

# 情報通信月間参加行事 実施報告書

行事ID	主催団体	行事形式	行事名	開催日
A010	株式会社はまなすインフォメーション	3.ICTセミナー等	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」	6月15日
開催場所		行事参加者数	Webサイト・URL	
岩見沢市自治体ネットワークセンター4Fマルチメディアホール ※YouTubeライブ配信		会場49名 オンライン視聴11名	<a href="https://www.hamanasu-info.co.jp/news/%e3%82">https://www.hamanasu-info.co.jp/news/%e3%82</a>	

## 行事実施概要・アピール等

本年は『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」』をテーマに、家族で、ちょっとした「気づき」が健康で幸せな暮らしにつながる。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ることから、今セミナーでは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、北海道大学中村先生をはじめ、岩見沢パン協議会の山本様、株式会社ORSO執行役員/北海道大学COI-NXET副プロジェクトリーダー宮寺様、岩見沢市健康福祉部榎本様・はまなすインフォメーション柏岡による講演を実施した。

### 講演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」  
北海道大学大学院先端生命科学研究院 教授 中村 公則 様

### 講演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  
岩見沢パン協議会 山本 吉信 様

### 講演③デジタルを活用したセルフヘルスケア

- 1.すこやか健康手帳アプリについて  
株式会社 ORSO 執行役員/北海道大学 COI-NEXT 副 PL 宮寺 伸明 様
- 2.健康ポイントの取組み  
岩見沢市健康福祉部 榎本尚司/株式会社はまなすインフォメーション 柏岡智香

