令和4年度

今金町女性文化祭健康講演会

「睡眠」と「健康」の知恵袋

~眠りのお悩み、スッキリ解決！？~

3年ぶりの開催です。今回は講演会のみの開催となりますが、皆様のご来場をお待ちしております。

参加料無料
町民の方ならどなたでも参加OK

[日 時] ▶▶▶ **3月5日(日)**
開　場12:30~
講演会13:15~14:30

[会 場] ▶▶▶ 今金町民センター大ホール
(0137)82-0631

●快適な睡眠を考えてみませんか?

睡眠について正しい知識を「知る」、ご自身にとって良い睡眠をとるための方法を「実践する」、ご自身にとって良い睡眠を「実感する」の3ステップによる、良い睡眠をとるためのポイントを紹介

≪講師≫ 明治安田生命保険相互会社 函館支社
チーフコンシェルジュ 佐賀井 道代 氏

当日健康測定会を実施しております。

同会場にて血管年齢測定や野菜の推定接収量を測定、日頃の健康にお役立てください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、中止になる場合があります。当日ご来場の際はマスクの着用をお願いします。また、体調が悪い場合は当日の参加をお控えください。

問い合わせ　TEL 0137-82-3488　今金町教育委員会内　女連協事務局

主催　今金町女性団体連絡協議会　　後援:今金町、今金町教育委員会、明治安田生命今金出張所

令和
4年度

回 覧

入場無料・申し込み不要
どなたでも参加できます

今金町地域
人づくりフォーラム

テーマ：祝・北海道遺産選定！
～住民参加で未来へつなごう 今金町の文化遺産～

日 時 3月2日 木 18:00-20:15

今金町民センター大ホール

表彰式

18:00～18:30
今金町教育・文化・スポーツ表彰式

令和４年度の教育・文化・スポーツ分野で優れた功績を残された方々の表彰式を開催します。
都合のつく方は併せてご出席ください。

美利河砂金採掘跡

北海道遺産

主な内容

18:40～20:15
基調講演「今金・美利河の金山遺跡とは」
講師：長沼 孝 氏（北海道埋蔵文化財センター理事長）

前回のようす

パネルディスカッション
テーマ：住民参加で 未来へつなごう 今金町の文化遺産
パネラー：ピリカ遺跡ボランティアの会　小田島輝志会長
今金町社会教育委員会　山崎周一委員長
今金町校長会　久慈　学会長
全体進行：今金町教育委員会　永井　章委員

主催
問合先
今金町教育委員会・今金町人づくり推進会議
今金町教育委員会社会教育グループ　TEL:0137-82-3488