令和7年度

ウォーキングキャンペーン記録表

(期間：令和7年4月1日～令和7年5月31日)

提出期限：6月10日(火)まで

※1 保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書でご確認ください。

※2 目標コース：①8,000歩・②6,000歩

保険証 ※1	記号		氏名		年齢
	番号				
続柄(①本人・②家族)			目標コース※2		

結果記入欄	2カ月総歩数	歩
	2カ月平均歩数	歩

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

計		計		計	
---	--	---	--	---	--

入力日数 日

入力平均歩数 歩

4月総歩数	歩
-------	---

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

計		計		計	
---	--	---	--	---	--

入力日数 日

入力平均歩数 歩

5月総歩数	歩
-------	---

○コメント(参加してみてよかったこと、反省点などお書きください)

--

事業所記号		事業所名	
事務担当者・健康管理委員			
TEL		FAX	

提出：事業所でお取りまとめのうえ観光産業健康保険組合へお送りください。(FAX：03-6260-5727 観光産業健康保険組合 宛)