

ご存じですか？栄養成分表示の店

栄養成分表示の店 一覧表



このプレートのあるお店は
栄養成分を表示しています。
栄養成分表示を活用して
健康づくりに役立てましょう。

市ウェブサイトからも
「栄養成分表示の店」一覧を
ご覧いただけます。



東大阪市保健所

東保健センター TEL 072(982)2603 中保健センター

TEL 072(965)6411

西保健センター TEL 06(6788)0085 健康づくり課

TEL 072(960)3802

令和6年7月末現在

東地区

店舗名	住所	電話番号
ローソン旭町店	旭町20-22	072-987-4591
brassrie cafe Leo	旭町22-28アルファビル1F	080-2152-3046
一喜 池島店	池島町3-4-6	072-951-4150
レストランよしかわ	上石切町1-11-12新ビル内	072-981-5001
新ビル内北京倶楽部	上石切町1-11-12新ビル内	072-981-5001
ティーラウンジ ノバ	上石切町1-11-12新ビル内	072-981-5001
鉄板焼ダイニング 極	上石切町1-11-12新ビル内	072-981-5001
ホテルセイリウウ 朝食ビュッフェ	上石切町1-11-12新ビル内	072-981-5001
豊力	神田町1-2	072-988-1210
日本マクドナルド(株) 瓢箪山駅前店	神田町1-16	072-980-6200
花まる亭	神田町2-7	072-984-8739
黒潮食品	神田町3-5	072-987-6221
寿司清水	神田町3-27	072-988-6988
グリル&カフェ トシ	神田町3-8門脇ビル1F	072-986-1246
創作料理 一喜	神田町3-8門脇ビル2F	072-988-5280
K ² -ひょうたん山の 秘密の部屋	客坊町2-15	072-951-3953
カフェレスト マリーン	喜里川町2-18	072-988-2014
こなもん処 花鳥	喜里川町2-19	072-987-5151
さぬき 志度	喜里川町2-20	072-981-4583
Max Valu 瓢箪山店	喜里川町2-22	072-987-0778
ひょうたん	喜里川町3-12	072-943-1778
五成家	喜里川町3-17	072-981-4587
和ら樹	喜里川町3-19	072-988-3100
お食事処 ミツ	喜里川町10-21	072-987-4871
ほっともっと東大阪日下店	日下町3-6-13	072-983-7200
旬三京水産	日下町4-1-42 マイバムク ラン石切140号	072-981-7675
関西スーパー 日下店	日下町4-2-67	072-981-0523
mandai 石切店	日下町4-3-10	072-987-0851
GEORGE BAKERY	桜町1-27	072-921-9360
洋食 やまかわ	四条町2-13	072-987-6026
mandai 六万寺店	下六万寺町2-1-12	072-980-2211
なりひら寿司	昭和町1-4	072-986-1770
肉の森田屋 ひょうたん山店	昭和町2-3	072-986-2941
波夢	昭和町2-9	072-982-1883
ガイド・フランス 瓢箪山店	昭和町4-1	072-988-1000
フィアスケッタ	昭和町7-18	072-987-6033
ニコニコキッチン新池島店	新池島町1-18-8	072-987-0004
花園食堂	新池島町3-12-3	072-981-0287
手打うどん 三豊	新町23-23	072-982-2898

店舗名	住所	電話番号
ローソン東大阪末広町店	末広町25-16	072-986-9860
ローソン 外環東大阪善根寺店	善根寺町4-10-19	072-987-9227
ローソン 東大阪善根寺町五丁目店	善根寺町5-2-10	072-920-7139
mandai 善根寺店	善根寺町5-3-1	072-984-9550
八剣伝瓢箪山北店	鷹殿町1-9日昭第二ビル1F	072-985-0955
mandai 鷹殿店	鷹殿町4-17	072-987-5875
FEESIS CAFE	鷹殿町11-5サカハ東丘103号	072-987-2360
珈琲とコインランドリーの お店。ハレ	鷹殿町19-2	072-920-7115
ローソン東大阪宝町店	宝町1-43	072-985-8251
肉の森田屋 額田店	立花町17-15	072-988-2222
カ吉	豊浦町2-19	072-984-0489
Cafe・Lunch an	鳥居町2-1	
肉の森田屋 石切店	中石切町2-4-26	072-985-2941
プチバリ	中石切町4-3-2ジエ石切内	072-984-6563
肉のみよし	中石切町4-3-2ジエ石切内	072-984-4443
ローソン 東大阪中石切町四丁目店	中石切町4-5-14	072-987-9879
ほっともっと 東大阪南荘町店	南荘町3-6	072-980-8007
手作り弁当のたけよし	南荘町4-5	072-987-7458
中丸	西石切町1-6-30	072-988-4007
ファミリーマート 新石切北店	西石切町1-8-18	072-980-8856
ローソン 東大阪西石切町三丁目店	西石切町3-3-3	072-987-1144
ミスタードーナツ 新石切ショップ	西石切町3-3-7	072-988-2032
ほっかほっか亭 新石切駅前店	西石切町3-3-25	072-988-3510
モスバーガー 外環石切店	西石切町4-6-21	072-988-4500
駒すし	額田町8-24	072-981-3591
おほい堂本舗	箱殿町3-18	072-981-4139
お好み焼 さど川	箱殿町5-8	072-981-3939
生田屋	東石切町1-1-14	072-981-5302
お食事処 魚竹	東石切町1-5-1	072-981-2312
喫茶 比呂	東石切町1-5-1	072-981-2312
村田屋	東石切町1-6-33	072-981-3225
大和屋	東石切町1-7-56	072-981-2939
ローソン東大阪東山町店	東山町4-5	072-988-5088
居心伝 新石切店	東山町4-10新石切ライブビル1F	072-980-8333
本格中華総菜熊猫パンダ	瓢箪山町1-26	072-985-1181
居心伝 瓢箪山駅前店	瓢箪山町2-3 2F	072-980-8081
どんどん亭	瓢箪山町3-5	072-987-9908
珈琲専門店 メイブル	瓢箪山町3-16	072-981-5998
喫茶 みち	本町8-21	072-986-5530

東地区

店舗名	住所	電話番号
和処 おかもと	本町8-22	072-981-0008
おかじま料理店	本町15-4	072-981-3162
日本マクドナルド(株) 新石切プラザ店	弥生町2-43	072-980-6600
mandai 新石切店	弥生町2-43	072-980-9501
ライフコーポレーション 新石切店	弥生町16-12	072-980-6131
藤井会リハビリテーション病院内 喫茶COMRADE	弥生町17-6	072-983-7811
らーめん大王	横小路町5-2-25	072-981-8884
ローソン横小路五丁目店	横小路町5-5-2	072-984-9840
日本マクドナルド(株) 外環東大阪店	横小路町5-6-27	072-987-6382
魚太郎本店	横小路町5-7-22	072-985-1188
喫茶 グリーンヒル	六万寺町1-16-17	072-984-2946
ほっともっと 東大阪六万寺町店	六万寺町2-1-45	072-980-9199
よしや食堂	六万寺町3-10-42	072-981-3465
わかくさ食堂	若草町4-19	072-986-3970

中地区

店舗名	住所	電話番号
ローソン 東大阪稲葉一丁目店	稲葉1-4-2	072-966-0678
ローソン 東大阪花園桜通り店	稲葉2-1-24	072-961-3827
居心伝 河内花園店	稲葉3-11-10ビアガーデン1F	072-960-4620
mandai 花園店	稲葉3-12-10	072-962-7464
やちよ	岩田町3-10-1	072-964-0600
オリジン弁当 若江岩田店	岩田町3-10-2	072-967-6050
カピスト トータス	岩田町3-10-6	072-961-3969
東秀楽	岩田町3-5-18	06-6723-0966
ファミリーマート 近鉄若江岩田駅前店	岩田町4-3-17	072-960-0160
近畿商事7 若江岩田店	岩田町4-3-21 希来里ヨルビセンター内	072-963-0501
パセオカフェ	岩田町4-3-26	072-961-7760
七福	岩田町4-14-27	072-965-0139
カフェ・ド・クレセント	岩田町4-15-19	072-964-4481
三都屋食堂	岩田町4-16-3	072-961-3660
若江飯店	岩田町4-16-6	072-961-4692
古家	岩田町4-16-8	072-966-0066
お好み焼・タコ焼 モリタ	岩田町4-16-11	072-961-6969
うお庄	岩田町5-7-39	072-966-4766
炭火焼とり とりふじ	岩田町5-18-3	072-964-7928
喫茶 朱里果	瓜生堂1-2-8	072-964-8886
十兵衛	瓜生堂2-25-10	06-6723-5689
mandai 加納店	加納8-33-16	072-870-8910
和牛処 助春	川田3-1-21	072-963-4047
ローソン 東大阪川田三丁目店	川田3-4-5	072-960-1163
日本マクドナルド(株) イオン鴻池店	鴻池町1-1-72	06-6748-7197
イオン 鴻池店	鴻池町1-1-72	06-6746-2221
きむら寿し	鴻池町2-2-2	06-6746-7315
香の川製麺 鴻池店	鴻池町2-7-16	06-4309-2778
グリーン	鴻池本町1-22	06-6745-2900
ほっかほっか亭鴻池本町店	鴻池本町6-32	06-6746-7748
パンの店 あん	鴻池元町7-10	070-5047-6001
珈琲館 鴻池新田店	鴻池元町8-2	06-4309-0054
力餅食堂	鴻池元町9-4	06-6746-0136
セブンイレブン 東大阪鴻池元町店	鴻池元町9-18	06-6746-1637
食品専門館 ラッキー鴻池店	鴻池元町11-7	06-6744-9112
珈琲 葉花	島之内2-4-21	072-921-3713
なか卯 東大阪吉田店	角田1-4-33	072-960-3484
ローソン 東大阪角田一丁目店	角田1-5-37	072-965-6011
とも寿司	玉串町西3-1-3-101	072-965-8260

食育トライで広げよう！
めっちゃ元気な市民の環！



中地区

店舗名	住所	電話番号
レストラン 瀬羅	玉串町西3-4-53	072-964-4048
ライフコーポレーション 玉串店	玉串町東1-6-20	072-967-1251
向日葵 喫茶室	玉串町東1-10-20 (高齢者センター内)	072-966-7756
ローソン東大阪玉串町東店	玉串町東1-10-29	072-960-0171
はなまるうどん 東大阪三池橋店	玉串町東3-2-10	072-960-4870
小洞天 玉串店	玉串元町1-8-1	072-966-7750
セブンイレブン 東大阪中鴻池町店	中鴻池町2-2-2	06-6744-7511
日本マクドナルド(株) 吉田店	中新開1-3-34	072-962-1918
ライフコーポレーション 菱江店	中野南1-71	072-967-0701
リンガーハット ニトリモール東大阪店	西岩田2-3-25ニトリモール東大阪2F	06-6618-5800
山陽マルナカ 東大阪店 デリカ部	西岩田3-2-3	06-6618-0101
はなまるうどん ニトリモール東大阪店	西岩田2-3-25ニトリモール東大阪2F	06-6618-0870
カフェ・ド・クリエ 市立東大阪医療センター	西岩田3-4-5 市立東大阪医療センター1F	06-6736-5136
ローソン西岩田店	西岩田3-5-52	06-6787-2342
ローソン 東大阪西岩田四丁目店	西岩田4-6-14	06-6618-0633
日本マクドナルド(株) 東大阪岩田店	西岩田4-6-24	06-6784-8396
居心伝 鴻池新田駅前店	西鴻池町1-2-22	06-6748-7745
ローソン 東大阪西鴻池一丁目店	西鴻池町1-9-7	06-6746-1718
与志乃	西鴻池町2-4-1	06-6747-3535
茶垂緒	花園東町1-20-29	072-965-2903
ローソン東大阪花園東町店	花園東町2-9-19	072-961-0044
ふれんちん	花園本町1-1-38	072-961-4910
うどん処 狸庵	花園本町1-1-41	072-961-6009
コヒーバス SEA AND SKY	花園本町1-1-56	072-966-5810
魚新	花園本町1-2-2	072-962-7968
日本料理 山ぶき	花園本町1-2-11	072-964-6128
肉の森田屋 花園店	花園本町1-2-30	072-962-1129
菟六	花園本町1-12-8	072-966-0876
ローソン花園本町二丁目店	花園本町2-1-12	072-966-2588
コーヒー&レストラン ころく	東鴻池町1-5-8	072-964-6940
オリジン弁当 イオンタウン東大阪店	東鴻池町1-6-30	072-960-3910
Max Valu 東鴻池店	東鴻池町1-6-30	072-960-4690
らーめん大王 菱江店	菱江2-1-10	072-966-8857
ほっともっと 東大阪菱江店	菱江3-4-30	072-960-8899
扇すし	菱江5-1-5	072-965-6372
ローソン東大阪菱江五丁目店	菱江5-1-23	072-962-1414
得得 東大阪菱屋店	菱屋東2-16-13 ミニガトリニ2F	06-6784-0580
ファミリーマート 本庄西一丁目店	本庄西1-1-1	06-6748-7811
ローソン 東大阪松原二丁目店	松原2-1-32	072-963-0633

店舗名	住所	電話番号
ローソン 東大阪水走一丁目店	水走1-17-23	072-962-5640
ローソン 東大阪水走四丁目店	水走4-1-2	072-964-3388
ローソン 東大阪箕輪二丁目店	箕輪2-5-34	072-966-2561
ローソン東大阪横枕店	横枕2-4	072-961-7185
八剣伝荒本駅前店	横枕西2-10	072-968-3131
カフェ・ダイニング ログス	吉田1-1-10	072-965-5566
Heartful・Kitchen TIME	吉田1-1-31-103 パザールはなぞの駅前ビル	072-961-2800
日本マクドナルド(株) 近鉄東花園駅前店	吉田6-1-19	072-967-7702
Café&Deli.Time	吉田6-2-52	072-965-5506
ほっかほっか亭東花園駅前店	吉田6-2-58	072-960-8872
(株)近商ストア 東花園店	吉田6-9-13	072-963-3451
ルジャンドル 東花園店	吉田6-9-20	072-966-9510
八剣伝東花園駅前店	吉田7-1-9東花園SEビル1F	072-965-7799
そば処 伊吹	吉田7-2-14	072-962-1725
宅配クック ワンツースリー東大阪店	吉田8-1-6野村ビル102号	072-964-7123
うどん処 おいちゃん	吉田下島25-37	072-962-1470
ローソン 東大阪吉田本町二丁目店	吉田本町2-3-2	072-962-1232
シンフォニー	吉田本町3-4-17	072-965-0141
蕎割鮮 井もと	吉田本町3-8-5	072-967-2007
ローソン 東大阪若江北町三丁目店	若江北町3-7-10	06-6723-0500
ほっともっと 若江西新町店	若江西新町3-1-10	06-6730-7785
八剣伝若江西新町店	若江西新町3-2-15	06-6730-7887
ローソン東大阪若江西新町店	若江西新町3-6-24	06-6732-1801
ケンタッキー・フライド・チキン 中央環状巨摩橋店	若江西新町4-14	06-6730-8833
日本マクドナルド(株) 東大阪巨摩橋店	若江西新町4-7-25	06-6618-0170
大阪いずみ市民生活 協同組合 コープ若江	若江東町3-4-43	06-6732-4661
なか卯 若江東店	若江東町4-4-1	06-4307-7260
ローソン東大阪若江本町店	若江本町1-1-7	06-6727-6727

西地区

店舗名	住所	電話番号
料亭 若葉	足代1-3-5	06-6721-9687
元禄寿司 本店	足代1-12-1	06-6736-0911
ケンタッキー・フライド・チキン 近鉄布施駅前店	足代1-12-14	06-6726-2234
なか卯 布施店	足代1-12-16	06-6728-1772
紀の国屋	足代1-12-5	06-6721-3069
金太郎パン	足代1-13-6	06-6724-3023
日進食堂	足代1-14-7	06-6721-0635
ローソン 東大阪足代一丁目店	足代1-15-6	06-6736-3711
惣菜屋布施番号店	足代1-16-18	
やまじん食肉	足代1-16-24	06-6721-0805
おぼこ飯店	足代1-17-5	06-6721-2163
純愛うどん なでしこ	足代1-19-6	06-6720-2220
サニヤン	足代1-20-16	06-6730-0086
土筆んぼう 布施南口駅前店	足代2-3-1現代布施駅前ビル2F	06-6725-5311
お好み ばる	足代2-7-26	06-6728-0771
やさしいごはん みーる食堂	足代3-1-22	06-6732-3211
喫茶タムラ	足代北2-15-20	06-6781-4969
うどんすき鍋 たらい	足代新町10-14	06-6783-0198
鳥貴族 布施西店	足代新町1-48 ホテル布施西館2号	06-6784-0610
甘党食堂 大黒堂	足代新町2-17	06-6781-3395
山海屋	足代新町3-15	06-6781-2460
おやしうしー喜布施店	足代新町3-3	06-4307-3939
くいしん坊	足代新町5-7	06-6784-5815
ほっかほっか亭 布施駅前店	足代新町16-8がびろウツカ	06-6785-0464
mandai 布施店	足代南1-1-2	06-6721-8773
まつばすし	足代南1-16-7	06-6722-2058
術智 豚珍館 荒川店	荒川1-13-23	06-6727-0523
フィール	荒川3-31-15	06-6722-1234
SKY LOUNGE 22	荒本北1-1-1 東大阪市役所22階	06-6224-7522
ほっかほっか亭 荒本駅前店	荒本北2-1-7	06-6745-1848
ローソン東大阪荒本駅前店	荒本新町5-38	06-6781-9918
CAFE & PAN 汎茶	荒本新町6-36	06-6789-0707
ローソン 東大阪荒本西四丁目店	荒本西4-2-20	06-6784-6315
井や 井丸 徳庵店	稲田上町1-6-2-101	06-7164-4612
ローソン 東大阪稲田新町二丁目店	稲田新町2-11-7	06-6744-1710
松寿し	稲田本町3-15-12	06-6744-7363
日本マクドナルド(株) 東大阪カインズホーム店	稲田三島町3-88	06-6746-3730
八戒	上小阪2-1-22	06-6724-6492
ペアーズ	永和1-15-8	06-6728-1920

店舗名	住所	電話番号
関西スーパー 永和店	永和2-12-20	06-6720-6617
Holly EIWA	永和2-1-30	06-6722-6516
おしゃれ木 永和店	永和2-2-32	06-6722-7878
リライブ(小阪病院喫茶)	永和2-7-30	06-6722-5151
紅 梅 亭	永和3-9-18	06-6721-3315
長瀬 すし富	近江堂2-10-9	06-6721-0871
八剣伝大蓮店	大蓮北2-2-1	06-6732-2625
日本マクドナルド 東大阪柏田店	柏田東町9-15	06-6724-0031
南一食堂	金岡1-18-5	06-6727-7288
ローソン川俣店	川俣1-1-39	06-6781-6602
中華 珍籠	衣摺1-15-10	06-6727-6399
ローソン 東大阪衣摺二丁目店	衣摺2-3-4	06-6730-7720
ローソン 東大阪衣摺五丁目店	衣摺5-22-15	06-6727-5560
きずり逢花苑ディサービス 喫茶室	衣摺6-12-3	06-6723-4165
ローソン 東大阪楠根二丁目店	楠根2-6-16	06-6747-4163
ピアンカ	小阪1-1-14	06-6788-6833
本場のさめきうどん 徹麵	小阪1-3-14	06-6753-7248
やよい軒 小阪店	小阪1-8-15	06-6618-8151
ミスタードーナツ 小阪ショッパ	小阪1-8-41	06-6785-2529
なか卯 河内小阪駅前店	小阪1-8-41	06-6618-8686
ケンタッキーフライドチキン 近鉄河内小阪店	小阪1-8-8	06-6730-6023
ローソン 東大阪小阪一丁目店	小阪1-14-26	06-6784-6122
あるとれたんと	小阪2-13-18	06-6788-0788
グー dining	小阪2-15-22	06-4308-3131
モスバーガー 八戸ノ里店	小阪2-18-17	06-6789-5775
ロイヤルホスト 八戸ノ里店	小阪2-19-15	06-6782-6241
葉山珈琲 八戸ノ里駅前店	小阪2-19-8	06-6782-1663
鳴門屋製パン(株)八戸ノ里店	小阪3-2-24	06-6782-0732
食事処 助六	小阪3-3-15 ウエストテール21	06-6788-4763
フランクス	小阪本町1-1-18	06-6724-6462
おむすびCafe Panino-ni	小阪本町1-1-32大一ビル1F	06-6723-6721
お惣菜のゆもと	小阪本町1-3-10 小阪本町第2ビル	06-6720-5907
ファミリーマート 近鉄河内小阪駅南口店	小阪本町1-4-1	06-6736-6105
手作りのおかず屋さん	小阪本町1-4-18	06-6727-8386
福寿司	小阪本町1-4-20	06-6721-0573
mandai 小阪店	小阪本町1-5-2	06-6721-2181
創作麺 家庭料理 花味亭	小阪本町1-7-23コボラス小阪1F	06-4307-1187
ガイド・フランス小阪店	小阪本町1-7-6	06-6721-1455
手打うどん・そばの御用	小若江1-4-1	06-6723-1146

西地区

店舗名	住所	電話番号
麺や清流	小若江1-4-3	06-6726-1123
麺屋こころ 長瀬店	小若江1-5-2	06-4307-5301
ローソン小若江二丁目店	小若江2-16-2	06-6729-7035
マンサクラーメン	小若江2-2-5	06-6720-5536
近畿大学内 KUDAS GREEN CAFE	小若江3-4-1	06-6721-2562
近畿大学英語村内 イキブカ	小若江3-4-1	06-6721-2562
近畿大学本館地下食堂内 A-カレー	小若江3-4-1	06-6721-6776
喫茶サンセットイン	小若江3-5-9	06-6724-6770
ランチテラス やくも	小若江3-6-13	06-6724-0836
お好み焼 てらまえ	小若江4-12-24	06-6725-3271
北斗星	小若江1-14-20	06-6721-8034
ほっともっと 東大阪渋川店	渋川町3-5-24	06-6730-6130
mandai 渋川店	渋川町3-9-25	06-6723-3855
セブンイレブン 近鉄河内小阪駅南店	下小阪1-1-39	06-6722-7411
ヌーボ	下小阪1-5-23	06-6723-7013
カフェ・ド・クリエ HOS小阪店	下小阪2-12-13	06-6772-1771
ルジャンドル 本店	下小阪2-14-10	06-6723-2562
カフェテリア 榎の木	下小阪4-2-22	06-6732-0808
アップルカフェ ヴェルディ八戸ノ里	下小阪4-7-36 ヴェルディ八戸ノ里内	06-6727-0030
ほっかほっか亭 八戸ノ里駅前店	下小阪5-1-21	06-6730-9510
ライフコーポレーション 八戸ノ里店	下小阪5-2-2	06-6726-3061
喫茶 薔薇	下小阪5-4-20	06-6722-1864
肉の森田屋 八戸ノ里店	下小阪5-6-5	06-6725-7272
ピストロ プルミエ	下小阪5-6-7	06-6727-2123
ローソン 東大阪俊徳町五丁目店	俊徳町5-8-12	06-6720-0071
喫茶 花	新上小阪11-2	06-6726-3031
モスバーガー 近畿大学店	新上小阪5-86	06-6736-6558
ライフコーポレーション 太平寺店	太平寺2-10-19	06-6720-0300
ほっかほっか亭太平寺店	太平寺2-10-25	06-6730-6501
銀 寿 司	太平寺2-4-4	06-6728-3213
八剣伝 高井田駅前店	高井田28-11がイ北1F	06-6783-5689
ほっかほっか亭 高井田駅前店	高井田28-21	06-6784-8607
にぎり寿司 生吉 高井田店	高井田中1-8-30 アソット-永和102号	06-6618-5568
ローソン 東大阪高井田中五丁目店	高井田中5-4-3	06-6785-3963
キャロット	高井田西3-5-1	06-4967-8081
ひのきの森 by BMD	高井田西4-1-7	06-6618-4188
ライフコーポレーション 高井田店	高井田西6-1-1	06-6784-7481
赤とんぼ	高井田元町1-2-16	06-6781-2035
ローソン 東大阪高井田元町店	高井田元町2-2-17	06-6782-2232

店舗名	住所	電話番号
あぶり家	高井田元町2-9-16 SKSt #101号	
宝宝	高井田元町2-9-7	06-6788-7968
洋食 キッチン 基(MOTO)	長栄寺2-23	06-6787-1237
プラス	長栄寺4-5ストーク三津屋1F	06-6784-9244
季菜ちえ蔵	長栄寺6-11	06-6785-0757
すし富	長堂1-10-1	06-6781-4629
油	長堂1-10-3	090-2297-6955
モスバーガー 近鉄布施店	長堂1-1-1	06-6785-3720
セブンイレブン 長堂1丁目店	長堂1-11-29	06-6782-7511
伊藤ハム	長堂1-1-1 近鉄百貨店東大阪店内	06-6783-1111
富惣 東大阪店	長堂1-1-1 近鉄百貨店東大阪店内	06-6783-1111
大寅	長堂1-1-1 近鉄百貨店東大阪店内	06-6783-1111
杵屋	長堂1-1-1 近鉄百貨店東大阪店内	06-6783-1111
551 蓬莱	長堂1-1-1 近鉄百貨店東大阪店内	06-6783-1111
RF1	長堂1-1-1 近鉄百貨店東大阪店内	06-6788-2638
北慶(株)	長堂1-1-1 近鉄百貨店東大阪店内	06-6783-1111
ガイド・フランス 布施店	長堂1-1-33	06-6618-8320
(株)近商ストア 布施店	長堂1-1-33ロビー内	06-6783-6673
日本マクドナルド(株) 布施近商店	長堂1-1-33ロビー内	06-6785-2567
鳥づくし	長堂1-2-4	06-6618-9439
カフェ・ド・ルワンジュ布施店	長堂1-3-3	06-6783-7677
旬リオ喫茶店	長堂1-3-6	06-6781-0923
ローソン近鉄布施駅北店	長堂1-6-24	06-6784-8180
喫茶モア	長堂1-8-2	06-6785-6080
イオン 布施駅前店	長堂1-8-37	06-6785-6555
レストラン ピアジョリー	長堂1-8-37イオン布施駅前店4F	06-6788-5545
A-カンジ 布施駅前店	長堂1-8-37イオン布施駅前店B1F	06-6789-3091
Cafe&Bakery サントノーレ	長堂1-9-26	06-6789-7255
大福	長堂2-4-2	06-6781-3447
That's PIZZA	長堂1-19-2	06-4309-8268
Pase Pase	長堂1-20-5	06-6782-2702
にぎり寿司 生吉	長堂1-21-18	06-6785-7745
ローソン 東大阪寺前町一丁目店	寺前町1-4-8	06-6722-6369
たけバ	徳庵本町1-14	06-6745-6280
八剣伝 徳庵駅前店	徳庵本町2-12	06-6745-1230
中華料理 鶴宴	徳庵本町4-7	06-6747-1009
八剣伝 弥刀駅前店	友井3-1-19	06-6725-1966
小林精肉店	中小阪1-1-1	06-6721-4160
たまごのちから	中小阪2-13-8	06-6722-1010

西地区

店舗名	住所	電話番号
居酒屋 HIYOKOYA UEDA	中小阪2-17-14	06-6724-9090
mandai 中小阪店	中小阪3-17-14	06-6722-3901
Cafe Arena	中小阪4-7-60	06-6726-1995
手作りおやつ工房ヒヨコ	中小阪5-7-15	06-6720-0010
ルタンティール	長瀬町1-8-30	06-4307-6561
和公	長田2-19-16	06-6781-0800
ほっかほっか亭 長田東店	長田3-4-39	06-6784-8644
ローソン長田駅西店	長田中1-4-35	06-6618-5808
ミスタードーナツ第1867号 フレスポ長田ショップ	長田中2-5-23	06-6745-1072
ライフコーポレーション 東大阪長田店	長田中2-5-23	06-6746-1110
ローソン 東大阪フレスポ長田駅前店	長田中2-5-23	06-6745-5370
ほっかほっか亭 長田駅前店	長田中3-1-4	06-6748-4522
日本マクドナルド(株) 中央大通り長田店	長田西1-4-25	06-6787-4633
ケンタッキー・フライド・チキン 長田中央大通店	長田西1-5-31	06-6785-2333
極楽湯 東大阪店	長田西3-5-17	06-4309-1126
七輪焼とり 鶏ちゃん	長田西4-3-19	06-6224-4555
ローソン 東大阪長田西六丁目店	長田西6-5-26	06-6746-9819
ルジャンドル 長田店	長田東1-2-8	06-4308-2004
居心伝長田店	長田東2-1-35	06-6746-6916
なか卯 長田東店	長田東2-1-35	06-6748-1417
社会福祉法人鴻池福祉会 Win-Win	長田東3-5-19	06-6743-1100
ローソン 東大阪長田東四丁目店	長田東4-1-46	06-6744-0086
ローソン 東大阪長田東五丁目店	長田東5-2-13	06-6746-6300
ローソン東大阪西堤一丁目店	西堤1-13-7	06-6782-0780
リンガーハット 東大阪西堤店	西堤2-3-10	06-6785-2280
喫茶&スナック カトレア	西堤学園町1-5-5	06-6789-6305
饅頭屋	西堤学園町1-6-3	06-6783-6882
お食事・居酒屋 ばらえ亭	西堤学園町1-6-6	090-3706-2214
山都飯店	西堤本通西1-3-29	06-6789-6406
五合てん	西堤本通西1-8-27	06-6787-0607
お好み焼 ねぼっ	西堤本通東3-1-24	06-6788-0855
オリジン弁当 西堤本通り店	西堤本通東2-4-2	06-6618-8133
八剣伝長瀬駅前店	菱屋西1-19-23	06-6720-2601
Garden café oasis	菱屋西3-4-13	06-6224-1151
浪速そば	菱屋西5-11-32 万葉ハイツ1階	06-6781-7823
自然菜食 りんどう	菱屋西5-12-23	06-6783-1222
株式会社U&S 業務スーパーTAKENOKO	宝持3-1-5	06-6730-7008
タカラ	宝持1-9-28池田病院内	06-6721-0151
会席仕出し まるそう	宝持4-5-13	06-6721-0608

店舗名	住所	電話番号
ローソン 東大阪御厨六丁目店	御厨6-2-1	06-6784-9116
はなまるうどん 東大阪御厨店	御厨6-2-7	06-6787-1870
Max Valu 小阪店	御厨栄町1-6-6	06-6618-7700
かつらぎ食堂	御厨栄町1-7-28	06-6781-7126
ローソン東大阪御厨栄町店	御厨栄町2-17-9	06-6789-1288
楽しい酒と味の店 中津江	御厨栄町2-9-31E&Mツ小阪102	06-6787-7080
mandai 御厨店	御厨栄町3-2-28	06-6785-5601
栄鮨	御厨栄町2-9-3	06-6781-1911
cafe 草の葉	御厨中1-1-22	06-6788-8810
なか卯 八戸ノ里店	御厨中2-5-4	06-6618-5503
喫茶アーバン	御厨東1-9-55	06-6784-7077
風の街 八戸ノ里店	御厨南1-1-25	06-6788-6606
ミツヤ鮨	御厨南1-3-17	06-6782-3480
惣菜弁当 とうない	御厨南2-1-25	06-6788-0559
まちライブラリーカフェ	御厨南2-3-4 東大阪市文化創造館1F	06-6618-1008
yu-jin café	御厨南3-1-1	090-6245-8648
にしむらや	御厨南3-1-13	
喫茶 ハーモニー	御厨南3-1-18	06-6787-3733
mandai 森河内店	森河内西1-7-30	06-6785-1122
浦西精肉店	森河内東1-12-12	06-6782-5836
大寿庵	森河内東1-19-3	06-6781-8149

栄養成分表示を確認して、自分に合った食事を選ぼう！

健康に気がついている人や糖尿病や高血圧などの生活習慣病が気になる人にとって「栄養成分表示」は大切な情報です。

栄養成分表示の店では「プレート」と「栄養成分表示」が掲示されています。

▼プレート



▼栄養成分表示の例

メニュー	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
きつねうどん	417	13.6	7.7	66.9	4.3
モートスバグチャイ	519	21.1	14.9	65.1	3.0
お好み焼き	412	20.2	18.2	38.7	2.0
野菜炒め	534	18.3	14.6	80.5	4.4
卵焼き	487	34.0	3.6	76.5	3.3

- ・エネルギー
- ・たんぱく質
- ・脂質
- ・炭水化物
- ・食塩相当量

【自分に必要なエネルギー量をチェック！】

性別、年齢、体格、身体活動量などによって、必要量は異なります。摂取量が自分に合っているかどうかは体重やBMIの変化で確認できます。

(参考)1食に必要なエネルギー量の目安(kcal)

年齢(歳)	男性	女性
18~29	880	670
30~49	900	680
50~64	870	650
65~74	800	610
75~	700	550

※日本人の食事摂取基準(2020年版)を基に算出
身体活動レベルII(ふつう)の場合

BMI(体格指数)の計算方法

$$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$$

年齢(歳)	目標とするBMIの範囲
18~49	18.5~24.9
50~64	20.0~24.9
65~74	21.5~24.9
75~	21.5~24.9

(参照)日本人の食事摂取基準(2020年版)

【食塩の摂りすぎ注意】

食塩の摂りすぎは高血圧など生活習慣病の原因のひとつです。食塩の1日の目標量は男性7.5g未満、女性6.5g未満です。麺類の汁を残す、かけしょうゆをいつもの半分にするなど、できることから始めましょう。

【主食・主菜・副菜をそろえよう】

主食・主菜・副菜をそろえた食事が栄養バランスのよい食事です。特に野菜料理などの副菜は不足しがちです。野菜を使った料理を選んだり、付け合わせの野菜などを残さず食べるようにしましょう。



主食

ごはん
パン
麺
いもなど

主菜

肉・魚
・卵・大豆製品
を使った料理

副菜

野菜・きのこ
・海藻類
を使った料理

野菜たっぷりマークを探してみよう！

このマークのメニューは
1人分120g以上、
単品メニュー70g以上
野菜を使用しています



飲食店等の事業者の方へ 「栄養成分表示の店」を募集しています！

あなたのお店も「栄養成分表示の店」になりませんか？市ウェブサイトやリーフレット等でご紹介しています。詳しくは、表紙のQRから市ウェブサイトをご確認ください。
東大阪市保健所

○電話(受付時間:平日9:00~17:30)

東保健センター 072(982)2603 中保健センター 072(965)6411

○F-mail: eivou-daishoku@city.hiashiokusaka.la.jp(右のQRからメール作成できます。)

