

## ヘルスツーリズム・モニターツアーの実施

主催：国土交通省、和歌山県立医科大学

日時：11月7日（火）～9日（木）

対象：糖尿病患者

趣旨：糖尿病患者に対して、専門医師等による健康セミナーを実施するとともに、食事指導を行いつつ、精進料理を体験する。また、ウォーキングを通じて日常の運動を含めた生活指導を行うことにより、糖尿病の改善を図る。

## 日程

7日	J R和歌山駅・10：00発＝霊峰高野山・昼食～宿坊「遍照尊院」にて体験学習お香作り体験 or 数珠作り体験～夕食（精進料理）＝健康セミナー * 宿坊「遍照尊院」（泊）
8日	朝勤行6：00～朝食＝森林ウォーキング（転軸山周遊ルート）～昼食～阿字観体験～健康セミナー（説法）～夕食（精進料理） * 宿坊「遍照尊院」（泊）
9日	朝勤行6：00～朝食～森林ウォーキング（高野山町石道・金剛界ルート）～写経 or 写仏～昼食～自由行動～高野町14：00発＝J R和歌山駅16：00着解散。

\* このほか、来年3月ごろに人工肛門患者等を対象としたツアーを予定