

岡崎3病院集合!! 糖尿病予防イベント in りぶら

～続けよう、健康なカラダづくり～



主催 岡崎市民病院 | 愛知医科大学メディカルセンター | 藤田医科大学岡崎医療センター

2026 10月11日 日

ウォークラリー参加者受付開始 9:45

ブース参加者受付開始 10:10

開催時間 10:20 ～ 14:00

会場 岡崎市図書館交流プラザ りぶらホール

イベントブース

10:20 ～ 14:00

医師・看護師・管理栄養士・理学療法士・
臨床検査技師・薬剤師・歯科衛生士など、
様々な専門職が皆さまの健康づくりを
サポートします！

各種測定や相談、
体験コーナーなど
楽しく学べる
ブースがいっぱい！



ウォークラリー

開始 10:45 ～ 11:30

集合時間

9:45



スタッフと一緒にりぶら周辺を歩きます！
スタート前に歩き方のレクチャーもあります。

コース

りぶら → 岡崎城公園 → りぶら

楽しく歩いて、健康づくりの第一歩を
踏み出しましょう！

受付、血糖・血圧等の測定の後、歩き方
のレクチャーと準備運動をして「りぶら」
を出発します。

※ご参加は事前申込制となります（詳細は裏面）

講演会

12:00 ～ 12:45

糖尿病フットケアの極意
～あなたの大切な足を守るために～

愛知医科大学病院
日本糖尿病療養指導士・看護主任
鬼頭 真樹子 氏

アクセスマップ



後援：岡崎市医師会
協力：岡崎市保健所

お問い合わせ

藤田医科大学岡崎医療センター 総務課
TEL：0564-64-8800 受付時間：平日13:00～17:00

イベントの詳細・
事前申込は裏面へ▶

イベントブースのご案内 10:20～14:00

各専門職がブースを出展!

楽しく学んで、健康づくりのヒントを見つけませんか?

医 師	看護師	管理栄養士		
 糖尿病相談室 3病院のお医者さんになんでも相談してみよう!	ハンドマッサージ  リラックス&血行促進!	血圧測定と塩分チェックをしてみよう  血圧を測って、普段の食事の塩分をチェック!	おやつと運動、比べてみよう  おやつのカロリーを運動で消費するには?	果物の適量を確認しよう  果物は体にいいけど、食べすぎに注意!
理学療法士	臨床検査技師	薬剤師	歯科衛生士	
運動相談 ～歩数確認、筋トレのススメ～  歩数をチェックして、今日からできる筋トレのアドバイス!	無料血糖測定コーナー  その場で測定! 結果をわかりやすく解説します。	お薬相談  お薬のこと、薬剤師に気軽に相談しよう!	低血糖クイズ  クイズに挑戦して、低血糖の知識を楽しく学ぼう!	お口の力を測ってみよう  噛む力やお口の状態をチェック!

どなたでも無料でご参加いただけます ◆ 各ブースを回ってスタンプを集めよう!

10:20より、ウォークラリー参加者向けのミニレクチャーと準備運動を行います。

ブースのみご参加の方も、ミニレクチャーと準備運動にご参加いただけます。

なお、実施に伴いブース会場の一部を使用する場合があります。ブースをご利用いただけるスペースが一時的に狭くなることがあります。あらかじめご了承ください。

講演会開催中(12:00～12:45)は、ブースを一時休止いたします。

ウォークラリーのご案内

歩いて、楽しく健康づくり!

岡崎城公園周辺を歩いて「りぶら」に戻ります。
スタート前に歩き方のレクチャーと準備運動があります。

集合時間 9:45

開始時間 10:45～11:30

集合場所 りぶらホール

※雨天の場合は中止。



ウォークラリー申込方法

事前申込制

市電子申請届出システムまたは各病院の窓口で申込できます。

市電子申請届出システム

<https://ttzk.graffer.jp/city-okazaki/smart-apply/apply-procedure-alias/20261011/door>



- 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(内科)受付(平日9:00～16:00)

講演会のご案内 12:00～12:45

わかりやすく、すぐに役立つお話です。ぜひご参加ください!

糖尿病フットケアの極意 ～あなたの大切な足を守るために～

愛知医科大学病院

日本糖尿病療養指導士・看護主任 **鬼頭 真樹子 氏**

講演内容

糖尿病の合併症のひとつである「足のトラブル」を予防するための日常のケアや、正しい足の観察方法、靴の選び方など、今日からできるフットケアのポイントをわかりやすくお話しします。

質疑応答時間もございます。日頃の疑問や不安を解消しましょう。

注意事項

- ・動きやすい服装、歩きやすい靴でご参加ください。
- ・水分補給用の飲み物、帽子、タオル等をご持参ください。
- ・体調がすぐれない場合は、参加をお控えください。

- ・当日はスタッフの指示に従ってください。
- ・内容や時間は、変更となる場合があります。
- ・貴重品の管理はご自身でお願いします。

お問い合わせ

藤田医科大学岡崎医療センター 総務課

TEL: 0564-64-8800 受付時間: 平日13:00～17:00