

西区役所4階 元気じゃけん 食堂

栄養バランスの良い定食

元気じゃけん定食

¥560

(12:00~13:30先着順)

<写真は一例です>

元気じゃけん定食とは??

主食・主菜・副菜のそろった健康に配慮した
栄養バランスの良い定食です。

令和7年		
 4月18日(金)	 5月19日(月)	 6月19日(木)
 7月23日(水)	8月19日(火)	9月19日(金)
 10月22日(水)	11月19日(水)	12月19日(金)
令和8年		
1月19日(月)	 2月19日(木)	 3月19日(木)



健康相談会&測定会

医師・管理栄養士・保健師との
健康相談が受けられます。

※ 予約不要

日程

*測定会の内容

- ① 6月19日(木) [体組成]
- ② 7月23日(水) [骨密度]
- ③ 10月22日(水) [血管年齢]

*...測定機器の種類は変更となる可能性があります。

受付：12:30~13:00

場所：西区役所4階 研修室

西区地域支えあい課

TEL： 082-294-6235

FAX： 082-294-6113

 マークの月には、区民サロンコンサートを開催します 

※詳細は西区地域起こし推進課 (Tel.082-532-0927) にお問い合わせください。