

Pep Up 春の健康イベント

『睡眠記録キャンペーン』開催のお知らせ

日本人の睡眠時間は欧米諸国と比較すると短く、睡眠不足はアルツハイマー型認知症や心臓病、がん、糖尿病のリスクになるともいわれています。

この機会にご自身の日々の睡眠時間を記録し、生活習慣の改善や健康管理につなげましょう。

また、『睡眠記録キャンペーン』では、睡眠時間を記録するごとに、WAON 等のポイントや様々な商品と交換できる Pep ポイントがプレゼントされますので、ぜひご参加ください。

【キャンペーン期間】

令和 5 年 4 月 13 日(木)～令和 5 年 5 月 12 日(金)

【記録項目】

睡眠時間

【遡って入力できる期間】

2 日

【ポイント】

1 日につき 15 ポイント付与

※ポイントは即時付与されます。

※毎日睡眠時間を記録すると、期間中最大 450 ポイント(15 ポイント×30 日間)付与されます。

【Pep ポイント交換例】

賞品	ポイント
500WAON ポイント	500 ポイント
amazon ギフトカード 500 円分	525 ポイント
楽天ポイント 500 円分	550 ポイント
QUO カード 1000 円分	1,200 ポイント
選べる国産和牛カタログギフト	5,000 ポイント

上記以外にも様々な賞品に交換可能です。

詳細は Pep Up のポイント交換ページでご確認ください。