

# 歩いて学ぶ糖尿病 ウォークラリー参加者大募集!!



平成31年 4月14日(日)

開催場所：熊野市山崎運動公園  
午前10時～午後3時(予定)

※ 雨天中止の場合

朝6:00～6:15のNHK総合テレビの天気予報で、三重県南部地方の午前か午後どちらかでも降水確率が50%以上の場合は、仮に雨が降っていなくてもその時点で中止になりますので、会場へはお越しにならないで下さい。40%以下の場合は、とりあえず会場までお越し下さい。(ノボスタッフが待機しています)

## ● 用意していただくもの

運動できる服装でご参加ください。

ご自身の歩数計・血糖測定器をお持ちの方はウォークラリーの効果が実感できますのでご持参ください。

## ウォークラリーとは?

数名のグループで参加者の体力に合わせ、コース図にしたがってチェックポイントを探し、クイズを解きながら楽しく歩く競技です。糖尿病患者さんとそのご家族、ご友人お誘いの上、皆さんでご参加ください。

過去に行われたウォークラリーの様子は、糖尿病サイト (club-dm.jp) 内「ウォークラリー」ページでご覧になれます。



QRコードで簡単アクセス



<http://club-dm.jp>

募集人員：100名

参加費：1,000円(税込)

内訳：保険代 200円 お弁当代 800円(紀南病院 栄養課監修)

参加資格：糖尿病治療中の患者さんと、ご家族・ご友人の皆さん

注意事項：①「参加申込書」にご記入の上、FAXもしくは郵送にて事前に申し込み下さい

② 参加にあたっては各自が主治医に相談し、必ず了解を得て下さい

共催：(公社)日本糖尿病協会、三重県糖尿病協会、ノボ ノルディスク ファーマ(株)、三重県糖尿病対策推進会議

後援：紀南医師会、紀南病院、熊野市、御浜町、紀宝町、熊野保健所

【お問い合わせ先】

ウォークラリー大会 in 紀南事務局 紀南病院総務課

〒519-5204 南牟婁郡御浜町阿田和4750

TEL: 059-792-1333 FAX: 059-792-3357

三重県糖尿病療養指導士 (CDEL) 認定更新のための研修会に認定されており、2点を取得できます。