

第24回ウォーキングキャンペーン記録用紙

健康保険組合連合会群馬連合会(健康開発委員会)

⇒ 毎日の歩数を記入して下さい

5月	日付	曜日	歩数
	1	木	
	2	金	
	3	土	
	4	日	
	5	月	
	6	火	
	7	水	
	8	木	
	9	金	
	10	土	
	11	日	
	12	月	
	13	火	
	14	水	
	15	木	
	16	金	
	17	土	
	18	日	
	19	月	
	20	火	
	21	水	
	22	木	
	23	金	
	24	土	
	25	日	
	26	月	
	27	火	
	28	水	
	29	木	
	30	金	
	31	土	
	合計		

6月	日付	曜日	歩数
	1	日	
	2	月	
	3	火	
	4	水	
	5	木	
	6	金	
	7	土	
	8	日	
	9	月	
	10	火	
	11	水	
	12	木	
	13	金	
	14	土	
	15	日	
	16	月	
	17	火	
	18	水	
	19	木	
	20	金	
	21	土	
	22	日	
	23	月	
	24	火	
	25	水	
	26	木	
	27	金	
	28	土	
	29	日	
	30	月	
	合計		

合計歩数	
総日数	61日
1日平均歩数	歩

目標 1日平均 6,000歩!

提出期限
7月9日までに
ミツバ健保へ
提出して下さい

健 保 組 合 名	ミツバ 健康保険組合	記 号	番 号
事業所名 所属名			
氏 名		性 別	年 齢
		男・女	歳

応募された皆様の個人情報は、ウォーキング賞の抽選に利用します。