

# 睡眠編

記録して

「わかる」

続けて

「変わる」



2026

## やることチャレンジ

開催期間 6/ 1 MON ~6/30 TUE

申込期間 5/25 MON ~6/10 WED

参加方法 Pep Up内チャレンジ参加ページより

20日以上  
達成で

2つのチャレンジを毎日記録

**500** Pepポイント  
**GET!!**

CHECK!!

参加にはペップアップへの登録が必要です！

01 お手元に本人確認コード  
をご用意ください。

▼Pep Up ユーザー登録申請フォーム



<https://pepup.life/users/ekyc/LsAqhakF/issues/new>

02 Pep Upへ登録完了後、「やることチャレンジ」  
の専用ページからご参加ください。

URL [https://pepup.life/users/sign\\_up](https://pepup.life/users/sign_up)



ログインしてから  
アクセス



▼専用ページ



**pepUp.**

ペップアップ