

第4回

運動しち

食べち

かたらん会

今年は  
田ノ浦ビーチ  
&  
おしゃれカフェ

医師はじめ、医療スタッフと皆さまでつくるウォーキングイベント。  
食事会も催し、健康について楽しく学んで語り合います。  
海辺の景色を楽しみながら、  
一緒に楽しく運動してお話しましょう。  
この会はどなたでもご参加可能です。ご応募お待ちしております。

西大分カフェ・BOASRTE

BABY ROOM

【主催・お問い合わせ】



大分三愛メディカルセンター  
OITA SANAI MEDICAL CENTER

「さんあいブルーサークル」事務局  
電話：097-542-7487

詳細・申込方法は裏面をご覧ください

ひとに笑顔を ちいきに“愛”を 社会医療法人三愛会

## イベント概要

### 第4回 運動しち、食べち、かたらん会

- 日 程 : 平成30年11月10日 (土)
- 集合場所 : 大分三愛メディカルセンター 玄関前
- 集合時間 : 13時00分
- バスの方 : トキハ前 大分バス 13:13発  
(富士見ヶ丘行 下芹下車 徒歩10分) 等を推奨
- 駐車場 : 大分三愛メディカルセンター駐車場 (無料)
- 運動内容 : ウォーキング: 田ノ浦ビーチ～西大分 (総行程約5km)
- 食事場所 : BOASORTE (カフェ ポアソルチ) (大分市生石港町2-5-10)  
特別メニュー ※アレルギー等、事前にご相談下さい
- 参加資格 : どなたでもご参加可能
- 参加費 : **1,800** 円 (保険料・食事代等諸経費含む)

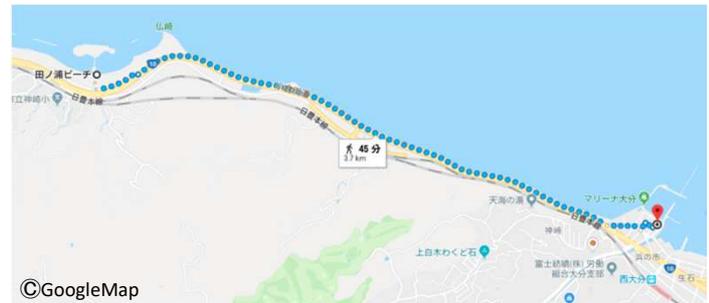


写真はイメージです。  
当日は特別メニューを  
ご提供します。



## スケジュール

- 13:00 大分三愛メディカルセンター集合～田ノ浦ビーチへ移動 (タクシーを利用します)
- 13:45 田ノ浦ビーチ集合  
バイタルチェック (血糖・血圧測定・問診など)
- 14:10 開会式・準備体操
- 14:30 ウォーキング開始 (約4km)
- 15:30 西大分・食事会場到着・記念撮影  
バイタルチェック (血糖・血圧測定など)
- 15:50 カフェ ポアソルチにて食事会途中休憩  
記念撮影
- 17:00 閉会式・タクシーにて移動  
大分三愛メディカルセンターにて解散



## 参加当日について

- ・朝食、昼食は必ず摂ってご来院ください。また、お薬や糖尿病手帳をお持ちの方はご持参ください。
- ・体調が悪い方は、当日であっても無理せずご連絡ください。
- ・インスリン注射や内服治療をされている方は、補食を持参ください。
- ・暑さ・寒さ対策、帽子、水分等をご準備下さい。

## 「第4回 運動しち、食べち、かたらん会」 FAXお申し込み用紙

電話 : 097-542-7487

FAX : 097-541-5218

お電話いただくか、必要事項を記入しこのままFAXにてお申し込み下さい。  
大分三愛メディカルセンター職員へ直接お渡しいただいてもかまいません。  
なお、お電話で申し込まれた方は、当日この用紙をご持参ください。

参加者氏名 (フリガナ)	生年月日	年齢	性別	
	大正 昭和 平成 年 月 日	才	男・女	
	大正 昭和 平成 年 月 日	才	男・女	

■代表者住所 \_\_\_\_\_

■アレルギー症状のある食品

■代表者当日連絡先 (携帯) \_\_\_\_\_

{ \_\_\_\_\_ }

**お申し込み締め切り : 10月31日(水)**