

細木病院糖尿病ウォーキング

日時：H29年10月21日（土）

対象者：細木病院通院中の糖尿病患者さんご家族

目的地：日高村総合運動公園

住所：高岡郡日高村本郷鹿児2670

距離：2.8 km

参加費用：弁当代 600円

行程（晴れの時）

9：00 細木病院地下1階集合

血糖測定

・始まりのあいさつ

10：00 バスで出発

10：40 日高村総合運動公園に到着

準備体操

ウォーキング開始

12：00 昼食（昼食前血糖）

自由時間・レクレーション・集合写真

14：00 日高村総合運動公園を出発

14：40 病院へ到着

終わりのあいさつ・整理体操・血糖測定

15：00 解散

*交通の事情により時間が遅れる場合があります。

行程（雨天時）

9：00 細木病院地下1階集合

血糖・バイタル

始まりのあいさつ・自己紹介・集合写真

10：00 **療養支援講座**

雨天でもできる運動紹介など

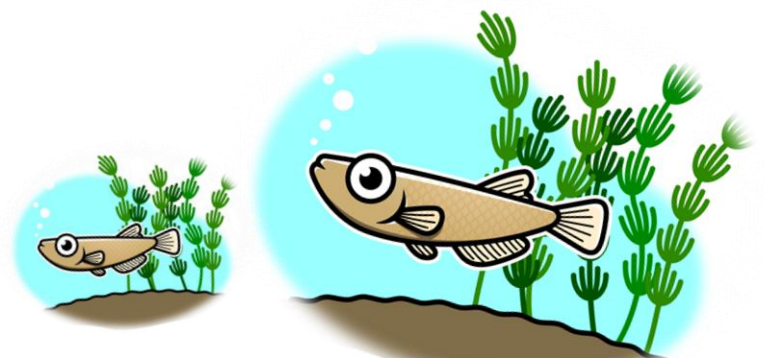
12：00 昼食（昼食前血糖）

解散



糖尿病ウォーキングは
高知家健康パスポート
対象事業です

参加者には青シール1枚が付与されます



参加ご希望の方は内科外来看護師までご連絡下さい。

細木病院 ☎088-822-7211