

令和6年度「北九州市減塩推進月間」の催し

北九州市では、毎年9月を「減塩推進月間」として、減塩の推進に取り組んでいます。
 高血圧やがんなどの生活習慣病予防のために、減塩や野菜摂取などの情報発信をしています。

9月に市役所や各区役所などで開催されるイベント等の催しをご紹介します。ぜひお出かけください。
 ※ 掲載の催しは、変更・中止となる場合があります。

場 所		日 時	実施内容							事前申し込 み等	問い合わせ	
			展示 配布	栄養相談	塩分 チェック	血圧測定	ベジチェック (推定野菜摂 取量測定)	適塩みそ汁 試飲等	その他			
門司区	ゆめ마트門司店	9月3日(火) 10:00~14:00	○	○	○	○	○	○	○	血管年齢測定	不要	門司区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-331-1888
小倉北区	小倉北区役所 東棟1階市民ギャ ラリー	9月12日(木) 10:00~13:00 ※展示は9/2 ~9/27	○	○	○	○	○	○	○	体組成測定	不要	小倉北区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-582-3440
小倉南区	サンリブもりつね	9月5日(木) 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○	血管年齢測定	不要	小倉南区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-951-4125
	小倉南生涯学習 センター1階、小倉 南区役所2階ほか	9月2日(月)~ 30日(月)	○	-	-	○ (区役所1 階市民課 ロビー、2 階2番窓口 健康コー ナー)	-	-	-	-	-	
若松区	イオン若松ショッ ピングセンター1階	9月7日(土) 11:00~15:00	○	○	○	○ (子どもの 血圧測定 体験も実 施)	○	○	○	血管年齢測定 体組成測定 フレイルチェック 野菜計量クイズ 手洗いチェック 豆運びゲーム	不要	若松区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-761-5327
八幡東区	八幡東区役所 本館1階 市民ホール	9月20日(金) 10:00~14:00 ※展示は9月2 日(金)~30日 (月)	○ 認知症に 関する展 示も同時 実施	○	○	○	○	○	○	血管年齢測定 減塩食品食べ比べ 物忘れ度チェック	不要	八幡東区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-671-6881
	西鉄ストア スピナソリエ高 見店	9月10日(火) 9:30~12:00	○	○	○	○	○	○	○	血管年齢測定		
	スペースラボ	9月14日(土) 10:00~14:00	○	○	○	○	○	○	○	食育SAI(食事診断) 血管年齢測定 減塩食品食べ比べ 野菜重さあてクイ ズ 豆つかみゲーム		
	西鉄ストア スピナマートさくら 通り店	9月17日(火) 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	血管年齢測定		
八幡西区	西鉄ストア スピナマート穴生 店	9月9日(月) 10:00~13:00	○	○	○	○	○	○	-	-	不要	八幡西区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-642-1444
	八幡西区役所 3階エスカレーター付近	9月17日(火) 12:30~14:30	○	○	-	○	○	○	-	-		
戸畑区	戸畑図書館 (戸畑図書館主催 「図書館健康サロ ン」で実施)	9月10日(火) 10:00~11:30	○	○	○	○	-	○	○	体組成測定 握力測定 健康相談	不要	戸畑区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-871-2331