令和８年度 全国一斉

熟睡（じゅくすい）

プラ「寝（ね）た」リウム

満天の星空の下、
ウトウト・ぐっすり・心地よく。

日々のお疲れ、プラ「寝た」リウムでやわらかくしませんか。
アロマの香り、満天の星の下、ねむくなる音楽と解説をBGMに、
1時間だけ。な～んにも考えずに、ふわ～っとリラックスしてください。

○ 日　時　　2026年11月23日（勤労感謝の日）
　　14:00～15:00
○ 場　所　　海事記念館2階 プラネタリウム室
○ そ の 他　・参加無料、事前のお申込みは不要です。
　　・お気に入りの安眠グッズ（枕・ヌイグルミ・
　　ブランケット等）お持込みOKです♪
　　・開始時間までにご着席ください。



どなたでもご参加いただけます。
どうぞごゆっくりお過ごしください。

お問合せは･･･厚岸町海事記念館
TEL 0153-52-4040

厚岸町教育委員会