

# 糖尿病患者会「コスモスの会」

## 第25回 「歩こう会」 参加者募集

新宮市立医療センターでは、医師、看護師、臨床検査技師、管理栄養士による糖尿病教室を開催しています。今回は、「コスモスの会」の年間行事として、広く会員以外の参加者も募り、ハイキングによって適度な運動の重要性を血糖値等で確認し、日ごろからの運動の習慣づけと、参加者のコミュニケーションを図ることを目的に第25回「歩こう会」を開催します。

- 1 と き：** 平成27年10月25日（日） 午前10時 集合  
（解散は午後2時の予定）
- 2 と ころ：** くじら浜公園 くじらのシッポのモニュメント前集合
- 3 参加対象：** 糖尿病患者および家族・糖尿病が気になる方
- 4 内 容：** コース：約4.5km くじら浜公園～漁港ふれあい広場 往復  
糖尿病・内分泌専門医師、看護師、臨床検査技師、薬剤師、理学療法士、栄養士等が同行し血圧、脈拍、血糖測定を行います。昼食については管理栄養士が食事の説明を行います。
- 5 費 用：** 1人 600円（お弁当、傷害保険料など）  
（但しコスモスの会会員は無料）
- 6 参加申込み先**（詳細問い合わせ）  
新宮市立医療センター  
電話 0735-31-3333  
医療業務課
- 7 申込み締切り** 平成27年10月16日（金）



- ・雨天時等で判断が難しい時は、午前8時に上記にお問い合わせ下さい。
- ・ハイキングのできる服装、シューズでご参加ください。
- ・お茶は、各自ご持参ください。
- ・現在服用中のお薬は、必ずお持ちください。
- ・雨天でウォーキング中止の場合は、午前10時より新宮市立医療センター6階講義室において岡井医師の糖尿病の講演とお弁当を用意しています。