

登録証

こちらの登録証が目印です。



健康メニュー

menu

「1食分あたりの基準」をいずれか1つ以上満たすメニューの提供

● 食塩ひかえめメニュー



食塩相当量 3.0g 以下

● エネルギーひかえめメニュー



エネルギー 650kcal 以下

● 野菜たっぷりメニュー



野菜量 120g 以上

● バランスメニュー



- 主食、主菜、副菜が揃っている
- 食塩相当量 3.5g 以下
- 野菜量 100g 以上
- エネルギー 500～700kcal 程度



すべての登録店は
こちらから

まえばし健康づくり協力店

検索

楽しく! 美味しく! 健康に!

～お店からひとこと～

farmers café minttan の下境さん

サラダのドレッシングは、食塩ひかえめにしたいお客様に調節していただけるよう別の容器で提供も可能です。また、食べやすいように肉料理等のカットの大きさも対応させていただきますのでお声かけください。

そば処 はせ川の長谷川さん

エネルギーをひかえめにしたい方、主食（ごはん、めん類等）を食べきれないお客様は少なめにとお気軽にお声かけください。

【問い合わせ先】

前橋市健康部保健所 健康増進課 食育推進係
前橋市朝日町3-36-17（前橋市保健センター内）
TEL：027-220-5783 FAX：027-223-8849
メール：kenkouzousin@city.maebashi.gunma.jp

まえばし

健康づくり協力店

MAP



健康に気づかいながらお店の味を楽しみたい人のリクエストに応じてくれる飲食店をご紹介します。

まえばし健康づくり協力店とは

健康メニューや健康サービスに主体的に取り組む、市民が適切な食生活を実践できるよう健康づくりの応援をするお店です。

健康サービス

service

下記の健康サービスを1つ以上提供

食塩ひかえめ

- ★ドレッシングやソースが別添え
- ★減塩調味料を使用
- ★だしなどで汁を薄くできる
- ★塩抜き、塩ひかえめ

節塩

エネルギーひかえめ

- ★主食（ごはん、パン、めん類）の量が調節できる
- ★ノンオイルドレッシングが選べる

野菜たっぷり

- ★野菜のおかわりができる
- ★野菜の量が増やせる

食べやすさ

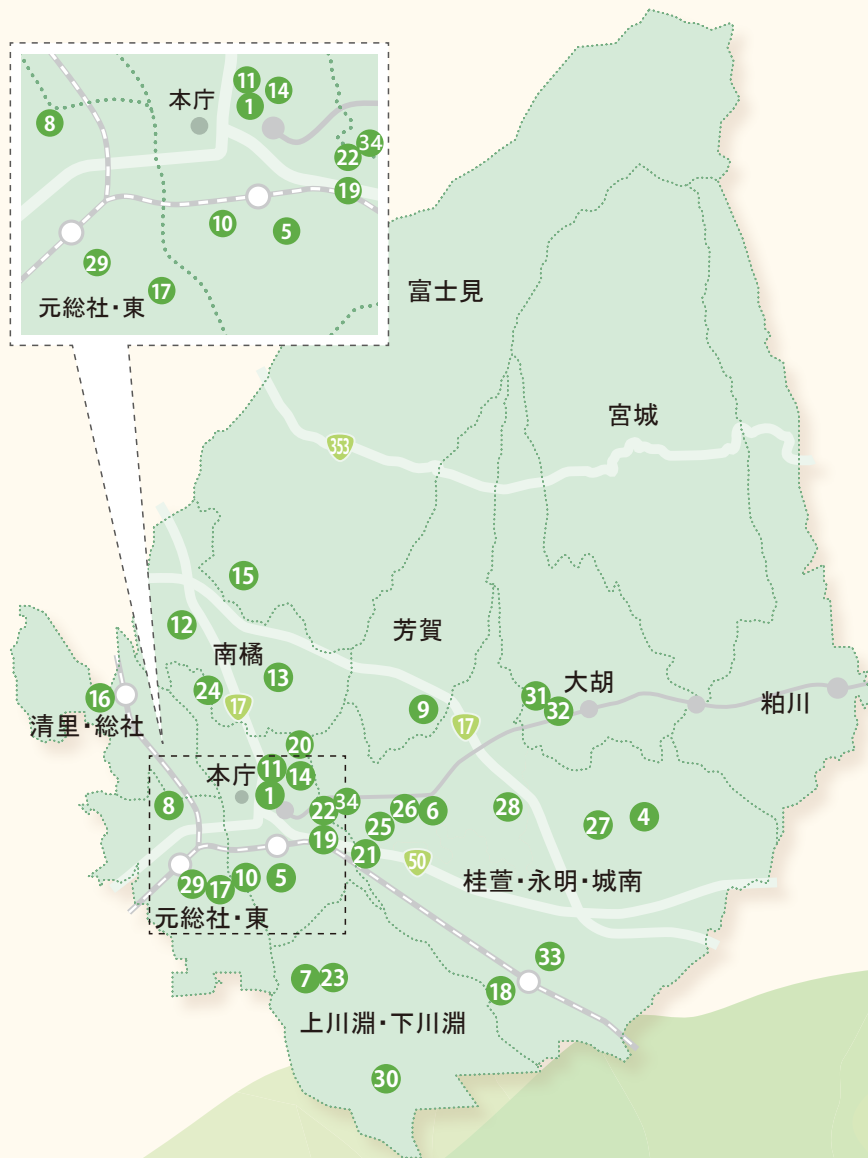
- ★通常より柔らかく煮る
- ★小さく切る

まえばし
健康づくり協力店

MAP

健康づくり協力店をご紹介します！

健康サービス 凡例



まえばし健康づくり協力店舗一覧

店舗名	サービス				メニュー
	食塩	エネルギー	野菜	食べやすさ	
① パーラー・レストラン モモヤ		●			●
④ 蕎麦仙人	●	●		●	●
⑤ 久田屋 そば店					●
⑥ 市場食堂	●	●		●	●
⑦ 前橋工科大学生活協同組合 食堂部		●			
⑧ そばひろ	●	●		●	●
⑨ ととや	●	●		●	
⑩ 料理倶楽部 紫	●	●		●	●
⑪ 創業カフェ・ムーちゃん	●	●		●	●
⑫ mamama café	●	●		●	●
⑬ THA HAPPY CURRY		●			●
⑭ とんかつ 大野屋		●		●	
⑮ Rabulan Café			●	●	
⑯ 東郷庵 高井店	●	●		●	
⑰ GGC 前橋小相木店		●		●	
⑱ GGC 前橋駒形店		●			
⑲ EGG MARTIN	●	●		●	
⑳ ギーモカフェ		●		●	
㉑ 海鮮料理よつや	●	●	●	●	
㉒ 麺や たんきち	●	●		●	
㉓ 和風レストラン竹の子	●			●	
㉔ 坦々麺専門店 たんざめぼう	●	●		●	
㉕ しもだや	●	●		●	
㉖ そば処 はせ川	●	●		●	
㉗ BOKEH CAFÉ	●	●		●	
㉘ farmers café minttan	●	●		●	●
㉙ ダイニングバーいか焼き剣々	●	●		●	
㉚ ぎょうざの満州 前橋南モール店		●			●
㉛ faro blanco café	●	●		●	
㉜ カフェ&ダイニング こころも	●	●		●	●
㉝ 木下商店	●	●		●	●
㉞ ぼんくらcafe	●	●		●	