

公益財団法人 日産厚生会 佐倉厚生園病院

# 糖尿病教室のご案内

今回のテーマは・・・

**春のウォーキングを楽しもう♪**

～ 理学療法士 より ～



※水分補給用の飲み物・汗拭きタオルをご持参ください。



※歩きやすい服装でご参加ください。

※雨天の際は室内運動となります。

「麻賀多神社」方面  
片道 1.5 km ほど散策予定  
※裏面にウォーキングルートあり

**日程** 5 / 17 (土)

**時間** 10:00 ～ 11:30

**集合場所** 佐倉厚生園病院 外来会計前

どなたでも無料でご参加いただけます！

グループでの参加も可能です♪

皆様のペースでスタッフと一緒に

散策を楽しみませんか？

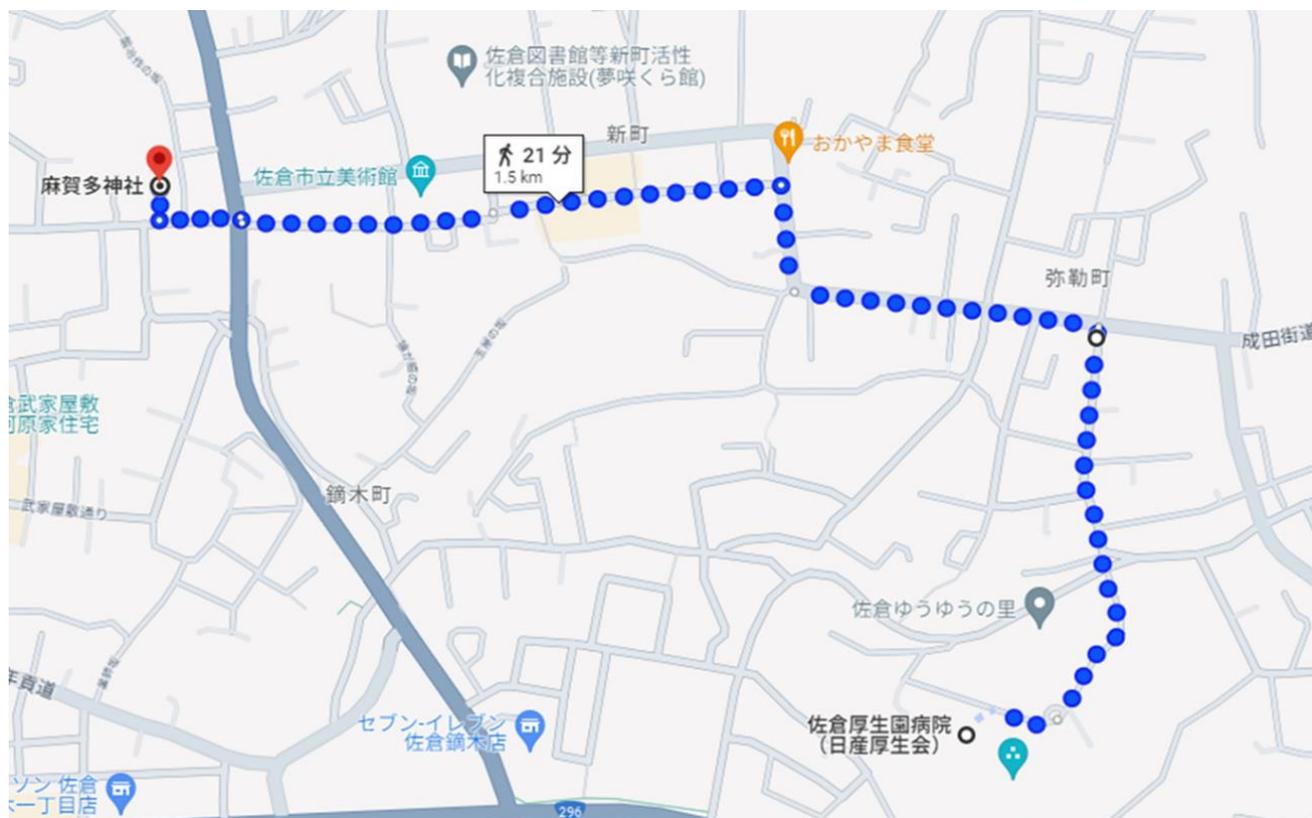
ぜひ気軽にご参加ください♪

糖尿病教室の開催が変更・中止される場合もございますのでご了承ください。

ご不明な点がございましたら下記へお問い合わせください。

お問い合わせ先: 043-484-2161(代) 医療サービス課: 外来受付

## ウォーキングルートについて 厚生園～麻賀多神社



所要時間：ストレッチ・体操後

行き 20～25 分、休憩 10 分前後、帰り 20～25 分

参加者様の歩く速さに合わせて行いますので、気軽にご参加下さい。