

おうちの方へ

健康ですこやかに過ごせるようにとの願いから
健康づくりのきっかけにもらうための
「健康チャレンジ」に取り組みませんか？
子どもさんをはげまし、楽しいチャレンジにしてください。

なまえ

さい おとこ おんな
才 男 ・ 女

じゅうしょ

かんそう

どうだったかな？ がんばれたかな？

おうちのひとのことば

富山医療生活協同組合 2018 健康チャレンジ実行委員会

【組織部】 TEL.076-441-8351 月～金曜日
FAX.076-432-8031 8:30～17:00

【後援】 富山県・富山市・高岡市・射水市・砺波市
上市町・立山町・富山県生活協同組合連合会

【個人情報保護について】

健康チャレンジの取り組みによって得られた情報は、結果の集約のみに利用し個人が特定されることはありません。

提出先

事業所（協立病院・富山診療所・水橋診療所
ほぶら・ひまわり・きすな・えがお）

本部・組織部

富山市豊田町1丁目1-8

家族ととりくむ

きつず 虹の健康 チャレンジ



とりくみ回数

30回

さいしゅうていしつび
最終提出日

2019年2月末

プレゼント
があるよ



さあ、はじめよう♪

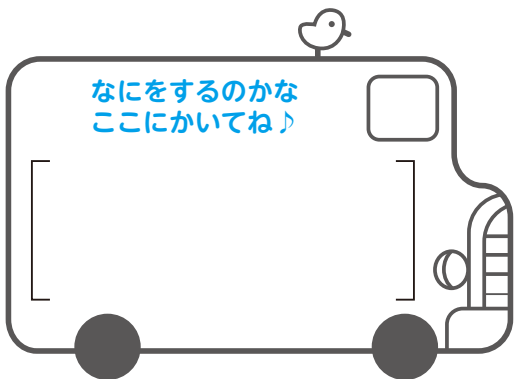
★やってみたいことをきめてスタートしよう。
(チャレンジ)

ほかのことでいいよ♪

たとえば… ●あさごはん ●なわとび ●はやねはやおき ●ラジオたいそう
●あいさつ ●はみがき (いちにちさんかい) ●あいうべたいそう など

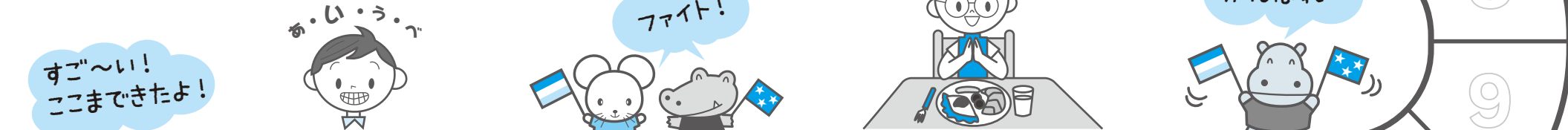
はじめたひ 月 日

シールをはったり、いろぬりをしてたのしもう!



1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

スタート



18	17	16	15	14	13	12	11	10
----	----	----	----	----	----	----	----	----



21	22	23	24	25	26
----	----	----	----	----	----



おわったひ 月 日