



# 2021年秋 90日間チャレンジウォークのご案内

健康保険組合では、生活習慣病の予防・改善に効果的なウォーキングを推進しています。90日間チャレンジウォークは毎年好評をいただいております。今年の春は約1,000名の方に参加いただきました。これまでご参加いただいている方は継続して、参加したことのない方は今回からは是非ご参加下さい。

今回も合計60万歩達成された方に達成賞を、未達成の方には参加賞をお贈り致します。さらに達成された方の中から**抽選で10名様に記念品を進呈致します。**

体を動かしやすい季節になります。健康の維持・増進の為、是非チャレンジしましょう。



## 《 概要 》

- 対象者 トヨタ紡織健康保険組合の被保険者と被扶養者（配偶者のみ）
- 実施内容 ウォーキングを10月中にスタートし、合計60万歩以上を目指して90日間継続します。
- 申込方法 下記参加申込書に必要事項を記入の上、**10月15日(金)まで**に社内便で健康保険組合へ提出下さい。後日、記録表をお渡します。
- 実施結果 記録表に歩数の記録とアンケートへの回答を記入し、**2月15日(火)まで**に社内便で健康保険組合へ提出下さい。
- 記念品プレゼント概要 達成者には500円分のQUOカード、未達成者には参加賞をお贈りします。  
さらに、達成者の中から**抽選で10名様に素敵なプレゼントがあります！**  
(※ 当選結果は記念品の発送をもってかえさせていただきます。)
- お問い合わせ先 トヨタ紡織健康保険組合 保健事業G 和田 TEL 0566-26-0305（内線811-3064）

..... き り と り .....

(刈谷) トヨタ紡織健康保険組合 和田 行

10月15日(金) 健保組合必着

## 『2021年秋 90日間チャレンジウォーク』参加申込書



太枠内を全てご記入下さい。

事業所名		保険証記号番号	-	従業員番号	
所属部署名	拠点( )	被保険者氏名			

記録表送付方法(希望)  
(どちらかに○をつける)

社内便 ・ メール  
※メールは会社のPC限定

※健保組合から記録表をお渡しする際の送付方法です。  
参加者多数の為、チャレンジ後の記録表は社内便での提出をお願い致します。

参加者氏名	(1) 本人	(2) 配偶者(健保組合に加入している方)
-------	--------	-----------------------