

参加者
募集!!

第22回

ウォーキング大会

1日7000歩以上歩こう

主 催 : 東亜道路健康保険組合	結 果 報 告 : 令和7年12月10日(水)
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7年11月28日(金)
実 施 機 関 : 61日間	記録表は、直接健康保険組合へメール等にて提出して下さい。
令和7年10月1日(水)～	表 彰 :
令和7年11月30日(日)	1. 完歩賞
但し、北海道・北陸地区は	期間内に目標(42万歩以上)を達成した人には3,000円相当の賞品を贈呈
令和7年9月1日(月)～	2. 参加賞
令和7年10月31日(金)	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。
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7000歩、61日間で42万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7年9月17日(水)	
但し、北海道・北陸地区は、	
令和7年8月22日(金)	

問合せ先:
東亜道路健康保険組合

TEL 03-3403-8507
FAX 03-5474-7665

申 込 書

東亜道路健康保険組合 宛

第22回 ウォーキング大会

1日7000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

開始日～終了日まで

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。

.....

.....

.....

.....