健幸チャレンジ2025秋　参加申込書

※参加者1名に対し参加申込書1枚でご提出ください。

ふりがな		ふりがな		組合員等番号（左詰め）
参加者氏名		組合員氏名	□左記氏名に同じ	
生年月日	年　月　日（　歳）			
組合員の所属	局・区・室・組合　課(公所)	連絡先（日中連絡のとれる連絡先） □職場　□個人		※上記が不明な方　職員番号（左詰め）

チャレンジするメニューを〇で囲んでください。（複数選択可）

健幸ウォーク ※未就学児は参加できません。	睡眠記録チャレンジ
朝食チャレンジ	**【対象者限定】** 節酒チャレンジ **【対象者】 飲酒頻度が週4日以上、かつ、飲酒日1日当たりの酒量が2合以上の方** ※20歳未満の方は参加できません。

参加申込書送付後

令和7年9月12日(金)から令和7年11月30日(日)までのうち、連続する6週間を選び、申込みをしたメニューにチャレンジし、その内容をチャレンジシートに記録してください。
（令和7年10月20日(月)までにチャレンジを開始してください。）

※チャレンジシートは、イントラネット又は共済組合のホームページからダウンロードしてください。
（共済組合ホームページトップページ▶保健事業▶健幸チャレンジ）

チャレンジ終了後

健幸チャレンジ実施報告書と**チャレンジシート**をホチキス止めして、「名古屋市職員共済組合福祉事業係　健幸チャレンジ担当宛」に令和7年12月15日(月)までに文書交換でお送りください。

※チャレンジシートは参加者1名ずつ、チャレンジしたメニューの数だけ提出が必要です。

この参加申込書は「名古屋市職員共済組合福祉事業係　健幸チャレンジ担当宛」に**令和7年10月15日(水)まで**に文書交換でお送りください。
名古屋市電子申請サービスからも参加申込みが可能です。詳しくは共済組合ニュース9月号P.13をご覧ください。