

# いつでも健康チャレンジ

チャレンジ達成できた日数  日

チャレンジ終了後は、所属の生協に用紙を提出ください。  
粗品（参加賞）と奈良県医療福祉生協からのアドバイスシートをお渡しします。

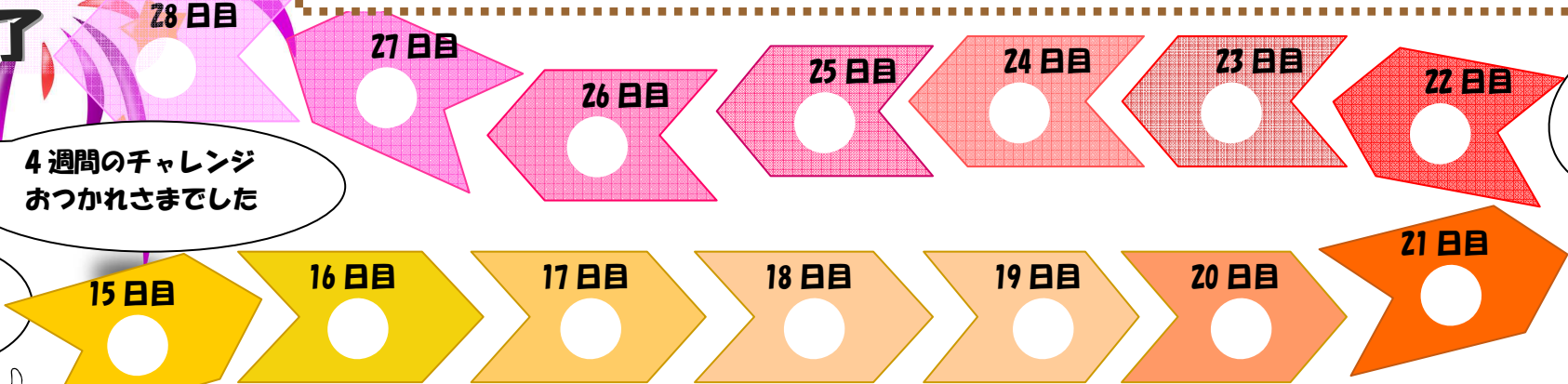
感想をひとこと・・・

**チャレンジ終了**

28日目

4週間のチャレンジ  
おつかれさまでした

半分  
やったね!



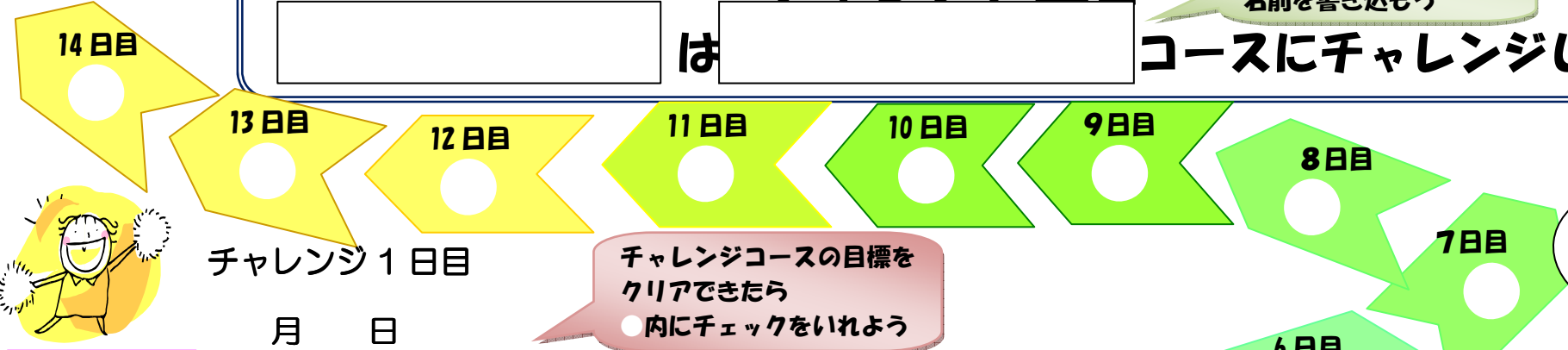
あと一息  
ですね

お名前

**チャレンジ宣言**

チャレンジするコースの  
名前を書き込もう

は  **コースにチャレンジします!!**



チャレンジコースの目標を  
クリアできたら  
●内にチェックをいれよう

1週目終了  
調子はどう?

**スタート**