

参加者  
募集！！

第17回

# ウォーキング大会

1日1万歩以上歩こう

|               |   |           |                                      |
|---------------|---|-----------|--------------------------------------|
| 主 催 :         | 東亜道路健康保険組合                                  | 結 果 報 告 : | 令和2年12月4日(金)                         |
| 共 催 :         | 東亜道路労働組合                                    |           | 但し、北海道・北陸地区は                         |
| 対 象 者 :       | 被保険者及びその被扶養家族である配偶者                         |           | 令和2年11月6日(金)                         |
| 実 施 機 関 :     | 61日間  | 表 彰 :     | 記録表は、直接健康保険組合へ郵送又はFAXにて提出して下さい。      |
|               | 令和2年10月1日(木)～                               |           | 1. 完歩賞                               |
|               | 令和2年11月30日(月)                               |           | 期間内に目標(61万歩以上)を達成した人には3,000円相当の賞品を贈呈 |
|               | 但し、北海道・北陸地区は                                |           | 2. 参加賞                               |
|               | 令和2年9月1日(火)～                                |           | 歩数計の支給といたしますが、申込書の要・不要欄に○印をつけて申込下さい。 |
|               | 令和2年10月31日(土)                               |           |                                      |
| 実 施 場 所 :     | それぞれの住んでいる自宅や会社周辺を中心に行います。                  |           |                                      |
| 実 施 方 法 :     | 1日1万歩、61日間で61万歩を目標に歩きます。毎日、記録表に歩行数を記入して下さい。 |           |                                      |
| 参 加 申 込 期 限 : | 令和元年9月4日(金)                                 |           |                                      |
|               | 但し、北海道・北陸地区は、                               |           |                                      |
|               | 令和2年8月24日(月)                                |           |                                      |

問合せ先:  
東亜道路健康保険組合  
工川まで  
TEL 03-3403-8507  
FAX 03-5474-7665

## 申 込 書

東亜道路健康保険組合 宛

第17回 ウォーキング大会

1日1万歩以上歩こう！！

|         |    |  |    |     |      |
|---------|----|--|----|-----|------|
| 事業所名    |    |  |    | 歩数計 |      |
| 健康保険証番号 | 記号 |  | 番号 |     |      |
| 氏 名     |    |  |    | 歳   | 要 不要 |
| 氏 名     |    |  |    | 歳   | 要 不要 |

# ウォーキング大会記録表

東 亜 道 路 健 康 保 険 組 合  
東 亜 道 路 労 働 組 合  
北海道・北陸地区

| 月 | 日   | 歩 数 | 累計歩数 |  |  |
|---|-----|-----|------|--|--|
| 9 | /1  |     |      |  |  |
|   | /2  |     |      |  |  |
|   | /3  |     |      |  |  |
|   | /4  |     |      |  |  |
|   | /5  |     |      |  |  |
|   | /6  |     |      |  |  |
|   | /7  |     |      |  |  |
|   | /8  |     |      |  |  |
|   | /9  |     |      |  |  |
|   | /10 |     |      |  |  |
|   | /11 |     |      |  |  |
|   | /12 |     |      |  |  |
|   | /13 |     |      |  |  |
|   | /14 |     |      |  |  |
|   | /15 |     |      |  |  |
|   | /16 |     |      |  |  |
|   | /17 |     |      |  |  |
|   | /18 |     |      |  |  |
|   | /19 |     |      |  |  |
|   | /20 |     |      |  |  |
|   | /21 |     |      |  |  |
|   | /22 |     |      |  |  |
|   | /23 |     |      |  |  |
|   | /24 |     |      |  |  |
|   | /25 |     |      |  |  |
|   | /26 |     |      |  |  |
|   | /27 |     |      |  |  |
|   | /28 |     |      |  |  |
|   | /29 |     |      |  |  |
|   | /30 |     |      |  |  |
|   |     |     |      |  |  |

| 月  | 日   | 歩 数 | 累計歩数 |  |  |
|----|-----|-----|------|--|--|
| 10 | /1  |     |      |  |  |
|    | /2  |     |      |  |  |
|    | /3  |     |      |  |  |
|    | /4  |     |      |  |  |
|    | /5  |     |      |  |  |
|    | /6  |     |      |  |  |
|    | /7  |     |      |  |  |
|    | /8  |     |      |  |  |
|    | /9  |     |      |  |  |
|    | /10 |     |      |  |  |
|    | /11 |     |      |  |  |
|    | /12 |     |      |  |  |
|    | /13 |     |      |  |  |
|    | /14 |     |      |  |  |
|    | /15 |     |      |  |  |
|    | /16 |     |      |  |  |
|    | /17 |     |      |  |  |
|    | /18 |     |      |  |  |
|    | /19 |     |      |  |  |
|    | /20 |     |      |  |  |
|    | /21 |     |      |  |  |
|    | /22 |     |      |  |  |
|    | /23 |     |      |  |  |
|    | /24 |     |      |  |  |
|    | /25 |     |      |  |  |
|    | /26 |     |      |  |  |
|    | /27 |     |      |  |  |
|    | /28 |     |      |  |  |
|    | /29 |     |      |  |  |
|    | /30 |     |      |  |  |
|    | /31 |     |      |  |  |

事業所 \_\_\_\_\_  
 記号番号 \_\_\_\_\_  
 氏 名 \_\_\_\_\_

|     |   |
|-----|---|
| 合 計 | 歩 |
|-----|---|

ウォーキング大会にあたって、良かった点、大変だった点、要望等が有りましたら記入してください。

.....

.....

.....

.....

.....

# ウォーキング大会記録表

東 亜 道 路 健 康 保 険 組 合  
 東 亜 道 路 労 働 組 合  
 北海道・北陸地区以外

| 月  | 日   | 歩 数 | 累計歩数 |  |  |
|----|-----|-----|------|--|--|
| 10 | /1  |     |      |  |  |
|    | /2  |     |      |  |  |
|    | /3  |     |      |  |  |
|    | /4  |     |      |  |  |
|    | /5  |     |      |  |  |
|    | /6  |     |      |  |  |
|    | /7  |     |      |  |  |
|    | /8  |     |      |  |  |
|    | /9  |     |      |  |  |
|    | /10 |     |      |  |  |
|    | /11 |     |      |  |  |
|    | /12 |     |      |  |  |
|    | /13 |     |      |  |  |
|    | /14 |     |      |  |  |
|    | /15 |     |      |  |  |
|    | /16 |     |      |  |  |
|    | /17 |     |      |  |  |
|    | /18 |     |      |  |  |
|    | /19 |     |      |  |  |
|    | /20 |     |      |  |  |
|    | /21 |     |      |  |  |
|    | /22 |     |      |  |  |
|    | /23 |     |      |  |  |
|    | /24 |     |      |  |  |
|    | /25 |     |      |  |  |
|    | /26 |     |      |  |  |
|    | /27 |     |      |  |  |
|    | /28 |     |      |  |  |
|    | /29 |     |      |  |  |
|    | /30 |     |      |  |  |
|    | /31 |     |      |  |  |

| 月  | 日   | 歩 数 | 累計歩数 |  |  |
|----|-----|-----|------|--|--|
| 11 | /1  |     |      |  |  |
|    | /2  |     |      |  |  |
|    | /3  |     |      |  |  |
|    | /4  |     |      |  |  |
|    | /5  |     |      |  |  |
|    | /6  |     |      |  |  |
|    | /7  |     |      |  |  |
|    | /8  |     |      |  |  |
|    | /9  |     |      |  |  |
|    | /10 |     |      |  |  |
|    | /11 |     |      |  |  |
|    | /12 |     |      |  |  |
|    | /13 |     |      |  |  |
|    | /14 |     |      |  |  |
|    | /15 |     |      |  |  |
|    | /16 |     |      |  |  |
|    | /17 |     |      |  |  |
|    | /18 |     |      |  |  |
|    | /19 |     |      |  |  |
|    | /20 |     |      |  |  |
|    | /21 |     |      |  |  |
|    | /22 |     |      |  |  |
|    | /23 |     |      |  |  |
|    | /24 |     |      |  |  |
|    | /25 |     |      |  |  |
|    | /26 |     |      |  |  |
|    | /27 |     |      |  |  |
|    | /28 |     |      |  |  |
|    | /29 |     |      |  |  |
|    | /30 |     |      |  |  |

事業所 \_\_\_\_\_  
 記号番号 \_\_\_\_\_  
 氏 名 \_\_\_\_\_

合 計 歩

ウォーキング大会にあたって、良かった点、大変だった点、要望等が有りましたら記入してください。

.....

.....

.....

.....

.....