

令和5年度「北九州市減塩普及月間」イベント

北九州市では、毎年9月を「減塩普及月間」として、減塩の普及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食育の事業をご紹介します。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	体組成測定	試飲等	その他		
門司区	ゆめマート門司店	9月5日(火) 10:00~14:00	○	○	-	○	血圧測定、血管年齢測定、塩分チェック、適塩みそ汁試飲、野菜計量クイズ	不要	門司区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-331-1888
門司区	門司生涯学習センター (第1研修室)	9月20日(水) 13:30~15:00	○	-	-	-	講演会 ①管理栄養士:「あなたの減塩」応援します ②歯科衛生士:「お口元気でいきいき生活～口腔ケアで誤えん性肺炎予防～」	要 (8/17~9/8往復はがきもしくは電子申請)	認知症支援・介護予防センター 電話 093-522-8765
小倉北区	北九州市役所1階 市政情報コーナー	9月1日(金)~ 29日(金)	○	-	-	-	-	不要	保健福祉局健康推進課 電話 093-582-2018
小倉北区	小倉北区役所 東棟3階ほか	9月13日(水) 10:00~13:00 ※展示は9/1~9/29	○	○	○	○	血圧測定、血管年齢測定、体組成測定、塩分チェック、適塩みそ汁の試飲、食事バランス診断	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	ゆめマート曾根店	9月29日(金) 10:30~14:30	○	○	-	○	血圧測定 血管年齢測定 みそ汁試飲 塩分チェック	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	9月1日(金)~ 29日(金)	○	-	-	-	血圧測定 (区役所1階市民課ロビー、2階2番窓口健康コーナー)	不要	
若松区	イオン若松ショッピングセンター1階	9月20日(水) 11:00~15:00	○	○	○	○	血圧測定、血管年齢測定、塩分チェック、適塩みそ汁試飲、野菜計量クイズ、食事バランス診断、乳がん触診体験、豆つまみゲーム、手洗いチェック	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1日(金)~ 29日(金)	○	-	-	-	血圧測定 (28番窓口健康コーナー)	不要	八幡東区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-671-6881
	スピナマートさくら通り店	9月9日(土) 9:00~12:00	○	○	-	○	血圧測定 血管年齢測定 塩分チェック 適塩みそ汁試飲 ベジチェック(推定野菜摂取量測定)		
八幡西区	八幡西区役所 3階エスカレーター付近	9月15日(金) 10:00~12:00	○	○	-	○	血圧測定、塩分チェック、適塩みそ汁試飲、塩分クイズ	不要	八幡西区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-642-1444
戸畑区	戸畑区役所 1階 階段横ロビー	9月29日(金) 10:00~12:00	○	○	-	○	血圧測定 適塩みそ汁試飲 塩分チェック	不要	戸畑区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-871-2331