

## 婚姻届を提出する夫婦にオリジナルの健康セットをプレゼント！ ～幸せいっぱいの夫婦の末永い健康を願って～

若い世代の健康意識の向上や健康的な生活習慣の維持・獲得に向けて、婚姻届を提出する夫婦に、オリジナルの健康啓発物品のセット（計量カップ、健康レシピカード、健康に関する情報など）をプレゼントします。

将来にわたって健康を維持し、生活習慣病を予防するためには、若い頃から健康を意識することが重要です。特に日本人は塩分を摂りすぎる傾向にあると言われていて、塩分の過剰摂取は、高血圧の原因となるだけでなく、動脈硬化や脳卒中、心筋梗塞の発症にもつながります。計量カップを上手に活用し、日々の暮らしの中で調味料の使い過ぎに注意が向くことで、気軽に減塩に取り組むための、きっかけづくりにつながります。

■実施日時：令和4年4月1日から

場所：市民国保課窓口

### ■目的

調味料の使いすぎを防ぎ、減塩への取り組みができるよう婚姻届を提出する夫婦に小さな計量カップや健康に関する情報紙を配布し、家族単位での健康づくりへのきっかけにつなげる。

### ■実施内容

古賀市で婚姻届を提出する夫婦に、小さな計量カップや健康に関する情報紙、健康レシピカードなどをプレゼントする。

※開庁時間内の提出者は市民国保課窓口で対応し、休日・時間外窓口での提出者及び古賀市内在住で古賀市外において提出した人には、後日申し出により健康介護課窓口で対応する。



▲4月1日に婚姻届を提出した

くじゅうろまい たけまさ  
久重路麻衣さん・丈雅さん（写真左から）



▲計量カップや健康に関する情報紙

健康レシピカードなど

### 【問い合わせ先】

古賀市役所 健康介護課健康づくり係

担当：大定、笹野

電話：092-942-1151