2020年度

WG健康チャレンジ記録用紙

あなたが取組むチャレンジ項目	目標
①	
②	

	① 項目の記録		② 項目の記録			① 項目の記録		② 項目の記録	
日付	○／×	備考	○／×	備考	日付	○／×	備考	○／×	備考
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				
／					／				

達成状況	① ○の数 個	達成 / 未達成	② ○の数 個	達成 / 未達成
感想				