

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。

『睡眠記録キャンペーン』では毎日の睡眠時間を記録するごとに、Pep Up 内でさまざまな商品と交換できる Pep ポイントをプレゼントいたします。毎日記録を目標に、ぜひ奮ってご参加ください。

【キャンペーン期間】

令和 6 年 4 月 15 日(月)～令和 6 年 5 月 14 日(火)

【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】

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

上記以外にさまざま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。