

参加者
募集！！

第19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4年12月5日(月)
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4年11月7日(月)
実 施 機 関 : 61日間	記録表は、直接健康保険組合へ郵送又はFAX又は持参にて提出して下さい。
令和4年10月1日(土)～	表 彰 :
令和4年11月30日(水)	1. 完歩賞
但し、北海道・北陸地区は	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
令和4年9月1日(木)～	2. 参加賞
令和4年10月31日(月)	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4年9月2日(金)	
但し、北海道・北陸地区は、	
令和4年8月25日(木)	

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19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

ウォーキング大会記録表

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			

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。