

にし阿波・糖尿病予防フェスタ

毎年11月14日は世界糖尿病デー

参加費無料

「ブルーサークル」は世界糖尿病デーのシンボルマークです。

日時

令和元年11月10日(日)12:00~16:00

場所

徳島県立西部防災館 美馬市美馬町字中鳥

今の自分の身体をチェックしてみませんか!

12:00~14:00 (最終受付13:30)

申込不要

健康チェック

①身長 ②体重 ③体脂肪 ④血圧・血管年齢 ⑤骨密度 ⑥血糖値

健康相談

医師、歯科医師、看護師、薬剤師、
管理栄養士等による健康相談

体験・展示

食生活改善推進協議会コーナー
受動喫煙防止コーナー
減塩調味料紹介コーナー

注目のウォーキング法 体験講習会 14:00~16:00

○特別講演 14:00~15:00

10歳若返る!「インターバル速歩」

~生活習慣病・介護予防のための新しい運動処方システム~

講師:信州大学学術研究院医学系 特任教授 能勢 博 先生

申込必要

定員100名

○インターバル速歩(ウォーキング)体験 15:15~16:00

講師:三野田中病院 理学療法士 市原 靖子 先生
松浦 和樹 先生

参加者に
プレゼント
抽選会
があるよ

留意事項: 履き慣れた運動靴、動きやすい服装でお越しください。

飲み物は各自でお持ちください。

傷害保険に加入しますが、保険の範囲外の傷病等には責任を負えませんので
あらかじめご了承ください。

ウォーキング体験は徳島県立西部防災館別館屋内運動施設で実施します。



主催: 徳島県西部総合県民局保健福祉環境部(美馬保健所・三好保健所)、美馬・つるぎ糖尿病対策をすすめる会

共催: 美馬市、三好市、つるぎ町、東みよし町

協力: 美馬市・三好市・つるぎ町食生活改善推進協議会、徳島県看護協会

毎年11月14日は世界糖尿病デー

にし阿波・糖尿病予防フェスタ

令和元年11月10日(日)

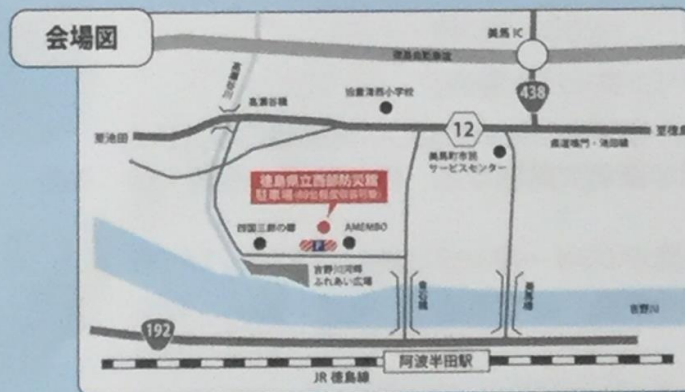
インターバル速歩(ウォーキング大会)体験講習会 参加申込書

電話またはファクシミリにてお申込みください。

氏名	年齢	住所	連絡先 (電話番号)
		美馬市 ・ つるぎ町 三好市 ・ 東みよし町 その他 ()	
		美馬市 ・ つるぎ町 三好市 ・ 東みよし町 その他 ()	
		美馬市 ・ つるぎ町 三好市 ・ 東みよし町 その他 ()	
		美馬市 ・ つるぎ町 三好市 ・ 東みよし町 その他 ()	
		美馬市 ・ つるぎ町 三好市 ・ 東みよし町 その他 ()	

※定員を超えてのお申し込みがあった場合は御連絡いたします。

申込締切日:令和元年11月1日(金)



お申し込み・お問い合わせ

徳島県西部総合県民局 保健福祉環境部(美馬保健所)
〒777-0005 徳島県美馬市穴吹町穴吹字明連23
電話:0883-52-1016 ファクシミリ:0883-53-9446