

—きょうと 健康 おもてなし—

# 食の健康づくり 応援店

## ガイドブック (乙訓・山城北・山城南エリア)



「野菜たっぷり」「塩分ひかえめ」メニューの提供、「エネルギー表示」「食物アレルギー表示」がされているなど、みなさんの健康づくりを応援するお店を「食の健康づくり応援店」として認定しています。

ご自身の健康づくりやお店選びにぜひご活用ください♪



他の地域、登録店の詳細は京都府ホームページをご覧ください。

- 野菜たっぷりメニューがあります
  - 塩分ひかえめメニューがあります
  - エネルギー表示メニューがあります
  - 食物アレルギー(特定原材料)を表示しています
- 乙訓保健所   
 山城北保健所   
 山城南保健所

**中国料理 麒麟園**  
☎ 075-933-1370

落ち着いたテーブル席、掘りごたつ式の円卓、約80名様まで宴会ご利用頂けます。

住所：向日市寺戸町東田中瀬5-54  
定休日：火曜日  
営業時間：11:00～14:00、16:30～23:00

**ラーメンさっちゃん**  
☎ 075-933-1724

ラーメンと丼物他定食各種。ラーメンはあっさり系で油ぎったスープと違っておいしい!

住所：向日市鶏冠井町草田32-17  
定休日：毎週日曜日、第一・第三月曜日の午前中  
営業時間：11:00～14:00、17:00～20:00

**京鳴海 篁庵**  
☎ 075-934-3637

地産地消等のお菓子を1つ1つ手作りして頑張ってます。

住所：向日市寺戸町殿長28-1  
定休日：木曜日 営業時間：9:00～18:00

**済公亭**  
☎ 075-956-3450

中国北部の本物の鶏の唐揚げ(炸鶏)を提供

住所：長岡京市開田1-21-22  
定休日：毎週月曜日、第一・第三日曜日  
営業時間：11:30～14:00、17:30～19:30

**喜久春**  
☎ 075-955-8016

特産たけのこを使った「竹の子最中」がおすすめです。

住所：長岡京市長岡2-28-40  
定休日：木曜日 営業時間：9:00～18:00

**Tumiki~natural café~**  
☎ 075-754-6670

食に悩む人も そうでない人も みんなが集い同じものを食べられる店

住所：長岡京市井ノ内小西46-1  
定休日：月曜日 営業時間：9:30～15:00

**八剣伝 小倉店**  
☎ 0774-28-4438

炭で焼く本格炭火焼き鳥店。国産鳥を使った焼き物や揚げ物、逸品料理等を取り揃えています。

住所：宇治市小倉町老ノ木25  
定休日：月曜日 営業時間：17:00～26:00(Lo25:30)

**(株)典座 京都文教大学 学生食堂**  
☎ 0774-20-8911

開放的な雰囲気のある学食。安くてもおいしいランチが人気です。

住所：宇治市槇島町千足80番地  
定休日：土・日曜日 営業時間：10:30～14:00

**ワタミの宅食 京都宇治営業所**  
☎ 0120-321-510 (受付センター)

バランスのとれた日替わりのおいしいお食事をご自宅までお届けします。

住所：宇治市槇島町一ノ坪9 定休日：12/31～1/3  
営業時間：10:00～17:00※お届け時間の指定不可

**(株)都給食** 京都府宇治総合庁舎食堂

☎ 0774-53-6001




地域の皆様にも開放されている食堂です。ぜひお気軽にお越しください！

住所：宇治市宇治若森7の6  
定休日：土・日・祝日・年末年始 営業時間：11:30～13:00

**季節料理と天ぷらLovA**

☎ 0774-24-5966




築90年の古民家を改装した天ぷら屋。近郊野菜中心に米油100%で揚げます。

住所：宇治市宇治吉番83  
定休日：火曜日 営業時間：11:15～15:00

**ニコニコキッチン** 宇治・伏見南店

☎ 0774-24-7272




元気で健康的な生活ができるように作成した日替わりの食事を提供しています。

住所：宇治市小倉町山際56番地山一ビル103  
定休日：なし 営業時間：9:00～17:00



**カトリのKitchen**

☎ 090-7368-1807




『まごわやさしい』をコンセプトにあなたに優しい食事とお喋りの手作りご飯プレートのお店！

住所：宇治市広野町東裏100-20  
定休日：日・月曜日  
営業時間：11:00～20:00（土曜日は15:00まで）

**まごころ弁当** 京都宇治店

☎ 0774-21-2179




宇治市、城陽市を中心にご高齢者様にお弁当を配達致します。是非、私達にお任せください！

住所：宇治市紅芥29 定休日：日曜日、1/1～1/3  
営業時間：9:00～18:00

**ライフデリ** 宇治・城陽店

☎ 0774-66-7600




700種以上の豊富なおかずを取り揃え、毎日日替りのメニューをお届けします。

住所：宇治市小倉町山際3-6  
定休日：1/1～1/3 営業時間：9:30～18:00

**京料理 辰巳屋**

☎ 0774-21-3131




創業1840年、茶処宇治にて京料理や宇治ならではのお茶を使用した料理を提供しております。

住所：宇治市宇治塔川3-7 定休日：不定休  
営業時間：11:00～14:30(LO) 17:00～19:30(LO)

**きっちん・まきしま**

☎ 0774-20-8060




障害のある方と一緒に火～金、日替り弁当を作って個配しています。

住所：宇治市槇島町石橋13番地6  
定休日：土・日・月・祝日・祝日明け  
営業時間：配達 10:30～12:30（注文 8:30～17:00）

**炭焼き肉と京の野菜Nico**

☎ 0774-23-1116




宇治の野菜と炭焼きステーキが楽しめるお店

住所：宇治市宇治吉番59-1  
定休日：不定休 営業時間：8:00～21:30(Lo21:00)

**洋菓子のお店Lumiere**

☎ 0774-39-4709




地元の食材などを使いながら、美味しく優しいお菓子作りを目指しています。

住所：宇治市小倉町南浦30-103  
定休日：火曜日、第1,3,5月曜日 営業時間：10:30～20:00

**tomarico**

☎ 0774-39-7476




無添加自然派イタリアン。有機野菜や魚、肉は全て厳選食材を使用しています。

住所：宇治市寛道車田1 定休日：水曜日、第2,4火曜日  
営業時間：11:30～14:30(Lo13:30)18:00～21:30(Lo20:30)



**カフェさびゆいえ**

☎ 0774-23-0338




「さびゆいえ」はフランス語で「寄り添う」。人と人の心が通い合う場所でありたい。

住所：宇治市宇治蔭山9-11 定休日：土・日・祝日  
営業時間：10:00～15:00（ランチ11:00～14:00）

**ヨシケイ京都城陽営業所**

京都本社 フリーダイヤル ☎ 0120-20-4931




手軽な冷凍弁当、栄養士が考えた手作り用ミールキットまで幅広く取り扱っています。

住所：城陽市長池里開52番地  
定休日：土・日・祝日 営業時間：9:00～17:00

**チェリー**

☎ 0774-56-6008




城陽市産のイチジクやウメを使ったお菓子はじめ、様々な焼き菓子を販売しています。

住所：城陽市寺田水渡坂15-186  
定休日：日・祝・年末年始 営業時間：11:00～18:00

**創作基地きままにおいでよ**

☎ 0774-56-8505




オーナーがセルフリノベーションした、昭和の家庭的創作料理店

住所：城陽市寺田東ノ口17-170  
定休日：日・祝日  
営業時間：11:30～14:00(Lo13:30) 18:00～22:00(1日1組限定貸切)

**京料理 十両**

☎ 0774-52-2281




本格的でありながら気軽に楽しめる完全予約制の京料理店

住所：城陽市寺田樋尻48-28 定休日：月曜日  
営業時間：ランチ12:00～14:00 会席12:00～15:00 夜18:00～21:00

**京都八百忠**

☎ 0774-52-2721




人生の節目の大切な日。何かの時の八百忠。真心込めておもてなしさせていただきます。

住所：城陽市平川山道112 定休日：水曜日  
営業時間：11:30～14:30、17:30～21:00

**ごはんや永楽**

☎ 0774-79-0080




京都八百忠プロデュース。こだわりの漬け込み焼き魚・鶏料理と釜炊き込みごはん。

住所：城陽市平川山道112  
定休日：水曜日 営業時間：11:30～14:00

**すし仕出し もち月**

☎ 0774-52-0313




季節の食材を生かした料理を堪能できる、地元へ愛された料理店

住所：城陽市奈島フケ69-1 定休日：不定休  
営業時間：11:00～22:00（予約のみ営業）

**キャロット 三恵フードサービス株式会社**  
京都きづ川病院本館  
☎ 0774-55-2800



京都きづ川病院内のレストランです。毎日2種類の日替わり定食でのランチ営業となります。

住所：城陽市西六反26 定休日：日・祝日  
営業時間：11:00～15:00(Lo14:30)※12:00～12:30は職員のみ

**ぷちぽんとKitchen+farm**

☎ 0774-56-7881



自家農園の新鮮なお野菜がしっかりとれるヘルシーメニューをご提供しています。

住所：城陽市富野東田部69番地1  
定休日：日・月・祝日・第3土曜日  
(第3土曜日以外の土曜日はお弁当店頭販売のみの営業)  
営業時間：11:00～15:00 (ランチLo13:30/喫茶Lo14:00)

**株式会社ローソン**



京都府内のローソン全店舗で「エネルギー表示」を実施しています。

**八幡家**

☎ 075-983-7789



地元の野菜をふんだんに使用したおばんざいビュッフェ

住所：八幡市上津屋里垣内56-1  
定休日：月曜日、最終火曜日(祝日の場合は翌日)  
営業時間：11:00～15:30 夜間は相談

**ワタミの宅食**

京都京田辺営業所

☎ 0120-321-510 (受付センター)



バランスのとれた日替わりのおいしいお食事をご自宅までお届けします。

住所：京田辺市興戸町田48 定休日：12/31～1/3  
営業時間：10:00～17:00※お届け時間の指定不可

**OKUDO-YA Kyoto**

☎ 0774-26-1868



電炊きご飯とこだわりランチをお楽しみください。

住所：京田辺市三山木中央6丁目5番地8  
定休日：土・日・月・祝  
営業時間：11:30～15:30 (ランチLo14:00)

**Ravigote**

☎ 070-6632-0315



新鮮野菜のサラダボウルとスムージーのお店です。

住所：京田辺市興戸小モ詰73  
定休日：水曜日 営業時間：10:00～15:00

**ミスタードーナツ**

イオンモール久御山

☎ 075-633-5355



おいしいドーナツと淹れたてのコーヒーでほっとひと息しませんか？

住所：久御山町森南大内156の1イオンモール久御山2階  
定休日：なし 営業時間：10:00～21:00

**京料理 佐山 うを梅**

☎ 0774-44-4564



京都久御山の料理屋です。楽々の椅子席で各種ご宴会・会合・法事にご利用ください。

住所：久御山町佐山双置1 定休日：水曜日  
営業時間：11:30～14:00, 17:00～21:00 (予約制)



**銘木カフェ SHIKI**

☎ 0774-82-2025



井手町の特産品たけのこを使ったランチとこだわりの食材で作ったカフェメニューもあります。

住所：綴喜郡井手町井手柏原37番地  
定休日：日・月・祝  
営業時間：火・水・木 8:30～17:00 金・土 11:00～17:00

**貝納頌 (パインソツ)**

☎ 0774-80-5423

✉ painosso0411@gmail.com



月一、井手町の銘木カフェSHIKIにてアジアンWEEKで営業しています。

※営業場所、営業日、営業時間はInstagramでご確認ください。

**かもめの台所**

☎ 0774-66-1895



お料理を竹の器に入れて提供。竹林整備をしている団体です。

住所：木津川市南加茂台4-15-6  
営業日：カフェ 月・水・金 / ランチ 木曜のみ  
営業時間：カフェ 9:00～16:00 / ランチ 11:30～14:00

**毎食カフェあいはうす鹿背山**

☎ 0774-73-1414



料理コンセプトは毎日安心して食べられる手作り健康ごはん 広々駐車場完備

住所：木津川市鹿背山当田68  
定休日：日曜日 営業時間：10:00～16:00

**ル・パティシエヤマダ**

☎ 0774-95-0555



心のお腹も満腹にできるようなお菓子を目指し、日々努力しております♪

住所：木津川市城山台8-4-88  
定休日：水曜日 営業時間：10:00～18:30

**木津川市情報発信基地**

**キチキチカフェ理科準備室**

☎ 090-6607-9191



地元で採れた新鮮野菜を使った「本日のランチ」がおすすめです♪

住所：木津川市木津南垣外15-2  
定休日：土・日・祝日 営業時間：10:30～16:00

**ごはんとおやつ日々舎**

☎ 080-2544-4295



古民家で栄養士が作る旬野菜の身体にやさしいごはん

住所：木津川市市坂高座165 定休日：木・日・祝日  
営業時間：11:00～18:00 (Lunch L.O.14:00)

**Paint Café**

☎ 0774-72-0141



旬の野菜を中心に 月替わりのランチが人気です。旬野菜をお楽しみ下さい。

住所：木津川市木津八色77-2  
定休日：月・火曜日 営業時間：10:30～17:00

**COCONI**

☎ 0774-95-7902



お弁当やおうどん・カレーなどを販売しています。

住所：精華町大字南福八妻北尻70 定休日：土・日・祝  
営業時間：11:00～14:00 (L.O.13:30)

**こころく**

☎ 0774-95-7902



いろんな野菜がたっぷり入ったサラダが人気です。

住所：精華町祝園西1-8-1 定休日：土・日・月・祝  
営業時間：11:30～14:00 (L.O.13:30)

**ブルーランジュリー フルール**

☎ 0774-73-2929



噛めば噛むほど味がでるパンを、ぜひご賞味ください。

住所：精華町桜が丘3-14-5  
定休日：月・火曜日 営業時間：7:00～17:00

## ブレッドギャラリー 丸星堂

☎ 0774-26-3280

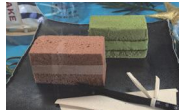


塩分・糖分は控えめで、身体に優しい材料を使用しています。

住所：精華町光台5-25-6  
定休日：火・水曜日 営業時間：6:30～18:00

## パティスリー・フルティエ

☎ 0774-95-0809



厳選素材を使用したお菓子で「とっておきの甘い幸せ」をお届けいたします！

住所：精華町祝園西1-9-46せいかガーデンシティ1階  
定休日：不定休 営業時間：9:30～19:00

## 御生菓子司ふたば

☎ 0774-29-4529 精華店



精華のふたばは、先代からの製法を受け継ぎ、皆さんを「ほっこり」させる和菓子屋です。

住所：精華町祝園西1-40-4 営業時間：9:00～18:00  
定休日：月曜日（祝日の場合は水曜日）

## コープ祝園駅 ベーカリー パンCOCCO

☎ 0774-98-3040



当店自慢の「ホテル食パン」はミミまでやわらか♪毎朝店内の石窯で焼いています！

住所：精華町祝園西1-9-46せいかガーデンシティ1階  
定休日：1/1～1/3 営業時間：9:00～21:00

## ラ・テールドール

☎ 0774-95-3357



幅広く商品を揃えています。きっとお気に入りが見つかるはずです。

住所：精華町光台7-27-11ロイヤルコート光台1階  
定休日：月・第3火曜日 営業時間：8:00～19:00

## luck Room café

☎ 0774-66-7509



小さなお店ですが、サイフォンコーヒーで、ひと息しに来て下さい。

住所：精華町祝園西1-22-5 寺島ビル1階  
定休日：火曜日 営業時間：8:00～16:00

## セレンディピティ

☎ 0774-72-7700



心穏やかに過ごせるカフェレストランです。夜の営業は予約となっております。

住所：精華町桜が丘2-4-1  
定休日：月・火曜日 営業時間：10:00～21:00

## ベーカリーカフェ ブロート

☎ 0774-94-9252



季節の野菜パン、焼き菓子、ケーキなどを販売し、各種教室も相談可能です。

住所：精華町精華台2-10-19 営業日：隔週の金・土  
営業時間：10:00～16:00（先売次第終了）

## 喫茶ころも

☎ 0774-95-3203



焼きたてパンもあります。柔らかな雰囲気のお店です♪

住所：精華町南稲八妻砂留22-1（かしのき苑）  
定休日：日・月・祝日（臨時休業あり）  
営業時間：11:00～16:00（喫茶L.O.14:30）

## 蕎麦人

☎ 0774-94-5332



十割そばで殻付きのまま挽いた玄そばと、殻を取って挽いた丸抜きから選べます。

住所：精華町光台4-45-10  
定休日：水曜日 営業時間：11:00～14:00

## オリエンタルベーカリー

☎ 0774-98-6228 京都工場販売店



食パン、菓子パン、サンドイッチ、洋菓子の他にお得なセットも取り揃えております。

住所：精華町精華台9-1-17  
定休日：年末年始休暇あり 営業時間：10:00～16:30

## ブーランジェ ヤマダ

☎ 0774-95-2008



沢山の美味しいパンで御来店をお待ちしています。

住所：精華町光台1-4-1  
定休日：火曜日 営業時間：8:00～19:00

## 花仙堂 精華店

☎ 0774-93-4377



四季折々の生菓子や焼き菓子など、多数ご用意しています。

住所：精華町精華台1-25-2  
定休日：火曜日 営業時間：9:30～18:00

## 国立国会図書館関西館カフェテリア

☎ 0774-93-4225



館内4階！定食・丼・麺類、色々あります。※原則18歳未満の方は入場できません。

住所：精華町精華台8-1-3  
定休日：日・祝日 営業時間：11:00～13:30

## おーぷんせさみ

☎ 0774-93-1969



できるだけ身体のことを考え、安全な材料でクッキー作りを続けています。

住所：精華町精華台2-10-17  
定休日：土・日・祝日 営業時間：9:00～17:30

## お菓子の工房 がとうぎやらりい

☎ 0774-73-6894



季節の素材で心温まるお菓子を丁寧に作っています。

住所：精華町桜が丘2-8-9  
定休日：火曜日 営業時間：9:30～19:00

## Shukran



InstagramのDMや公式LINEよりご予約承っております。

住所：精華町南稲八妻谷ノ池51-4  
定休日：火・水・土・日・祝 営業時間：12:00～15:30

## お昼ごはん&珈琲 ももふく



近鉄山田川駅近くのお昼ごはん屋です。一つ一つ心を込めてお作りしています。

住所：精華町山田川原3-6ベスト山田川ビル1階  
定休日：火、第1・3月曜日 営業時間：11:00～15:00

飲食店、  
弁当・惣菜店等の  
皆さまへ

府民の健康づくりを応援するお店を募集中です！  
登録基準や申込方法などの詳細はこちらをご覧ください。▶



京都府  
ホームページ