歩こうチャレンジ記録表

フリガナ		生年月日	
氏名			
住所	斑鳩町	電話番号	※連絡のつきやすい電話番号をご記入ください

日付	歩数	日付	歩数	日付	歩数
1日	, 歩	11日	, 歩	21日	, 歩
2日	, 歩	12日	, 歩	22日	, 歩
3日	, 歩	13日	, 歩	23日	, 歩
4日	, 歩	14日	, 歩	24日	, 歩
5日	, 歩	15日	, 歩	25日	, 歩
6日	, 歩	16日	, 歩	26日	, 歩
7日	, 歩	17日	, 歩	27日	, 歩
8日	, 歩	18日	, 歩	28日	, 歩
9日	, 歩	19日	, 歩	29日	, 歩
10日	, 歩	20日	, 歩	30日	, 歩
				31日	, 歩

合計歩数	, 歩

※11月15日（金）までに斑鳩町保健センターへ提出してください。

【問合せ】斑鳩町保健センター
8：30～17：15（土曜・日曜日、祝日、年末年始を除く）
電話番号：0745-70-0001
F　A　X　：0745-74-0903
メール　　：hoken@town.ikaruga.nara.jp