



FAX 番号 078-302-9472

☆記載いただく「個人情報」の取り扱い（ページ下）をご覧ください、チェック  してください。  
終了登録は「同意する」の方のみとなります。

同意する     同意しない     一部不同意

## 終了登録項目

★事業所名： \_\_\_\_\_

★社員番号： \_\_\_\_\_

★氏名： \_\_\_\_\_

★生年月日（西暦）： \_\_\_\_\_ 年    月    日

★チャレンジした項目に○印をつけてください

1	毎日朝食をとる	1 1	1日30分以上の運動を週に2回以上行う
2	食事は野菜から手をつける	1 2	毎日ストレッチする
3	毎食、腹八分目で終わりにする	1 3	筋力トレーニングを毎日10分以上する
4	1週間に1日以上、お酒を飲まない	1 4	週に3回以上体重を測る
5	食事以外に間食をとらない	1 5	毎日、血圧を測る
6	毎日8,000歩以上歩く	1 6	毎日、就寝前に歯を磨く
7	毎日10,000歩以上歩く	1 7	1日1回はしっかり歯を磨く
8	1週間で1日平均8,000歩以上歩く	1 8	たばこ 本数を減らす
9	1週間で1日平均10,000歩以上歩く	1 9	たばこ 禁煙にチャレンジする
10	1日1回、あえて階段を使う	2 0	その他（ _____ ）

★チャレンジの状況はいかがでしたか？近いものにチェックしてください。

100%実行     80%以上実行     70%以上実行     50%以上実行  
 30%以上実行     29%以下

★参加して生活習慣の改善につながりましたか？

改善につながった     変化なし     改善されなかった

★終了時の満足度は？

とても満足     満足     普通     やや不満     とても不満

★ご意見や感想がありましたらお聞かせください。

[ \_\_\_\_\_ ]

★賞品の発送先をお聞かせください。（当選した場合使用）

部署 \_\_\_\_\_ ビル \_\_\_\_\_ 階 \_\_\_\_\_ 部署名 \_\_\_\_\_  
 その他 〒 \_\_\_\_\_ 住所 \_\_\_\_\_

## ★「個人情報の取り扱い」

1. 終了登録でいただいた個人情報は、当組合の個人情報保護方針（<http://www.world-kenpo.com/>）に基づき、安全かつ厳密に管理します。
2. 個人情報はWG健康チャレンジ終了者の管理、賞品の発送に使用します。記載事項に不明があった場合は、連絡させていただくことがあります。
3. 個人情報は、参加の促進を目的に事業所担当者へ氏名の提供をすることがあります。その他、第三者に開示・提供・委託することはありません。
4. 個人情報を提供いただけない場合は、WG健康チャレンジの参加に支障が出る場合があります。
5. 同意しがたい事項がある場合や同意後、個別に不同意の表明が可能です。個人情報の開示・訂正・削除やご不明な点は、当組合の個人情報保護管理者（常務理事）までご相談ください。（TEL078-302-8185）