

私の目標

記入例

5 / 5	5 / 8	6 / 3	→日付を記入
歩いた	体操した	プール	→内容を記入

※ウォーキングは「歩いた」、体操は「体操した」、プールは「プール」など

応募箱設置場所 各市民センター、北部事務所、堀之内体育館 ほか

ポイントをためて応募しよう！ うおぬま元気ポイント

カード枚数 _____ 枚目 _____ 応募コース



ポイントをためる期間

5月1日から2月末日まで

応募締切：2020年3月5日

フリガナ 氏名 _____ 男・女 _____ 歳

※個人情報は当事業以外には使用しません。

スタート	1 /	2 /	3 /	4 /	5 /
	6 /	7 /	8 /	9 /	10 /
	11 /	12 /	13 /	14 /	15 /

住所 〒 _____ 勤務先 市内・市外

電話番号

16 /	17 /	18 /	19 /	20 /
21 /	22 /	23 /	24 /	25 /
26 /	27 /	28 /	29 /	30 /

ゴール