

（より良く長く委員会公開例会・メタボ回避100日チャレンジ）申込フォーム

【より良く長く委員会公開例会 その気づきの価値〇〇万円？～健康推進プロジェクト序章～】

実施日：2020年4月20日（月）

体組成計設置：17：30～18：55

実施時間：19：00～20：45（18：30受付開始）

会場：アオーレ長岡 交流ホールA

【メタボ回避100日チャレンジ】

実施日：4月21日（火）～100日間

場所：長岡市内各所

***必須**

1.

【より良く長く委員会公開例会 その気づきの価値〇〇万円？～健康推進プロジェクト序章～】への参加を申し込みますか？*

1つだけマークしてください。

はい 質問2に進んでください。

いいえ（メタボ回避100日チャレンジのみ申し込みます） 質問8に進んでください。

【より良く長く委員会公開例会】参加申込

2.

（公開例会参加申込）代表者氏名*

3.

（公開例会参加申込）代表者電話番号*

4.

（公開例会参加申込）合計参加人数*

5.

（公開例会参加申込）各参加者の年齢*

6. **【公開例会参加申込】参加したきっかけを教えてください***

1つだけマークしてください。

- チラシ
- 長岡青年会議所HP
- 知人の紹介
- ラジオ
- SNS
- 長岡青年会議所メンバーによる企業訪問
- 市政だより
- 新聞
- その他

7. **【メタボ回避100日チャレンジ】への参加を申し込みますか？***

1つだけマークしてください。

- 参加する 質問8に進んでください。
- 参加しない このフォームの記入を止めてください。

【メタボ回避100日チャレンジ】参加申込（1人目）

下記情報が登録のために必要となります。

8. **お名前（漢字）***

9. **お名前（フリガナ）***

10. **性別***

1つだけマークしてください。

- 男
- 女

11. **身長***

12. **生年月日 ***

例: 2012年12月15日

13. **住所（郵便番号） ***

14. **住所 ***

15. **電話番号 ***

16. **メールアドレス ***

17. **身体活動レベル ***

高い：筋肉トレーニングや強度の高い運動をほぼ毎日行っている方、1日中ほとんど座らず体力を使う仕事（農業や漁業、肉体労働）に従事している方 普通：一般的な生活活動の方 低い：1日中じっとしてほとんど動かない方
1つだけマークしてください。

- 高い
- 普通
- 低い

18. **活動量計の受取方法 ***

ご自宅で受け取る場合には別途840円の送料・代引手数料がかかります。
1つだけマークしてください。

- T A N I T A C A F Eで受取
- 4月20日公開例会（アオーレ長岡交流ホールA）にて受け取る
- ご自宅で受け取る

19.

利用規約に同意いただけますか？ *

利用規約はお申込み窓口のTANITACAFEまたは健康ラボ長岡ホームページ
(<https://www.nagaoka-kenkou.jp>) でご覧いただけます。

1つだけマークしてください。

- はい
 いいえ

20.

このまま2人目も申込ますか？ *

1つだけマークしてください。

- はい 質問 21 に進んでください。
 いいえ (申込を送信します) このフォームの記入を止めてください。

【メタボ回避100日チャレンジ】参加申込 (2人目)

下記情報が登録のために必要となります。

21.

お名前 (漢字) *

22.

お名前 (フリガナ) *

23.

性別 *

1つだけマークしてください。

- 男
 女

24.

身長 *

25.

生年月日 *

例: 2012年12月15日

26.

住所 (郵便番号) *

27.
住所 *

28.
電話番号 *

29.
メールアドレス *

30.
身体活動レベル *

高い：筋肉トレーニングや強度の高い運動をほぼ毎日行っている方、1日中ほとんど座らず体力を使う仕事（農業や漁業、肉体労働）に従事している方 普通：一般的な生活活動の方 低い：1日中じっとしてほとんど動かない方
1つだけマークしてください。

高い

普通

低い

31.
活動量計の受取方法 *

ご自宅で受け取る場合には別途840円の送料・代引手数料がかかります。
1つだけマークしてください。

T A N I T A C A F E で受取

4月20日公開例会（アオーレ長岡交流ホールA）にて受け取る

ご自宅で受け取る

32.
利用規約に同意いただけますか？ *

利用規約はお申込み窓口のT A N I T A C A F E または健康ラボ長岡ホームページ
(<https://www.nagaoka-kenkou.jp>) でご覧いただけます。
1つだけマークしてください。

はい

いいえ

33.

このまま3人目も申込ますか？ *

1つだけマークしてください。

はい 質問 34 に進んでください。

いいえ (申込を送信します) このフォームの記入を止めてください。

【メタボ回避100日チャレンジ】参加申込 (3人目)

下記情報が登録のために必要となります。

34.

お名前 (漢字) *

35.

お名前 (フリガナ) *

36.

性別 *

1つだけマークしてください。

男

女

37.

身長 *

38.

生年月日 *

例: 2012年12月15日

39.

住所 (郵便番号) *

40.

住所 *

41.

電話番号 *

42.

メールアドレス *

43.

身体活動レベル *

高い：筋肉トレーニングや強度の高い運動をほぼ毎日行っている方、1日中ほとんど座らず体力を使う仕事（農業や漁業、肉体労働）に従事している方 普通：一般的な生活活動の方 低い：1日中じっとしてほとんど動かない方
1つだけマークしてください。

高い

普通

低い

44.

活動量計の受取方法 *

ご自宅で受け取る場合には別途840円の送料・代引手数料がかかります。
1つだけマークしてください。

T A N I T A C A F E で受取

4月20日公開例会（アオーレ長岡交流ホールA）にて受け取る

ご自宅で受け取る

45.

利用規約に同意いただけますか？ *

利用規約はお申込み窓口のT A N I T A C A F Eまたは健康ラボ長岡ホームページ
（<https://www.nagaoka-kenkou.jp>）でご覧いただけます。
1つだけマークしてください。

はい

いいえ

46.

このまま3人目も申込みますか？

1つだけマークしてください。

はい

いいえ（申込を送信します） このフォームの記入を止めてください。

【メタボ回避100日チャレンジ】参加申込（4人目）

下記情報が登録のために必要となります。

47.

お名前（漢字） *

48.

お名前（フリガナ）*

49.

性別*

1つだけマークしてください。

男

女

50.

身長*

51.

生年月日*

例: 2012年12月15日

52.

住所（郵便番号）*

53.

住所*

54.

電話番号*

55.

メールアドレス*

56.

身体活動レベル*

高い：筋肉トレーニングや強度の高い運動をほぼ毎日行っている方、1日中ほとんど座らず体力を使う仕事（農業や漁業、肉体労働）に従事している方 普通：一般的な生活活動の方 低い：1日中じっとしてほとんど動かない方
1つだけマークしてください。

- 高い
 普通
 低い

57.

活動量計の受取方法*

ご自宅で受け取る場合には別途840円の送料・代引手数料がかかります。
1つだけマークしてください。

- T A N I T A C A F E で受取
 4月20日公開例会（アオーレ長岡交流ホールA）にて受け取る
 ご自宅で受け取る

58.

利用規約に同意いただけますか？*

利用規約はお申込み窓口のT A N I T A C A F E または健康ラボ長岡ホームページ
(<https://www.nagaoka-kenkou.jp>) でご覧いただけます。
1つだけマークしてください。

- はい
 いいえ

59.

1度の申込は最大4人となっております。*

1つだけマークしてください。

- 送信する このフォームの記入を止めてください。

Powered by

 Google Forms