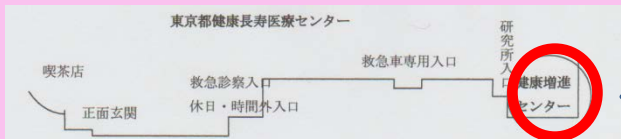


歩いて、学ぶ糖尿病教室 平成30年度 春 ノルディックウォーク&運動療法



ノルディックポールを
活用して、普段よりも
安定した歩行を
体験してみませんか？



正面入口から壁
に沿って奥へ。
研究所入口の先

- ◆ 日時 : 平成30年4月7日(土)
9時30分～受付
- ◆ 集合場所 : 研究所1階 健康増進センター
- ◆ 歩行ルート : 当センター周囲
- ◆ 対象 : 育寿会会員
当センター通院中の糖尿病患者の皆さま
- ◆ 参加費 : 無料
- ◆ 服装・持ち物
 - *歩きやすい服装に靴・手袋・飲み物
 - *両手が使えるリュックサック・ウエストポーチ
- ◆ 参加受付 : 事前申し込みは必要ありません。
参加をご希望の方は、直接お越しください。

主催: 東京都健康長寿医療センター糖尿病・代謝・内分泌内科
共催: 糖尿病・患者の会「育寿会」