

「仲間de健康づくり2012」参加申込書

私は、「仲間de健康づくり」の趣旨に賛同し、事業内容を了解の上、
(8月実施 ・ 9月実施) の参加申込書を提出します。

申込：平成 年 月 日

(ふりがな) 氏名		性別 男・女	年代 10代・20代・30代・40代 50代・60代・70代以上
連絡先（電話）	(携帯 ・ 自宅 ・ 職場 ・ その他)		
Eメールアドレス	(パソコン ・ 携帯)		
公開ネーム		報告方法 Eメール・その他()	

★生活改善の実践内容（食生活・運動）	週 回（月・火・水・木・金・土・日） () にチャレンジす
--------------------	-----------------------------------

参加者には、実践した翌日に実践確認のメールが届きます。 メールを配信してほしい時間をご記入ください。	AM PM 時
---	------------

★確認メールの内容 5段階まで設定が 可能です	①
	②
	③
	④
	⑤

※体重・腹囲の目標にチャレンジする参加者は、記入をお願いします。

体重減量目標 -(マイナス) Kg	腹囲減量の目標 -(マイナス) Kg
----------------------	-----------------------