

体にやさしいごはん

温かなひととき

近畿大学のほど近く、小若江の通りに体にやさしい食事を楽しめる笑美食堂がある。店名には「笑って、体も健康で、美しく」という思いが込められているという。店を切り盛りするのは明るく

気さくな女性店主。初めて訪れる人にもやさしく声をかける温かな人柄で、店内にはどこかほっとする空気が流れている。

昼の看板メニューは、日替わりの小鉢ランチ。仕入れに合わせて献立が変わるため、その日ごとの楽しみがある。有機野菜やオーガニック食材を使った料理が7種類ほど並び、玄米ごはんとともに味わえる。体にやさしい献立は女性客を中心に人気だが、健康志向の男性が一人で訪れる姿も見られる。

夜になると雰囲気は一変し、家庭料理を楽しめるおばんざい居酒屋として営業。常連客が集い、和やかな時間が流れる。中でも人気なのが煮込みハンバーグで、じっくり煮込まれたやさしい味わいが好評だ。昼はふらりと立ち寄る人が多く、夜は常連客が集うなど、時間帯によって店の表情も変わる。季節に合わせて商品も取り入れ

るなど、日々の食卓に寄り添った工夫も見られる。体にやさしい食事と温かな雰囲気が訪れる人の笑顔を生み出している。



近鉄長瀬駅より徒歩10分

しょうびしよくどう 笑美食堂

所在地：東大阪市小若江3-7-23
TEL：080-3855-3339
営業時間：11時30分～14時
18時～22時
営業日：水曜日・金曜日
※詳しくはInstagramをご覧ください。



Vol.289 オーガニックランチ・居酒屋



本冊子をご持参いただいた方は、お任せの1品を無料で提供いたします。
2026年5月1日(金)から5月29日(金)まで