

目標達成状況記録用紙

活動団体名：

記入日時：

目標

⇒目標に対する取り組みと結果

結果(○・△・×)

※ ○達成できた △一部達成できた ×達成できなかった

健康づくりに取り組んだことの感想を記入してください。

グループ内での効果(意識の変化や体の変化)があれば記入してください。

周囲からの反響やグループ以外の人たちへの影響があれば記入してください。