2021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				