



歯磨き



運動

記録して
「わかる」

続けて

「変わる」



他



食事



睡眠



飲酒

チェックだけのカンタン記録

やることチャレンジ

開催期間 09/02 MON ~ 09/30 MON

申込期間 08/15 THU ~

参加方法 Pep Up内チャレンジ参加ページより

自分でコースを選んで毎日記録

達成で

500 Pepポイント
GET!!

参加にはペップアップへの登録が必要です！

★登録には本人確認用コードが必要です。紛失された方は下記「ユーザー登録申請フォーム」から再発行依頼をしてください。

※お届け先住所は健保に届出済みの住所を入力してください。(相違があった場合は再発行できません。)

QRコード



または URL

<https://pepup.life/users/ekyc/7P3RXN9P/issues/new>



PepUp.