





チャレンジ募 集

「カラダ」にいいことをなにか始めませんか？
今年も応援隊長が皆様のチャレンジを全力でサポートします。

 **チャレンジ達成された方にはこんな特典が** 

 年間3ヶ月以上の方：チャレンジ賞（締め切り：年度末）
&

 なおかつ健康に向上がみられた方：健康度向上賞を贈呈いたします。

チャレンジ賞・健康度向上賞共に年度末で集計後、賞品の発送は翌年度4月末頃発送予定です。
平成22年度のチャレンジ賞・健康度向上賞は図書券でした。

（注意）対象者は被保険者及び被扶養者のみに なります。

 **さら に** 

ご家族でウォーキング大会やマラソン大会にチャレンジしてみませんか？
完歩証及び完走証のコピーを印刷けんぽまでお送り下さい！
年度末に集計後、記念品を進呈いたします。

申 込 方 法

「わたし・わが家の健康宣言」チャレンジ申込書に必要事項をご記入後、印刷けんぽまでFAXか郵送でお送り下さい。
後日、印刷けんぽよりチャレンジシートをお送り致します。
なお、ご不明な点等ございましたら、お気軽に印刷けんぽまでご連絡下さい。

全国印刷工業健康保険組合 四国支部

TEL 089-921-3201 FAX 089-947-2846

「ヘルピーくん」
も仲間入りする
ことになりました！
詳しくはHP・
チラシを見てね。

保健師
栗田・橋本



「わたし・わが家の健康宣言」

チャレンジ申込書

全国印刷工業健康保険組合
四国支部 御中

わたし・わが家の健康宣言にかかる「健康宣言チャレンジ」を下記のとおり取り組みますので、チャレンジシートの送付をお願いいたします。

| | | | |
|--|-------------|----------|----------------|
| 事業所記号 | | 事業所名 | |
| 被保険者証番号 | | 被保険者名 | |
| チャレンジする方の氏名を記入し、チャレンジする項目名を下記の中から選び（複数可）それぞれ記入してください。 | チャレンジする方の氏名 | 続柄 | チャレンジ項目記号（複数可） |
| | 1 . | | |
| | 2 . | | |
| | 3 . | | |
| | 4 . | | |
| | 5 . | | |
| 【チャレンジ項目】 | | | |
| 1 . 眠る | | 5 . 食べる | |
| 2 . 動く | | 6 . くつろぐ | |
| 3 . 体重 | | 7 . 飲酒 | |
| 4 . 歯みがき | | 8 . 禁煙 | |
| 以上8つのなかから、希望するものをえらんで番号を下の欄に記入してください。 複数の種目にチャレンジすることもできます。 | | | |

この申込書は、事業所担当者まで提出してください。

【健康度表彰について】

年間3ヶ月以上チャレンジをしていただいた方にチャレンジ賞を、さらに健康度に改善のあった方に健康度向上賞を贈呈いたします。

【問い合わせ先】

全国印刷工業健康保険組合四国支部

TEL 089(921)3201

FAX 089(947)2846

Eメール shikoku-gyomu@insatukenpo.or.jp

申込書やチャレンジカードにご記載された情報については、個人情報保護法及び組合規程を遵守し、保健師・管理栄養士の健康指導及び当事業の実施に必要な範囲以外に使用することはありませんので予めご了承願います。