PepUp. Access Method

My Health Plus⁺

豊田通商健康保険組合

前回ログイン日時 2025/05/01 10:59:45
ようこそ出淵 和子さん ログアウト

Home 医療費通知 健診結果 健保組合からのお知らせ 補助金申請 通知書・証明書

個人向け健康ポータルサイト

楽しく! お得に! 健康に!

PepUp.

2022年10月1日スタート!!

ご利用開始は「PepUpトップページ」のタイルから

この画像をクリックするとログイン方法のご案内ページへ移動します。

トピックス

- 2025-04-14 『健保だより 2025年4月号』のご案内
- 2025-01-08 【豊田通商健康保険組合】令和6年10月診療分 医療費明細のご案内
- 2024-10-01 【Pep Upイベント紹介】2024年度『健診結果改善チャレンジ』

一覧はこちら>>

中 大 ?
文字サイズ ヘルプ

プロフィール設定
パスワード変更

PepUp.
トップページ

医療費通知 通知書・証明書 健診結果 補助金申請 健康情報 ジェネリック通知 医療費控除データ・年間医療費通知出力 健保組合からのお知らせ ポイント

Step 1

ここをクリック
Click here

Pep Up is only available in Japan.



Be the **Right ONE**

The image shows a registration form for 'PepUp'. At the top, there is a progress bar with three steps: 1. メールアドレス登録 (E-mail address registration), 2. メールアドレス確認 (E-mail address confirmation), and 3. 本人確認 (Self-confirmation). The first step is currently active. Below the progress bar, the title 'メールアドレス、パスワード登録' (E-mail address, password registration) is displayed. The form contains three input fields: 'メールアドレス (必須)' (E-mail address, required) with the placeholder 'e-mail address', 'パスワード (必須)' (Password, required) with the placeholder 'Preferred password', and '確認用パスワード入力 (必須)' (Confirm password input, required) with the placeholder 'Preferred password'. Below the password fields, there is a red dashed box containing a '登録' (Register) button. At the bottom of the form, there is a link: '既に登録した方はこちらからログインしてください' (If you are already registered, please log in from here).

Step 2

ここへメールアドレスを入力
Enter your e-mail address here.

Step 3

ここへお好きなパスワードを
入力ください
Enter your preferred password here.
Use alphanumeric characters with 8
or more letters.

Step 4

Enter your password for confirmation

Step 5

ここをクリック
Click here



STEP2で入力したメールアドレスにご案内メールが届くので、本文中のURLをクリックしてください。

You will receive an email into your email address that you entered at STEP2. Access to the URL in the email.

生年月日を入力後、利用規約・プライバシーポリシーを確認し、チェックボックスにチェックを入れて登録ボタンをクリックしてください。

A Enter your date of birth.

B Check the Privacy policy and tick the checkbox

C Click the register button

STEP
6

プロフィールを入力後、「登録」または「後で登録」を選択
※この入力は省略可能です（「後で登録」ボタンを押す）

Enter your profile, select 'Register(登録)' or 'Register later (後で登録)'.
※ This input is optional. If you don't input, click 'Register later (後で登録)'.

★Log in to the app for more convenience
Download here



アプリにログインして
もっと便利に!

ダウンロードは
こちら

pepUp.

App Store
からダウンロード

Google Play
で手に入れよう



Information available only in Japanese.

健保からのお知らせ



Click here

歯科キャンペーン Dental Check up Campaign

歯科医院を受診された方に、2,000 Pepポイント(2,000円相当)をプレゼント！！
Receive 2000 Pep Points (equivalent to 2000 yen) for visiting dental clinic.

受診対象者：被保険者・16歳以上の被扶養者
Eligible persons : Insured persons and dependents aged over 16

受診期間：毎年4月～9月 Dental check up period: Apr to Sep every year
申請期間：毎年5月～10月 Application period: Mar to Oct every year

歯科キャンペーン申請 1/2

To apply for Dental Checkup Campaign

◆対象受診期間

2025年4月1日～9月30日

◆申請受付期間

2025年5月1日～10月31日

対象受診期間は
2025年4月～9月



Pep Up申請は
2025年5月～10月



●申請方法

Pep Upの各種申請「2025年度 歯科キャンペーン申請」からご申請ください。

※詳細は添付の歯科キャンペーン申請マニュアルをご参照ください。

[歯科キャンペーン申請マニュアル](#)

※2025年度 歯科キャンペーン申請へのリンクはこちら※

https://pepup.life/petition_projects

Click here

申請一覧

2025年度 歯科キャンペーン申請

Click

1. Make a reservation for a check up at a dentist.

2. Bring your Health Insurance Certificate with you to the dentist.
After taking the dental check up, pay all amount on the receipt at the reception desk.
(Health Insurance Certificate confirmation method can be found on page 3.)

※Make sure that these things are shown on the receipt.

- 1) Patient name
- 2) Name of dental clinic
- 3) Date
- 4) The amount of payment

歯科キャンペーン申請 2/2

To apply for Dental Checkup Campaign

■対象者一覧

対象者選択

対象者名

☒

Application name

申請フォームへ

2025年度 歯科キャンペーン申請 申請フォーム

出拠 和子(被保険者 女性)

歯科受診費用

a

受診日

2025 b

5

20

Pepポイント (記入
不要)

年齢 (記入不要)

49

歯科医院名

c

※ご連絡先 (ご申請
内容について健保より
ご連絡する場合がございます)

d

領収書添付 (◆「対
象条件」を満たして
いない場合はポイント
付与対象外としま
す)

e

ファイル選択

削除

+ 添付ファイルを追加

キャンセル

下書き保存

内容を確認する

3. Tick the check box

4. Fill in the boxes.

a. The amount you paid

b. Date of the dental checkup

c. Name of clinic

d. Fill in your phone number.

e. Click the “Upload アップロード” button

and attach the receipt issued by the dental clinic.

To check what you have entered.

5.

申請する

Click