令和8年度「目指せ！チーム100万歩」歩数記録表

チーム名		氏　名	

月　日	歩　数

月　日	歩　数

30日間の合計歩数	

※アンケートを記入し、「報告書」と一緒に提出して下さい。

令和８年度「目指せ！チーム100万歩」事後アンケート

（1）このイベントに参加した理由（複数回答可）

□健康づくりのため　□ダイエットのため　□交流やコミュニケーションのため

□楽しいから　□人に誘われたから　□会社等での取組みだから

□「つなん健康ポイント」の対象事業だから

□その他（　　）

（2）このイベントに参加して、変化したこと

①健康づくり（運動等）への意識

□高まった　□変わらない

②健康づくり（運動等）の取組み

□参加前と変わらない

□参加後にはじめたことがある

➡内容 ： □ウォーキング　□ランニング　□日常生活の中で歩く

□その他（　　）

③体調

□改善した　□変化なし　□悪化した

（3）健康づくりの取組み（運動等）を期間終了後も続けますか

□続ける　□続けない

（4）普段、歩数計等（携帯電話等の歩数記録機能を含む）で歩数を把握していますか

□はい　□いいえ

（5）その他、参加した感想や、ご意見・ご要望などあればおきかせください

ご協力ありがとうございました

今年度で、「目指せ！チーム 100 万歩」は終了いたします（今年度の秋季の開催はありません）。これまでたくさんのかたにご参加いただきまして、ありがとうございました。

今後は、県事業のにいがたヘルス＆スポーツマイレージ事業を活用したイベント開催を予定しております。参加には、スマホアプリ「グッピーヘルスケア」が必要となりますので、別紙チラシよりぜひご登録いただきますようお願いいたします。