

令和8年度 とみさと120万歩健康ウォーキング カレンダー

名前 () 120・240・360万歩達成日に○をつけてください

4 月			5 月			6 月			7 月			8 月			9 月		
1		17	1		17	1		17	1		17	1		17	1		17
2		18	2		18	2		18	2		18	2		18	2		18
3		19	3		19	3		19	3		19	3		19	3		19
4		20	4		20	4		20	4		20	4		20	4		20
5		21	5		21	5		21	5		21	5		21	5		21
6		22	6		22	6		22	6		22	6		22	6		22
7		23	7		23	7		23	7		23	7		23	7		23
8		24	8		24	8		24	8		24	8		24	8		24
9		25	9		25	9		25	9		25	9		25	9		25
10		26	10		26	10		26	10		26	10		26	10		26
11		27	11		27	11		27	11		27	11		27	11		27
12		28	12		28	12		28	12		28	12		28	12		28
13		29	13		29	13		29	13		29	13		29	13		29
14		30	14		30	14		30	14		30	14		30	14		30
15			15		31	15			15		31	15		31	15		
16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数
4月までの累計歩数			5月までの累計歩数			6月までの累計歩数			7月までの累計歩数			8月までの累計歩数			9月までの累計歩数		

10 月			11 月			12 月			1 月			2 月			3 月		
1		17	1		17	1		17	1		17	1		17	1		17
2		18	2		18	2		18	2		18	2		18	2		18
3		19	3		19	3		19	3		19	3		19	3		19
4		20	4		20	4		20	4		20	4		20	4		20
5		21	5		21	5		21	5		21	5		21	5		21
6		22	6		22	6		22	6		22	6		22	6		22
7		23	7		23	7		23	7		23	7		23	7		23
8		24	8		24	8		24	8		24	8		24	8		24
9		25	9		25	9		25	9		25	9		25	9		25
10		26	10		26	10		26	10		26	10		26	10		26
11		27	11		27	11		27	11		27	11		27	11		27
12		28	12		28	12		28	12		28	12		28	12		28
13		29	13		29	13		29	13		29	13		29	13		29
14		30	14		30	14		30	14		30	14		30	14		30
15		31	15			15		31	15		31	15			15		31
16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数	16		今月の歩数
10月までの累計歩数			11月までの累計歩数			12月までの累計歩数			1月までの累計歩数			2月までの累計歩数			3月までの累計歩数		