

# 今月のお知らせ

## Information

### ミスノオープン〜全英への道〜 ボランティア募集のお知らせ

来る6月23日から26日まで

○業務説明会

瀬戸内海ゴルフ倶楽部で開催

とき：6月11日(土)・12日(日)

される「2005ミスノオー

※両日とも、9時〜11時、13

ブン〜全英への道〜」にボラ

時〜15時、16時〜18時の三

ンティアとして参加して、地

回実施します。必ずいずれ

元の力で盛り上げてみませ

かにご出席ください。

か。どなたでも参加できます

ところ：JFEスチール西日

応募方法：所定の申込用紙に

本製鉄所(福山)

記入してFAXで。メール

申込み・問合せは

でのお申込みは、「申込み希

ミスノオープン

望」の表題で送信してくだ

ボランティア事務局

さい。

☎086-902-1712

※申込用紙は笠岡総合体育館

FAX 086-264-2282

にあります

《Eメール》mizuno-op@ml-

※定員になり次第締め切りと

birdie.com

なります

### 「糖尿病をよく知る教室」 毎日の心がけが予防の第一歩

糖尿病の初期は自覚症状が

参加費：テキスト代945円、

ありませんが、そのままにし

調理実習費実費

ておくと重大な合併症を引き

申込期限：5月31日(火)

起こします。糖尿病予防のた

不安

めに病気について正しく理解

糖尿病

し、食事や運動などの生活習

健康づくり課

慣を見直してみましよう。

☎5700まで

ところ：保健センター

申込み・問合せは

対象者

健康づくり課

○70歳未満で空腹時血糖値が

110以上の人

○健診や健康相談で糖尿病の

疑いがあるといわれた人

○通院していて医師が食事指

導を必要と認めた人

業務内容	
選手受付	☆選手の受付通過状況を本部へ連絡
ボランティア本部	☆ボランティアの受付やお世話係
プレスルーム	☆各記者の集う本部にて成績表示などの作業
スコアカード運搬	☆選手の提出したスコアカードをコピーして各所へ配布
練習場	☆ボールの回収及び選手へのボール渡し
コース巡回	☆コースに出ているボランティアの状況把握など
スコア速報板	☆速報本部からの情報をもとにスコアを掲示
チャリティイベント	☆チャリティイベントの受付やグッズの販売など
移動マーシャル	☆ギャラリーが多くつく組に18ホール同行してギャラリーが楽しく安全に観戦できるように誘導する
スコアラ	☆選手に18ホール同行し、各ホールごとにスコアをトランシーバーにて連絡する
キャリングボード	☆スコアラとともに18ホール選手に同行し、スコアを掲示する歩く掲示板
スタート・アテスト	☆選手にスコアカードを渡したり、提出されたスコアカードをチェックしたりする
ギャラリーゲート	☆ギャラリー受付でのチケットのもぎりやパンフレットの配布など
メンバー受付	☆ゴルフ場のメンバー専用の受付業務
ホールマーシャル	☆ギャラリーが楽しく安全に観戦できるように誘導したり、選手のボール探しなどをする

※☆印はゴルフ経験がなくても参加できる業務です。  
※定員オーバーや参加日数などにより、ご希望に添えない場合があります。

開催日及び内容		
とき	テーマ	内容
6月17日(金) 13:00~16:00	糖尿病について知ろう	オリエンテーション 講義「糖尿病ってどんな病気?」 講義「糖尿病を予防する食事と運動」
6月30日(木) 13:00~16:00	食品のカロリーを知ろう	講義「生活習慣を見直そう」 講義「食品交換表って何?」 個別指導・相談 講義・運動指導
7月13日(水) 9:00~15:00	自分にあった食事量と運動を知ろう	「毎日の生活に運動を取り入れよう」 「自分にあった食事量を体験しよう」 (バイキング形式の食事) グループワーク
8月1日(月) 9:00~15:00	食品交換表を使ってみよう	講義「何をどれだけ食べたいの?」 食品交換表を使ったカロリー計算 調理実習「バランスを考えた食事」 グループワーク(教室修了生との交流)
8月30日(火) 13:00~16:00	糖尿病を予防する生活を続けよう	ウォーキング グループワーク 個別指導・相談