

自分らしく 笑顔で生きるために ～ちゃんと食べてちゃんと寝る～



老いにくい食生活7ヶ条と睡眠の質を上げる4つの方法

日時

令和7年 6 月 21 日 (土)

13:30～15:20 (受付13:00～)

第一部 13:35～

報告「北見市の食育・自殺の現状について」

第二部 14:00～

講演「自分らしく笑顔で生きるために」

会場

北見市民会館【小ホール】

北見市常盤町2丁目1-10

申込み

二次元コード

または

下記電話番号へ



〆切は6月19日(木)まで

講師

フリーアナウンサー

佐藤麻美 氏

HTBの人気番組「おにぎりあたためますか」で16年間MCを担当。

タレントの大泉洋、戸次重幸と共に全国を食べ歩き、その数は約900軒に上る。

番組は全国のテレビ局約20局で放送され、ファンも多い。

2019年8月からフリーアナウンサーに転身。司会やモデレーター、トークショー、講演会をはじめCMやテレビ出演など多岐に渡り活躍中。

中1と小3男児の母。

入場無料

事前予約制
定員150名

北見市保健福祉部健康推進課

TEL 0157-23-8101 8:45～17:30 (土日・祝日をのぞく)



主催：北見市 共催：北見市教育委員会

後援：北海道北見保健所・北見医師会・北見歯科医師会・北海道薬剤師会北見支部・北海道栄養士会オホーツク支部・

北見市PTA連合会・北見商工会議所・北見市社会福祉協議会・北見市自治会連絡協議会・北見市民生委員児童委員協議会