

第19回 健康ウォーキング 100万歩チャレンジスコアカード

令和2年9月

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

令和2年10月

	1日(木)	2日(金)	3日(土)
1日の歩数			
4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水) 8日(木) 9日(金) 10日(土)
11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水) 15日(木) 16日(金) 17日(土)
18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水) 22日(木) 23日(金) 24日(土)
25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水) 29日(木) 30日(金) 31日(土)
今月の歩数			

令和2年11月

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

事業所名			担当者名	
記号・番号	—		参加者氏名	年齢 歳
送付先住所	〒 TEL()		(会社・自宅)	

実施期間終了後、事業所でとりまとめ、令和2年12月18日までに郵送(必着)でご提出ください。