



# 減塩推進月間イベント

## ～減塩で健康生活～

9月は、「北九州市減塩推進月間」です。

食塩の取りすぎは、高血圧などの生活習慣病を引き起こす原因となります。  
イベントに参加して、食生活を見直してみませんか？  
楽しい催しも行っています。皆さまの参加をお待ちしています！

日時：令和7年**9月6日(土)**

11:00～15:00

場所：イオン若松ショッピングセンター1階  
(若松区二島1丁目3-1)

**参加費  
無料!**



### イベント内容

- ★血圧測定(子どもの血圧測定体験も実施)
- ★ベジチェック測定(野菜の推定摂取量測定)
- ★血管年齢測定 ★塩分チェック ★体組成測定
- ★適塩みそ汁試飲 ★野菜350g計量クイズ
- ★減塩食品の試食・展示 ★フレイルチェック
- ★豆運びゲーム 等

先着順で  
啓発グッズを  
プレゼント!

※イベント内容は変更となる場合がございます。  
ご了承下さい。



**【問い合わせ先】 若松区役所 保健福祉課  
電話: 761-5327(管理栄養士)**