

令和8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月に市内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1日(火) 10:00～13:00	○	○	○	○	○	○	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	北九州メッセ (旧西日本総合展示場新館)	9月12日(土) ～13日(日) 11:00～17:00	○	-	-	-	○	-	減塩醤油の配布 ※数量限定なくなり次第終了	不要	保健福祉課局 健康推進課 電話 093-582-2018
	リバーウォーク北九州 1階 ミスティックコート前 ※展示は9/1(火)～9/30(水)	9月27日(日) 10:30～13:00	○	○	○	○	○	○	減塩食品の試食	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	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1日(火)～ 30日(水)	○	-	-	○ (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	小倉南区役所 保健福祉課地域保健係 電話 093-951-4125
	サンリブもりつね	9月18日(金) 9:30～13:30	○	○	○	○	○	-	血管年齢測定 塩ひとつまみ体験	不要	
若松区	イオン若松ショッピングセンター1階	9月5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 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	9月1日(火)～ 30日(水)	○	-	-	○ (区役所1階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
	西鉄ストア スピナラソリエ高見店	9月18日(金) 16:00～18:00 ※展示は9月1日(月)～30日(火)	○	-	○	-	○	○	血管年齢測定	不要	
八幡西区	サンリブミヶ森店 1階エレベータ前	9月15日(火) 9:30～12:00	○	-	○	○	○	-	減塩食品試食	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	戸畑図書館 (戸畑図書館主催「図書館健康サロン」で実施)	9月29日(火) 10:00～11:30	○	○	○	○	○	○	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