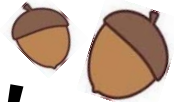




あおい会 主催 **歩こう会**



# 「四季の里公園で秋を満喫しよう！」

糖尿病患者さんの運動療法のため、仲間との交流のため、食事療法の見直しのため、日頃の疑問・質問を思い切りぶつけるため等々、あおい会主催「歩こう会」を開催します。  
はじめての方、会員以外の方も大歓迎、多数のご参加をお待ちしています！

**集合： 平成 25 年 11 月 24 日(日) 10時10分 伊太祁曾駅改札前**

**行程： 10:10 現地集合(伊太祁曾駅改札前) → 10:30 ウォーキング(約1時間、簡単なクイズもあります) → 11:30 四季の里公園到着 → 12:00 昼食・自由時間 → 13:00 血糖測定・表彰式・回答発表 → 14:00 ウォーキング(約1時間:伊太祁曾駅まで) → 15:00 伊太祁曾駅到着(現地解散)**

- ※ お車で来られる場合は駅の近くに駐車場がございます。
- ※ 電車で来られる場合の時刻は下記の通りです。(帰り時間は前後する場合がございます)
- ※ 昼食のお弁当はこちらでご用意致します。

## ★電車の時刻

行き JR和歌山駅9:44発 → 伊太祁曾駅10:01着  
帰り 伊太祁曾駅15:08発 → JR和歌山駅15:24着



**参加費： 会員：無料 非会員：1,000円(お弁当代として)**  
参加費は当日集めさせていただきます！

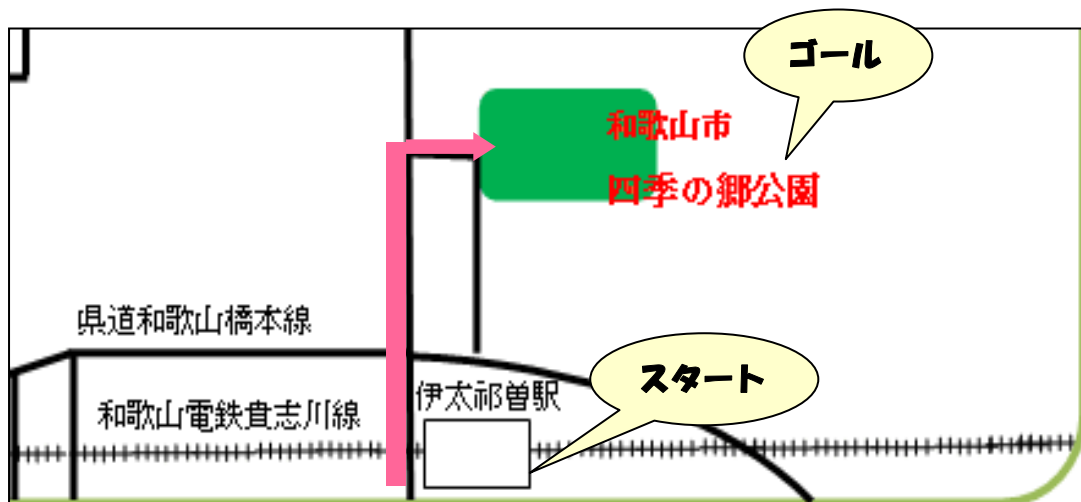
**お申込み方法： 別紙に「住所」「氏名」「電話番号」「入会している場合、所属の会名」をご記入の上、FAX or 郵送にてあおい会事務局へ**  
**11月15日までにご返信下さい。**

**持ち物： レジャーシート(昼食の時に)・非会員の方は参加費**

**申込み先： 〒641-8509 和歌山市紀三井寺811-1**  
**和歌山県立医科大学第一内科内 あおい会 事務局 宛**  
**TEL&FAX 073-445-9436**

**企画および随行者： 和歌山県立医科大学第一内科 講師 川嶋弘道 先生**

## ウォーキングコース（片道約2km）



..... き り と り .....

（Faxの場合は切り取らずにご返信下さい）

## 歩こう会参加申込用紙（FAX or 郵送にてご返信下さい）

フリガナ

氏名 \_\_\_\_\_

住所 〒 \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

和歌山県糖尿病協会の会員

( ) である

( ) でない

友の会名 [ \_\_\_\_\_ ]



**FAX番号：073-445-9436**

**返送×切：11月15日（金）**

★準備の都合上ご協力よろしくお願い致します。