

# 西区元気じゃけん食堂を開催します！

栄養バランスを考えたメニュー「元気じゃけん定食」を提供します。ぜひお越しください。

元気じゃけん定食とは？

主食、主菜、副菜の揃った健康に配慮した栄養バランスの良い定食です。

- 営業時間：12：00～13：30
- 提供食数：50食限定
- 価格：490円 ※変更する場合があります。



元気じゃけんひろしま21  
マスコットキャラクター「そらママ」

広島市ホームページでも、食堂の日程や家庭でおすすめの元気じゃけん定食レシピを紹介しています。詳しくはコチラから！



西区元気じゃけん食堂

検索



…健康相談会&測定会



…区民サロンコンサート

令和6年 4月19日(金)	5月17日(金)	健康相談会 &測定会 6月19日(水)
7月19日(金)	健康相談会 &測定会 8月19日(月)	健康相談会 &測定会 9月19日(木)
10月18日(金)	11月19日(火)	12月19日(木)
令和7年 1月17日(金)	2月19日(水)	3月19日(水)



健康相談会  
&測定会

マークの月は、健康相談会&測定会にもお越しください

※予約不要

- 🍷 日程：① 6月19日(水) [骨密度]  
② 8月19日(月) [体組成]  
③ 9月19日(木) [血管年齢]

🍷 受付：12:00～13:00

🍷 場所：西区役所4階 研修室

🍷 健康相談会：医師・栄養士・保健師との健康相談

毎月19日は  
わ  
食  
の  
日

広島市食育推進会議

問い合わせ 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。

