



## - 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

### 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

#### ① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

企画のおかげで、いつもより意識的に歩くことができました。  
報告もあったので、頑張りました！

#### ② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

前回は上回るように目標を設定してチャレンジしたいです！

#### ③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある    2. 変化あり    3. どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

なるべし歩くようになりました！

#### ④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

賞が嬉しかったです!!! マイク 最高!

また、ウキウキする賞を用意してください!!!

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を 吸います

・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

ついつい食べ過ぎてしまうので、「禁甘チャレンジ」してみたいのが  
あれば「がんばってやせれ子!」かも。

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDO で働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いたします。

従業員対象



## - 健康アンケート -



毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

## 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

## ① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

普段自分がどれ程歩いていないのか実感する機会となり、ウォーキング大会で歩く習慣ができました。とてもありがたかったです。

## ② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

毎日1万歩以上をめざしたいです。

## ③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある    2. 変化あり    3. どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

今までは自転車をかってなるべく歩かないようにしていましたが、たくさん歩くように毎日意識するようになりました。

## ④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

もっと頻繁に行って頂けたら嬉しいなと思います。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を 吸います ・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

6

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

6

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

6

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

食事内容報告。 大なわ大会。 けんこうかるた。

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDO で働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いいいたします。



## - 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

### 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

#### ① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

歩くということが意識してできたのでよかったです。

#### ② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

みなさんもっと歩いておられたので、次はもっと近づける様に頑張ります。

#### ③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある    2. 変化あり    ③. どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

普通の生活の中での実施だったので変化はありませんが、  
次もあたら「エレベーターを階段に」など変わる様に  
思います。

#### ④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

特になし

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を

吸います

・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

やめた方がいい人々に応援してもらってるみたいでいい企画だと  
思います。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

固い決意が必要だと思います。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの思いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

また 鬼いっいたら言いますね。

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDOで働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いたします。

従業員対象



## - 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

## 【2021“秋”のウォーキング大会について】

## ① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

歩くことは健康には良いことなので無理せず歩ければと思っています。

## ② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

仕事で良く歩いているので自然に歩数が多くなりませんか企画するのは良いと思います。チャレンジではなく日々少しづつでも歩くことを心がけたい

## ③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある 2. 変化あり 3. どちらでもない 4. 変化ない 5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

毎日歩いているので（歩く仕事が多い）変化はあまり実感はないです。

## ④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

ウォーキング大会の期間中は平均の歩数も見た方がいいと思います。

※裏面もごさいます。引き続きお願いします。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を

吸います

・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

企画そのものは良いと思います。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

タバコの本数をへらしていくことから始めていきたいと思っています。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

ニコチンが少ないタバコがもっと売られたいと思います。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

ウォーキングラリーの企画を毎年した方がいいと思います。

嬉しいウォーキング大会だから無理に歩くことはしないように、普段の歩数でいいと思います。

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDO で働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いいたします。





## - 健康アンケート -



毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

### 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

#### ① 企画そのものはいかがでしたか。

- ①. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

毎日歩数を気にして歩くようになってから、基準がわかり良くなりました。

#### ② またウォーキング大会があれば、チャレンジしてみたいですか。

- ①. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

歩数・携帯GPSを頼りにしていきながら、終わってから歩数計買ったものに使用していきたく。

#### ③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある    2. 変化あり    ③ どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

同行援護させて貰っている中で、何となく同じ行動しています。

#### ④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を 吸います

• 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

目標(例 20km, 40kmとか)を立て、毎日歩いたキロ数と0.5を累計するとか、いい考えいつかできたらいいですね。

○氏名: \_\_\_\_\_

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDOで働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしく願いいたします。

従業員対象



## - 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

## 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

① 企画そのものはいかがでしたか。

- ①. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

仕事以外で歩く事が少なく、車を利用してしまっ  
この企画が始まってからは歩く事を心掛けて来ました。

② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

- ①. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

- ①. とても変化ある    2. 変化あり    3. どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

車ばかりで移動する事が多かった為、なるべく歩く事に心掛け  
お休みの日の公園などに定期的な散歩をするようにしています。

④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

・参加、不参加を事前に申請  
・もう少し長い期間実施にも良いのでは？  
・仕事以外で歩く事が少なくて歩数も少ないので、なるべく歩数を増やしたいと思っております。

※裏面もございます。引き続きお願いします。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を 吸います ・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの思いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

・ 一人一人の健康の目標(ストレスの解消方法)を出してもらい

一定期間達成できているか? など

例えば、ウォーキング、体操、運動(水泳・テニス)

・ 温泉巡り ・ カラオケ ・ 睡眠時間、映画

・ などなど

楽しい事を見つけて実行してもらうなど

○氏名:

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDOで働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いいたします。



- 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

① 企画そのものはいかがでしたか。

- 1. とても満足
- 2. 満足
- 3. 普通
- 4. 少し不満
- 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

毎日記録していくことで 見直し(可視可) 数字になるので その習慣がつかう。

② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

- 1. チャレンジしたい
- 2. どちらでもない
- 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

手軽なウォーキング

③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

- 1. とても変化ある
- 2. 変化あり
- 3. どちらでもない
- 4. 変化ない
- 5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

ケアをしている日とそうでない日で 差が大きいので かなりいい。 かなりいい日は コースアウトで 近所を歩いて 自己満足? していた。

④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を

吸います



吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

会員の献立で自身の健康管理に生かす。

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDOで働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしく願いいたします。

従業員対象



## - 健康アンケート -



毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

## 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

① 企画そのものはいかがでしたか。

- ①. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

歩くきっかけになり、今もウォーキングを続けています。

② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

- ①. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

健康に良いので、是非参加したいです。

③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

- ①. とても変化ある    2. 変化あり    3. どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

ストレスが解消されて、身体が軽くなりました。

④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

歩くコースがワンパターンになりがちなので、皆さんのいつも歩かれているコースを  
ご紹介頂いたり、いくつかコースが選択できると新しい発見もあり、  
よりウォーキングが楽しめると思います。

※裏面もございます。引き続きお願いします。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を 吸います ・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

ヨガ・体操・肩こり腰痛姿勢改善などのインストラクターを派遣されている

プログラムを受けてみたいと思っています。

健康運動指導士の資格をお持ちの方で、健康に関するお話し等を聴けると  
思います。

(フィットネススタジオのIFが )

○氏名:

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDOで働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしく願いいたします。





- 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    ②. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

日頃おこい歩数を動いてる事にビックリしました。

② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

- ①. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある    2. 変化あり    3. どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

自分の中では、あまり動いていないと思っていたのですが、  
しっかり身体を使っている事を知り、これから健康状態  
を保って行きたいと思います。

④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

特にありません。  
出来れば皆さんの歩数を知りたいと思います。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を 吸います ・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

---

---

---

---

---

---

○氏名

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDO で働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしく願いいたします。



- 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

① 企画そのものはいかがでしたか。

- 1. とても満足
- 2. 満足
- 3. 普通
- 4. 少し不満
- 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

景品があるとのことがんばった。

② またウォーキング大会があれば、チャレンジしてみたいですか。

- 1. チャレンジしたい
- 2. どちらでもない
- 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

忙しい日はきびいか好。

③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

- 1. とても変化ある
- 2. 変化あり
- 3. どちらでもない
- 4. 変化ない
- 5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

あまり体重も減ってきびいか好。

④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

もっと景品が貰いたいとがんばる！！

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を 吸います ・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

• ガイエット 企画

• ビング

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDO で働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしく願いいたします。

従業員対象



## - 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

## 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

## ① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    ②. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

日頃の見直しを来週より行う。

## ② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

- ①. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

## ③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある    2. 変化あり    3. どちらでもない    ④. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

## ④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

自宅からのウォーキング  
歩く距離を限定し、それぞれから申請してもらう。(3K, 5K, 10K)  
所要の目的地などを例として予めお伝えれば皆で満足  
しやすいと思います。

※裏面もございます。引き続きお願いします。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を

吸います

・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

自治会では、「健康クラブ」が月1回 水2(火)曜日に  
(10時~12時)

自治会館で行っております。

活動内容 uralの体操をして今ほ30分おしゃべりタイム

今後 コロナが落ち着いたら、ノルディックウォーク講座を

開き、取り入れてみるつもりです。新しく始めたい方への入りやすい

から、時間があります。

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDOで働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いたします。

従業員対象



## - 健康アンケート -



毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

## 【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

## ① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    ②. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

意識して歩くという気持ちになった。万歩計を用意して行ったので  
測りやすい日があったので残念でした。

## ② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

- ①. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

もう1回しかんぽしてみたい

## ③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

1. とても変化ある    ②. 変化あり    3. どちらでもない    4. 変化ない    5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

近場だと自転車でよく歩くようになった

## ④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

※裏面もございます。引き続きお願いします。

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を

吸います

・

吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足    2. 満足    3. 普通    4. 少し不満    5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい    2. どちらでもない    3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

☞ 減量チャレンジ!

体脂肪を減らす企画

○氏名:

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDO で働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いいたします。





- 健康アンケート -

毎日お仕事お疲れ様です。さて健康に関するアンケート調査を行います。  
皆様には大変お手数をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。  
なお、ご不明な点等がありましたら事務局までお気軽にお尋ね下さい。

【 2021 “秋” のウォーキング大会について 】

① 企画そのものはいかがでしたか。

- 1. とても満足
- ② 満足
- 3. 普通
- 4. 少し不満
- 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

自分の日頃、仕事でどれくらい歩いているのか、休みの日にどれくらい歩いているの  
が理解でき、休日にもっと歩かなければと思えました。

② またウォーキング大会があれば、チャレンジをしてみたいですか。

- ① チャレンジしたい
- 2. どちらでもない
- 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

日々意識して歩けるのがよいと思います。

③ ウォーキング大会の「実施前」と「実施後」で何か変化はありましたか。

- 1. とても変化ある
- ② 変化あり
- 3. どちらでもない
- 4. 変化ない
- 5. 全く変化なし

※具体的なことがあればお書きください。

1ヶ月、どれくらい歩いているのか計測しやすくなりました

④ 次回開催時のウォーキング大会への要望等ありましたらお聞かせ。

※具体的なことがあればお書きください。

1ヶ月間くらいは、反りがよかったです

【 2021 “秋” 禁煙月間について 】

私は、煙草を

吸います

・ 吸いません

※煙草を吸われる方のみ、以下お答えください。

① 企画そのものはいかがでしたか。

1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. 少し不満 5. とても不満

※具体的なことがあればお書きください。

今まで1日に何本吸っていたか理解出来ず。

② また禁煙月間があれば、チャレンジをしてみたいですか。

1. チャレンジしたい 2. どちらでもない 3. チャレンジしたくない

※具体的なことがあればお書きください。

③ 禁煙するにはどんな事が必要ですか

※具体的なことがあればお書きください。

7セのまろになっている所があるので禁煙はあえてした事が無いです。

【 健康に関する今後の取り組みについて 】

- ① どんな企画があればチャレンジしてみたいですか。楽しい企画等アイデアがあれば来年開催するかもしれません。あなたの想いお聞かせください

※忌憚のないご意見お聞かせ下さい

1日の食事カロリー。

○氏名：

アンケートにご協力ありがとうございました。

従業員の皆様に「CREDO で働いて良かった!!」と思って頂けるよう、素敵な職場環境を作っていきます。今後とも末永いお付き合いの程よろしくお願いたします。