

～ ICT 利活用セミナー2024～ 参加無料

ライブ中継
同時実施！

「市民向け子育て・健康セミナー」

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院 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」のお話

講師：岩見沢パン協議会 山本 吉信 様

岩見沢産小麦「キタノカオリ」
オリジナルパンを食べながら
食事・給食の大切さを学ぼう

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：株式会社 ORSO 執行役員

北海道大学 COI-NEXT 副 PL 宮寺 伸明 様

・健康ポイントの取組み

説明：岩見沢市 健康福祉部

株式会社はまなすインフォメーション

参加対象：中学生以下の親子（祖父母との参加でも OK）

申し込まいただいた方先着 50 名様には岩見沢パン協議会会員店舗で使える
300円分のクーポンを差し上げます（500 円以上のお買い物で1枚使用いただけます）

申し込みは下記 QR コードを読み取っていただき申し込みをお願い致します。



※オンライン参加の方は開催日当日の午前中までに「seminar@hamanasu-info.co.jp」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

【協賛】情報通信月間協議会

北海道テレコム懇談会（予定）

【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」

（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：0126-25-8106

FAX：0126-25-2585

【ホームページ】<https://www.hamasu-info.co.jp/>