

～ ICT 利活用セミナー2024～ 参加無料

「市民向け子育て・健康セミナー」

ライブ中継
同時実施!

親子で楽しく学ぶ「デジタルを活用したセルフヘルスケア」

家族でちょっとした「気付き」で健康で幸せな暮らしを送る・・・そんなライフスタイルを実現するためのデジタル活用が始まっています。

今回のセミナーでは、北海道大学の中村先生に、私たちの体がもつ大切なチカラを教えていただきながら、健康で幸せに生活するための食事の重要性や岩見沢で始まっているデジタル活用について楽しく学んでいきます。

- 開催日時： 令和6年6月15日（土） 14：00～16：30（開場13：30）
- 開催場所： 岩見沢市自治体ネットワークセンター4階マルチメディアホール

【講座内容】

- ①カラダのお話し
知らなかった「おなかの中（腸内環境）の仕組み」
講師：北海道大学大学院先端生命科学研究所 教授 中村 公則 様
- ②食事・給食の大切さ
地元の小麦で作る「美味しいパン」
講師：岩見沢パン協議会
- ③デジタルを活用したセルフヘルスケア
・すこやか健康手帳アプリについて
講師：北海道大学 COI-NEXT 副PL 宮寺 伸明 様
- ・健康ポイントの取組み
講師：株式会社はまなすインフォメーション

（切り取らずそのままお送り下さい）

参加対象：中学生以下の親子（先着25組程度）

会場参加者には、岩見沢産小麦「キタ/カオリ」で作られたオリジナルパンをプレゼント！
祖父母やお孫さんなどごぞってご参加ください！！

参加申込書

保護者氏名	お子様の人数	メールアドレス	参加方法（どちらかに○）
	人		現地・オンライン

- ※ご記載いただいた情報は、本セミナー以外に利用は致しません。（記載欄が足りない場合はコピーして申してください）
- ※メールでお申込みいただく場合は、下記アドレスまでお願い致します。
seminar@hamanasu-info.co.jp
- ※オンライン参加の方は開催日当日の午前中までに上記アドレスより、「ライブ中継 URL」をメールで送付致します。

【主催】株式会社はまなすインフォメーション

【協力】岩見沢市

北海道大学「こころとカラダのライフデザイン共創拠点」

【協賛】情報通信月間協議会

北海道テレコム懇談会（予定）

（株）はまなすインフォメーション セミナー担当

【お問い合わせ先】株式会社はまなすインフォメーション
TEL：0126-25-8101
FAX：0126-25-8811
【会社ホームページ】<https://www.hamasu-info.co.jp/>