

R6第2回菓子けんぽウォーキングアンケート

事業所名		記号		番号		
氏名		←必ず記載してください				
エントリー名						
実施期間	令和6年11月1日（金）～令和7年1月31日（金）					
目標歩数	8,000歩（1日）					
設定期間	毎日8000歩以上を目指しアンケートには20日分を記入					
計測方法	万歩計又はスマホアプリをダウンロードして計測					
計測結果（必須）		任意記載欄				
日付	歩数	1日8000歩達成した日に○				
1 年 月 日		11/1	11/21	12/11	12/31	1/20
2 年 月 日		11/2	11/22	12/12	1/1	1/21
3 年 月 日		11/3	11/23	12/13	1/2	1/22
4 年 月 日		11/4	11/24	12/14	1/3	1/23
5 年 月 日		11/5	11/25	12/15	1/4	1/24
6 年 月 日		11/6	11/26	12/16	1/5	1/25
7 年 月 日		11/7	11/27	12/17	1/6	1/26
8 年 月 日		11/8	11/28	12/18	1/7	1/27
9 年 月 日		11/9	11/29	12/19	1/8	1/28
10 年 月 日		11/10	11/30	12/20	1/9	1/29
11 年 月 日		11/11	12/1	12/21	1/10	1/30
12 年 月 日		11/12	12/2	12/22	1/11	1/31
13 年 月 日		11/13	12/3	12/23	1/12	○の数を増やしよう 運動習慣を身に つけましよう
14 年 月 日		11/14	12/4	12/24	1/13	
15 年 月 日		11/15	12/5	12/25	1/14	
16 年 月 日		11/16	12/6	12/26	1/15	
17 年 月 日		11/17	12/7	12/27	1/16	
18 年 月 日		11/18	12/8	12/28	1/17	
19 年 月 日		11/19	12/9	12/29	1/18	
20 年 月 日		11/20	12/10	12/30	1/19	
①合計歩数	歩					
②実施日数	日	※20日未満は各賞の対象となりません。				
③平均歩数(①/②)	歩					
参加しての感想（任意）						
アンケート回答期日		令和7年2月28日		大阪菓子健康保険組合		