

岡崎3病院集合！

糖尿病予防イベントinりぶら

～スポーツの日、一緒にカラダを動かそう～

2025

10.13 月(祝)

スポーツの日

10:00-13:00

<主催>

愛知医科大学

メディカルセンター

岡崎市民病院

藤田医科大学

岡崎医療センター

場所/岡崎市図書館交流プラザ「りぶら」会議室301・302

イベントの見どころ

詳細は裏面をみてね！

イベントブース



医療職による7つの
イベントブースを
企画しました！

ウォークラリー



スタッフと
岡崎城周辺を歩きます
スタート前に歩き方の
レクチャーあり！

要事前申込み！

勉強しよう！



- ・糖尿病専門医
による講演
- ・治療・予防のコツ
についてポスター展示

アクセスマップ



後援：岡崎市医師会

協力：岡崎市保健所

お問合せ：愛知医科大学メディカルセンター 栄養室

TEL：0564-64-6172 ※受付時間 平日13時～17時

イベントブース

10:00 - 11:30

12:00 - 13:00

無料血糖測定 コーナー

結果について医師が
解説してくれるよ！



スポーツの日 体力測定 してみよう



握力などの測定で
自分のカラダをチェック

その飲み物 砂糖何本分？

いつもの飲み物はセーフ？
アウト？



何をどれだけ 食べる？

メニューを考えよう！

噛む力を みてみよう

ガムを使って
かむかむチェック
しっかり噛めてる？



「フット(足)ケア」を学んで実践しよう

ハンドケアで観察、爪切り方法を学び
フットケアに応用しよう



質問・相談コーナー

お薬のこと、薬剤師に
気軽に相談してみよう

お薬の疑問解決！

3病院のお医者さんに
なんでも
相談してみよう



講演

11:30 - 12:00

「運動で変わる！糖尿病との上手な付き合い方」

岡崎市民病院 内分泌・糖尿病内科部長 齋藤 洋人先生

ウォークラリー 10:00 - 11:15 (受付は9:45)

事前申込制 市電子申請届出システム
または下記の病院の窓口で申込できます。

9/8受付開始

<https://tzk.graffer.jp/city-okazaki/smart-apply/surveys/6896267306331229835>



岡崎市民病院 : 糖尿病センター受付 (平日9:00-17:00)
愛知医科大学メディカルセンター : 受付窓口 (平日9:00-17:00)
藤田医科大学岡崎医療センター : C受付 (内科受付) (平日9:00-17:00)

集合場所：りぶら会議室 301・302 集合時間： 9:45

受付、血糖・血圧等の測定(任意)の後、歩き方のレクチャーと準備運動をして「りぶら」を出発。
岡崎城公園、乙川河川緑地を歩いて「りぶら」に戻ります。