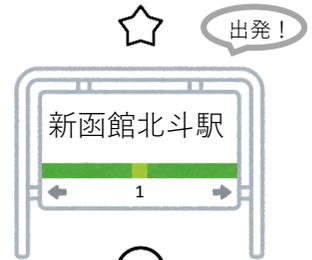




7,000歩 (10,000歩)
 到達ごとに1マス
 塗りつぶして
 いきましょう



55

☆ 到着!

60

鹿児島中央駅 (Kagoshima Chūō Station)

61

5

15

金沢駅 (Kanazawa Station)

16

10

20

25

30

あと半分、デス!

35

40

45

新大阪駅 (Shin-Osaka Station)

41

50

31

東京駅 (Tokyo Station)

61

35

第29回 ウォーキング・キャンペーン記録表

月 日		歩 数			メ モ		月 日		歩 数			メ モ	
10月1日	土			歩			11月1日	火			歩		
10月2日	日			歩			11月2日	水			歩		
10月3日	月			歩			11月3日	木			歩		
10月4日	火			歩			11月4日	金			歩		
10月5日	水			歩			11月5日	土			歩		
10月6日	木			歩			11月6日	日			歩		
10月7日	金			歩			11月7日	月			歩		
10月8日	土			歩			11月8日	火			歩		
10月9日	日			歩			11月9日	水			歩		
10月10日	月			歩			11月10日	木			歩		
10日間の累計				歩			10日間の累計				歩		
10月11日	火			歩			11月11日	金			歩		
10月12日	水			歩			11月12日	土			歩		
10月13日	木			歩			11月13日	日			歩		
10月14日	金			歩			11月14日	月			歩		
10月15日	土			歩			11月15日	火			歩		
10月16日	日			歩			11月16日	水			歩		
10月17日	月			歩			11月17日	木			歩		
10月18日	火			歩			11月18日	金			歩		
10月19日	水			歩			11月19日	土			歩		
10月20日	木			歩			11月20日	日			歩		
10日間の累計				歩			10日間の累計				歩		
10月21日	金			歩			11月21日	月			歩		
10月22日	土			歩			11月22日	火			歩		
10月23日	日			歩			11月23日	水			歩		
10月24日	月			歩			11月24日	木			歩		
10月25日	火			歩			11月25日	金			歩		
10月26日	水			歩			11月26日	土			歩		
10月27日	木			歩			11月27日	日			歩		
10月28日	金			歩			11月28日	月			歩		
10月29日	土			歩			11月29日	火			歩		
10月30日	日			歩			11月30日	水			歩		
10月31日	月			歩			10日間の累計				歩		
11日間の累計				歩			GOAL! お疲れさまでした						

事業所名					
被保険者	記号		番号		
参加者氏名					
参加者	本人・被扶養配偶者	年齢		歳	

61日間の記録

合計歩数					歩
1日平均					歩

※小数点以下切り捨て

☆ご意見・ご感想をお書きください

提出期限 12月12日(月)までに事業所担当者へ

事業所担当者は12月19日(月)までに健保へ

※記録表に記入された個人情報は、健康保険組合の事業運営のために利用し、第三者には提供いたしません。