

岩手県 一関市

飲食店ガイド

ねえ、一関で何食べる？

Welcome

ICHINOSEKI
GOURMET
GUIDE



懐

かしい味から初めて出会う味、驚きの味から贅沢三味な味。

本誌のガイドは、実際にお店に行って食べておりますが、

通常のグルメ本と異なり、少しでも個人の趣味にかたよったご案内になっております。

どうぞ「へー、こんな店もあるんだ」と、一関の個性的な店をお楽しみください。

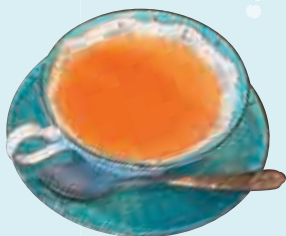


今日も
美味しい食べ物
見つけてバチリ!

SPECIAL

おいしい
お蕎麦屋さん

こんなスイーツ、
知ってる?





海ちかし、
寿司うまし！

一閑って
いったら
餅・団子よね



ICHINOSEKI GOURMET GUIDE



美味しい
洋食屋さん発見！



HERE



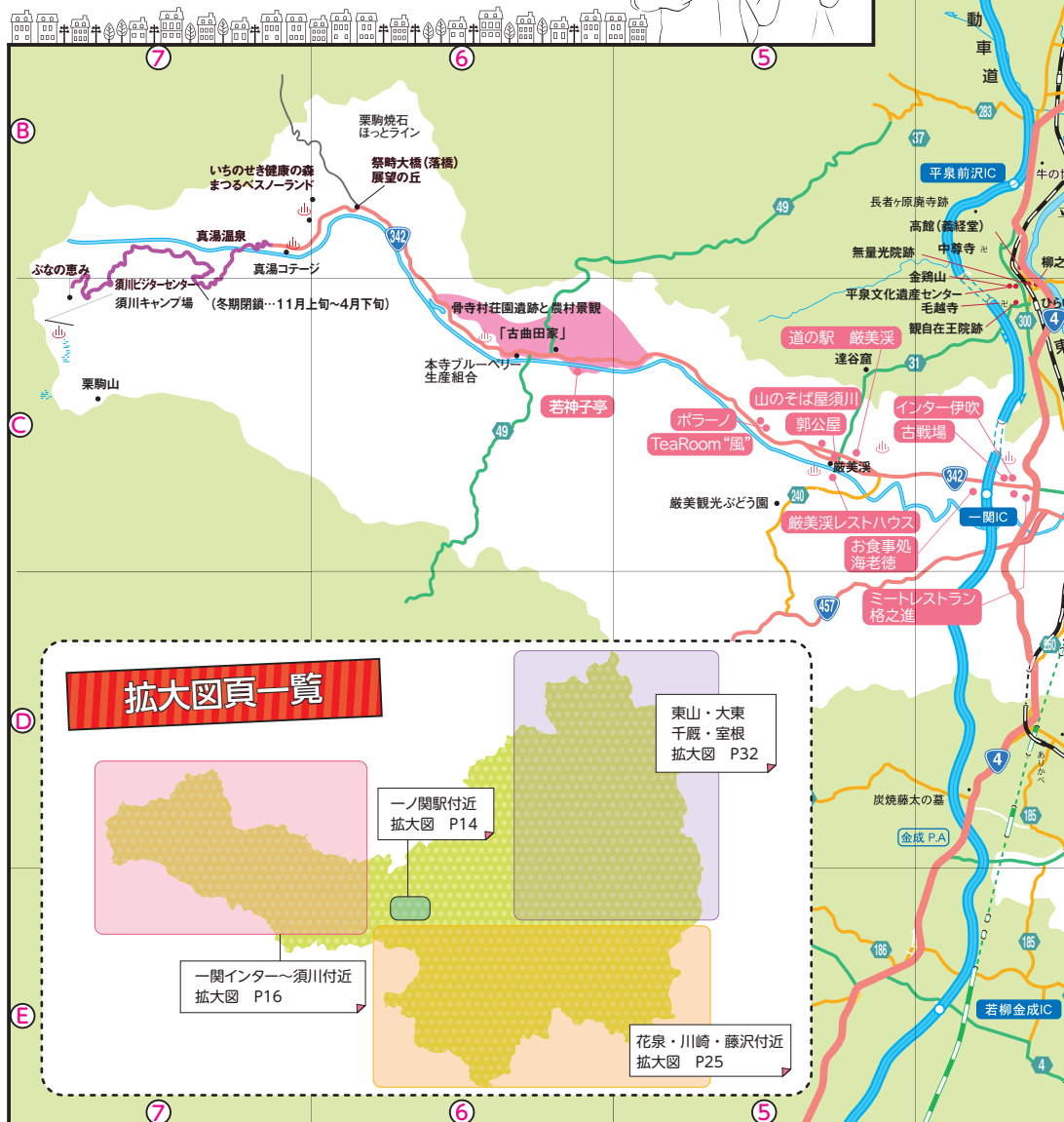
CONTENTS

4		全域マップ
6		一ノ関駅周辺
14		一ノ関駅周辺マップ
16		一関インター～須川周辺
21		川崎・花泉・藤沢周辺
25		花泉・川崎・藤沢マップ
26		東山・大東・千厩・室根周辺
32		東山・大東・千厩・室根周辺マップ
34		交通情報

一関市全域 グルメマップ

Ichinoseki Gourmet spot

Let's go
here!





Let's go!

一関駅 周辺



一関の旅の起点。東北新幹線と東北本線、大船渡線が乗り入れる南岩手の玄関口です。観光客はもちろんですが、地元の通学・通勤客も多く、岩手らしさを肌で感じます。駅前からは各地へのバスも運行しています。



昔懐かし一関駅のソウルフード

駅そばあべちう

えきそばあべちう

一関駅のホームにひっそりたたずむ昔懐かしの立ち食いそば屋さん。具沢山のてんぷらをあったかいおつゆにしずめておそばをすすると心も体もホッカホカ。



☎ 0191-23-2490

駅前 67
営業 10:00 ~ 19:00
休なし



名物ソースカツ丼が自慢の老舗

和風レストラン

松竹

わふうれすとらん しょうちく

「タレ」が染み込んだカツとその下にあるキャベツと白米が絶妙なバランスでまた食べたくなる1品。他にもうなぎはもちろん、カレーライスまでメニューがそろってます。



☎ 0191-23-3318

上大槻街 2-1
営業 11:00 ~ 19:00
休不定休



お正月じゃなくても食べる！ 一関の名物“もち料理”

一関市にはもち食の文化があり、昔ながらの伝統料理や、近代的なもち創作料理など、様々なもち料理が味わえます。正月、祭り、年中行事、冠婚葬祭などの席にも、もちは欠かせないものになっており、その際は、日本料理の本膳料理（一汁三菜）形式にあわせ、あんこもち、変わりもち、雑煮、漬物や大根おろしと、もち料理だけで作られる“もち本膳”が出されます。“もち本膳”は食べる作法も決まっており、一関市の古くからの伝統となっています。



zundamochi

ankomochi

ebimochi

colorful & cute!



一関と言えば餅、
ひと口もち膳を食すべし

■ 三彩館ふじせい

■ さんさいかんふじせい

名物「元祖ひと口もち膳」は、一関のお餅を目と舌で味わえる自慢の一品です。モダンな内装の店内では、もち膳以外にも季節の和食も楽しめます。



☎ 0191-23-4536

上大槻街 3-53

☎ 11:00 ~ 14:00、17:00 ~ 21:00 (LO 20:00) 日曜日は昼のみ 月曜日、12月日は日曜

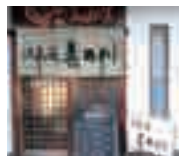


日本酒片手に美味しい手作り料理を
黒板から選ぶ……極楽です

■ 酒肴庵 喜の川

■ しゅこうあん きのかわ

お通しはカウンターの皿からお好きな料理を。居心地の良い店内で海の幸、山の幸を味わいながら、品ぞろえ豊富な東北各地の日本酒をお選びください。日本酒ファンは素通りできないお店です。



☎ 0191-26-5578

上大槻街 2-7 秀和ビル 1F
☎ 17:00 ~ 23:30 (LO 23:00)
日曜日

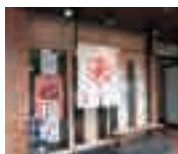


店主こだわりのラーメンとつけ麺

丸長

まるちょう

細麺にしっかりと絡みつく煮干しの香りが効いた和風出汁のスープは気づくと最後の一滴まで飲み干してしまいます。もちろんつけ麺も大人気！



☎ 0191-23-6034

上大槻街 2-34 (東横イン隣)
 曜 17:00~23:30(L.O.23:00)
 毎週日曜日



駅のすぐ横！合言葉は「よろこんで！」

庄や 一関店

しょうや いちのせきてん

新鮮な魚介類をはじめとした豊富なメニュー、お酒も各種取り揃えています。居酒屋ならではの豊富なラインナップとボリュームがうれしいランチの人気店でもあります。



☎ 0191-26-7551

字深町 28-1-1F
 曜 日曜~木曜 11:30~24:00
 (L.O.23:30)
 金・土曜 11:30~26:00
 (L.O.25:30) 毎なし



駅直結がうれしいオシャレなカフェ

カフェ・モンテ

かふえもんて

シェフが腕によりをかけて地元食材で手掛けたお料理の数々。丁寧に調理された逸品が旅人を出迎えてくれます。「いわて南牛の醤油漬け丼」は、シェフ自慢のオリジナルメニューです。



☎ 0191-26-7300

字柳町 2-5 (東口交流センター2F)
 曜 9:00~19:00(最終入店)
 毎週日曜日



駅のすぐそば オシャレなカフェでゆったり時間を…

cafe ∞

かふええいと

豊富なドリンクメニューとお得なランチや人気の生パスタ！小さなお子様連れも大歓迎、靴を脱いでゆったりくつろげます。駅のすぐそばなので電車やバスの待ち時間にいかがでしょうか。



☎ 090-5836-9856

駅前 40 1F
 曜 10:00~18:30
 日のみ 11:00~17:00
 毎火曜日



駅から2分のおしゃれなバル
創作料理が楽しめます

■ 和バル こじこじ蔵
■ わばら こじこじくら

2019年4月に誕生した
一関のニュースポット。和
食から創作料理まで幅広
いメニューを楽しめます。
一関の地酒はもちろん、
全国の日本酒も取り揃え
ているのも嬉しい。



☎ 0191-26-5171

駅前 32
■ 月曜～土曜 16:00～
23:00 日曜 14:30～22:00
● 毎週火曜日



一関で串揚げと言ったらここ！
フード・ドリンクも充実。

■ 串揚げ居酒屋らんとん
■ くしあげいざかやらんとん

衣が薄くサクサクの揚げ
たて串揚げはついもう一
本と手が伸びる美味しさ。
串揚げ以外のフードメ
ニューも充実、一関のB
級グルメ「いちのせきハラ
ミ焼き（鶏ハラミ）」も食
べられるお店です。



☎ 0191-21-5636

駅前 48
■ 17:00～24:00 位
(心が折れるまで)
● 火曜日



松尾芭蕉
奥の細道を辿って



◀「芭蕉の辻」碑

JR一ノ関駅のすぐ近くにあ
る石碑。

▼松尾芭蕉二夜庵跡

一関・平泉を訪れた芭蕉と曾良は、
磐井橋付近の金森邸に2泊したと
言われ、「二夜庵（ふたやあん）」と
呼ばれている。跡地には石碑が建て
られている。



◀迫街道一里塚・
芭蕉の道標

宮城県岩ヶ崎・迫に通じる旧街
道で、奥州街道に次ぐ賑わいを見
せた街道だった。芭蕉と曾良
が歩いたという碑が残っている。



元禄2(1689)年5月。俳聖・松尾芭蕉は、弟子の河合曾良を伴った奥の細道行脚の旅で一関を訪れました。一関で2泊し、古都平泉を訪れかの有名な「夏草や兵どもが夢の跡」「五月雨の降り残してや光堂」の2句を詠みます。一関市内には、芭蕉ゆかりの地がいたるところにあり、芭蕉ファン垂涎なのです。



牛肉を食べたくなったら
立ち寄ってみよう

牛肉割烹

あじな店 白雷也

ぎゅうにくかつぱう あじなみせ じらいや

特選牛を丁寧に手切りした
すき焼きをはじめ、平日は
定食メニューも。また、す
ったゴボウと牛肉をピリ辛に
味付け餅と絡めた「ふすべ
もち」も絶品。来店前に
電話でご確認を。



☎ 0191-23-4026

駅前 42

☎ 11:30 ~ 21:00

☎ 毎週火曜日



手打ちならではの
「コシの強さとのだ越し」

手打そば そばはな

てうちそば そばはな

北海道産のそば粉を使用した「二八手打ちそば」
はコシの強さとのだ越し
の良さがたまりません。
お蕎麦の香りとツユの塩
梅も絶妙です。濃い目の
そば湯も蕎麦好きにはう
れしいです。



☎ 0191-23-5505

駅前 42

☎ 11:00 ~ 15:00、17:30

~ 20:00 (そばが無くなり
次第終了) ☎月曜日



本格的中華料理が味わえるお店

中国料理菜咖

ちゅうごくりょうりさいか

ランチでも本格的中華料
理が味わえる人気店。お
手頃ランチからおすす
めのオリジナルチャーハ
ン、ちょっとつまめる小皿
まで豊富なメニューがそ
ろってます。



☎ 0191-23-8931

大手町 1-4

☎ 11:30 ~ 14:30、17:00

~ 21:30 ☎毎週月曜日



読書の合間にコーヒーを

Cafe Journal

かふえじやーなる

一関図書館内にある、お
洒落で落ち着いた雰囲気
のある喫茶店。扱って
いる豆は全てスペシャル
ティコーヒー。ドリンクメ
ニューが豊富で、ケーキ
やパン、軽食等も食べら
れます。



☎ 0191-21-2147

大手町 2-46 一関図書館 1 階

☎ [平日] 10:00 ~ 20:00

(L.O.19:30) [土・日・祝日]

10:00 ~ 19:00

☎月曜日 (祝日の場合 は
火曜日)、第四木曜日

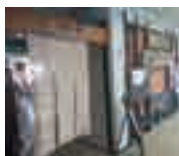


幅広いランチメニューが楽しめるお店

■ 大手門海石榴

■ おおてもんつばき

人気の日替わりランチから定食、ラーメンまで幅広いメニューを楽しめます! 地元の食材をしたこだわりの地産地消レストラン。ぜひ一度ご賞味ください。



☎ 0191-21-5887

大手町 2-16
(一関文化センター 2 階)
☎ 11:30 ~ 15:00
※ 第 3 月曜日、不定休



新鮮な海の幸を食べたい方は必見!

■ あさひ鮨 一関店

■ あさひすし いちのせきてん

三陸の新鮮な海の幸を堪能できます。四季折々の食材を使用してお寿司は絶品です。お店おすすめのお海鮮ちらしは、様々な海の幸が贅沢に詰め込まれていて、宝箱のような一品です。



☎ 0191-26-3377

大手町 3-5
☎ 火曜日～土曜日 11:00 ~ 14:00
(L.O. 13:30)、17:00 ~ 21:30
(L.O. 21:00)
日曜日 17:00 ~ 21:00 (L.O. 20:30)
※ 月曜日、月曜祝日の場合は翌日定休日

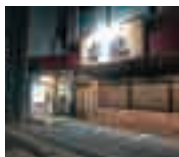


腹必須! 岩手が誇る「前沢牛」と豊富なセットメニュー

■ 焼肉 雲龍

■ やきにく うんりゅう

岩手が誇る「前沢牛」が味わえちゃう焼肉店、お得なセットメニューを追加するともう満腹満足。それでも人気の冷麺は忘れずに! ランチもやっています。



☎ 0191-23-6034

大手町 7-47
☎ 11:30 ~ 14:00、17:00 ~ 22:00
※ 月 (祝日は営業)



キラキラ輝く海の幸

■ 鮮魚・割烹 富澤

■ せんぎょ・かつぼう とみさわ

鮮魚店だからこその新鮮な海の幸をお目当てに、地元民はもちろん市外県外からも沢山のお客さんが訪れます。趣ある店内でこだわりの逸品をご堪能ください。お昼の定食もおススメです。



☎ 0191-23-2504

大町 3-46
☎ 11:30 ~ 13:45、17:00 ~ 21:00 (L.O. 20:00) ※ 水曜日 (毎週)・火曜日 (不定休) ※ お支払いはカード不可



一関市大町通りの憩いの場

みっこうさぎ (新鮮館おおまち内)

みっこうさぎ

産直「新鮮館おおまち」の一角で地元のお母さんたちが作る愛情たっぷりメニューが人気です。やさしいスープの麺類や産直ならではの野菜たっぷりカレーが名物です。



☎ 0191-31-2201

大町4-29(なのはなプラザ)

☎ 11:00 ~ 16:00

※ 第1-3日曜日、祝日



他所では味わえない特別な空間

Bar Tabula

ばー たぶら

ノスタルジックでアットホームな店内は、例えるなら「おしゃれな友達の家」。ゆったりとした空間で寛ぎながらお酒を楽しめる bar です。不定期でライブイベントも行われています。



☎ 080-1686-6843

大町 7-26

☎ 20:00 ~ 深夜

※ 不定休



創業明治17年の老舗のお蕎麦屋さん

本家直利庵

ほんけちょくりあん

喉ごしの良い蕎麦と濃いめのツユの相性が抜群！おススメは品数豊富でボリュームのある天ざるです。予約をすればわんこそばもお楽しみいただけます。



☎ 0191-23-5124

東地主町 72

☎ 11:00 ~ 18:00

※ 毎週火曜日

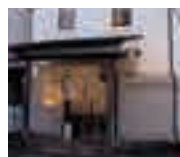


雰囲気ある蔵造りのお店、
美味しい料理と地酒を堪能ください

居酒屋こまつ

いざかやこまつ

三陸の新鮮魚介に地元食材で作られるお料理。オリジナル日本酒「こまつ」をはじめとした種類豊富な地酒は日本酒ファンも大満足です。シメには、こだわりの蕎麦もお忘れなく。



☎ 0191-23-5744

大町 6-20

☎ 17:00 ~ 22:00

(LO 21:00)

※ 日、祝日



四季を感じられるこだわりのメニュー

大福屋

だいふくや

だんご、もち、中華そば等のお品書きが豊富な甘味処。季節が変わるとメニューも変わるので、ご注意ください。女将さんこだわりのおぞう煮は、甘みのある地元の大根の収穫を待ってから。



☎ 0191-23-3566

大町 6-31

圖 9:00 ~ 売り切れ時終了
食事 11:30 ~ 16:00

※ 不定休



老舗和菓子店に併設された
お庭の綺麗な甘味屋さん

甘味処 寿梅

(菓匠 松栄堂総本店内)

かんみどころ じゅばい

「ごま摺りだんご」や「田村の梅」で馴染みの松栄堂の総本店に併設された甘味処。あんみつや季節のデザートや、抹茶と共にどうぞ。職人さんが和菓子を作っている様子も見学できます。



☎ 0191-23-5008

地主町 3-36

圖 10:00 ~ 17:30

〔店舗〕 8:30 ~ 18:00

※ 無休



新鮮な鰻を使用したお料理が美味しい♪

手作り料理の店 梅茂登

てづくりりょうりのみせ うめもと

当店で扱っている鰻は全て日本国産の活鰻。ふっくら焼いた鰻に程よい濃さの秘伝のタレが絶品。中でも、平泉伝承の秀衡塗大椀を使用した秀衡うなぎは当店自慢の一品。鰻以外のメニューも豊富。



☎ 0191-23-4900

田村町 8-8

圖 11:30 ~ 15:00 (L.O.14:00)
17:00 ~ 21:00 (L.O.20:00)

※ 不定休 (年末年始休み)

※ お支払いはカード不可



一関の二大郷土料理
「もち」と「はっと」を召し上がれ

蔵元レストラン せきのいち

くらもとれすらん せきのいち

世嬭の一酒造に併設されているレストラン。ハレの料理「もち」とケの料理「はっと」など、地元食材で作った郷土料理を味わえます。敷地内の蔵で醸造された地ビールも一緒に。



☎ 0191-21-1144

田村町 5-42

圖 11:00 ~ 14:00、

17:00 ~ 21:00 (L.O.20:00)

※ 不定休 (1~3月は火曜定休日)



コンセプトは「平泉・一関」
まるごとレストラン

KABURAYA

かぶらや

カジュアルな雰囲気の店内で地元食材にこだわった和洋食を楽しめます。一関の名物「もち」を使った人気のパフェも! ディナーは完全予約制、ご家族やお友達と楽しいひと時を過ごせます。



☎ 0191-26-3671

磐井町 2-13

☎ 11:30~14:30 (L.O.14:00)、
17:00~22:00 (前日までの予約制) ㊟ 不定休



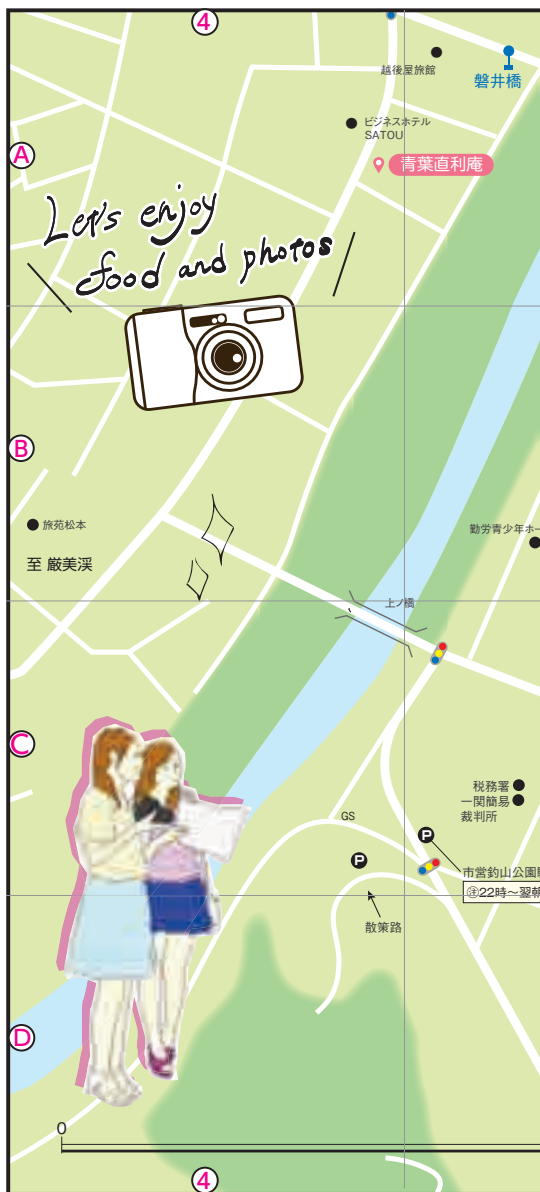
ジャズ喫茶 ベイシー



タモリさんも来るよ!

国内外のジャズファンが集うジャズ喫茶。マスター・菅原正二氏が自宅の土蔵を改装して開店したのは1970年の事。店の名前は、アメリカのジャズピアニスト、カウント・ベイシーになんてつけられ、ベイシー本人もその後来店しています。マスターこだわりのオーディオシステムからはLPレコードのジャズが大音量で流れてきます。著名人の来店も多く、サクソプレイヤー・渡辺貞夫のライブは毎年開催されます。

連絡先: 一関市地主町 7-17 ☎ 0191-23-7331



[illegible]



驚愕の太いそば！
これを食わずに一関は語れない。

■ 青葉直利庵
■ あおば ちょくりあん

いわずと知れた一関の超人気店。食べ応え抜群の名物の太くて長いそばに濃いめのツユがしっかりと絡んで、一度食べたら忘れられない味です。普通盛りでこのボリューム！！



☎ 0191-23-2291

青葉 2-9-11
■ 11:00 ~ 16:30
祝日 11:00 ~ 14:00
● 日曜日



ハンバーグ好きにはたまらない一品

■ ミートレストラン
■ 格之進
■ みーとれすとらんかくのしん

格之進こだわりの3種のハンバーグ（金格、白格、黒格）が一度に味わえるトリプルハンバーグがイチオシ。あふれ出すジュシーな肉汁と甘みのあるハンバーグの旨さに大満足。



☎ 0191-48-5329

山目字大棚 67-1
■ 11:00 ~ 15:00 (L.O. 14:30)
17:00 ~ 21:00 (L.O. 20:30)
● 不定休



豊富なランチメニューで大満足！

古戦場

こせんじょう

レディースランチ、得得ランチと味も量もボリューム満点。ランチだけでなく、単品メニューも充実。お食事終わりに大浴場でゆっくりできるのもいいですね！



☎ 0191-25-2500

赤荻字堺 78-2
 営業 10:00 ~ 20:30
 休 なし



そば？うどん？
 迷ったらどっちも食べちゃおう。

和風レストラン インター伊吹

わふうれすとらんいんたいいぶき

コシのあるおそばにのどごし抜群のうどん。創作メニューやランチをはじめとした豊富なセットメニュー、広い店内には小上がりテーブルどちらもあり、家族みんなで楽しめるお店です。



☎ 0191-25-2225

赤荻字堺 27-1
 営業 11:00 ~ 22:00
 休 水曜日



日本一の海老が食べられるお店！

お食事処 海老徳

おしよくじどころ えびとく

日本一の海老と三陸の魚介が味わえる。見た目もインパクトがあるボリューム満点海老はサクサクの衣とぷりぷりの食感で一度食べたら病みつきになります。



☎ 0191-25-6777

赤荻字堺 102-1
 営業 11:30 ~ 15:00、
 17:30 ~ 22:00 (L.O. 21:30)
 休 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

column
4

巖美溪

どの季節も
美しい...



栗駒山を水源として一関市内へと流れる磐井川の浸食によって形成された巖美溪は、巨岩、深淵、しぶきをあげる滝、急流に削られた甌穴と、変化に富んだダイナミックな景観が、約2kmにわたって続きます。迫力ある岩肌、エメラルドグリーンの水流、溪谷に彩りを添える川岸の木立。四季が織り成す美しい景色は、天然記念物・国の名勝に指定されています。



美しい溪谷を眺めながらお食事を

巖美溪レストハウス

げんぴけいれすとはうす

公園に隣接した自然度100%立地。冷麺、前沢牛、うなぎ、そば、うどん、ごはん等。



☎ 0191-29-2015

巖美町字鴻ノ巣 132

☎ 11:00 ~ 16:00

❄️ 冬期間のみ水曜日



まるでお餅のようなふっくら食感

いつくしだんご

いつくしだんご

自家製のあん、ごま、しょうゆ、くるみ、ずんだの5種類でアイスだんご、おしるこなどスイーツやコーヒー、抹茶などのメニューもあります。



☎ 0191-29-2033

巖美町字鴻ノ巣 128

☎ 9:00 ~ 16:00

❄️ 3月中旬～11月：無休

12月～3月上旬：毎週水曜日



厳美渓名物
「空飛ぶだんご」を体験しよう

■ 郭公屋
■ かっこうや

「空飛ぶだんご」で知られるかっこうだんごは、創業明治40年の老舗。お店でも食べられますが、初めての方はぜひ対岸の東屋から空飛ぶだんごを体験してみてください。



☎ 0191-29-2031

厳美町字鴻ノ巣 211
☎ 9:00 ~ 16:00
※売り切れ次第閉店
📅 12月～2月は冬季休業



ここにしかない美味しいものが勢ぞろい！

■ 道の駅 厳美渓
■ みちのえき げんびけい

ミネラル豊富な須川の水が育てた野菜がどっさり。地元産の果物や野菜を使ったポラーノのジェラート、南部一郎かぼちゃプリンはこちら限定。併設のレストランではお餅やはっとが食べられます。



☎ 0191-29-2000

厳美町字沖野々 220-1
📅 販売 9:00～18:00
(11月～3月は9:00～17:00)
📅 レストラン 10:30～16:00
📅 3月～10月は無休、
11月～2月は第3水曜日



column
5

栗駒山
(須川岳)



紅葉を見ながら
元気よく！

岩手、宮城、秋田にまたがる標高1626.5mの栗駒山は、岩手県側では須川岳と呼ばれ、中腹に広がる高原では名湯が湯けむりを上げています。毎年4月下旬～5月上旬に山開きが行われると、春から初夏にかけてはブナの新緑、夏は高山植物、秋は紅葉と、たくさんのファンがその鮮やかな風景を見るために訪れます。登山を楽しんだ後は、湯量たっぷり、効能良しの温泉に浸かり、疲れを癒すのが定番です。



手作りケーキと紅茶のお店

■ TeaRoom 風 Fu ~
 ■ ていーる-む ふう

オリジナルの紅茶、手作りケーキ、前沢牛のビーフシチュー（要予約）などで、ゆったりとした時間をお過ごしください。



☎ 0191-39-2072

厳美町字下谷地 152-11
 営業 11:00 ~ 17:00 (ランチ
 などお料理は要事前予約)
 休 毎週月・火・水曜日、
 毎月第 2・4 日曜日



須川の麓で腹ごしらえ

■ 山のそば屋 須川
 ■ やまのそばや すかわ

注文を受けてから揚げられる、サクサクジュシーな天ぶらの入ったそばが一番人気。他にもうどんや焼きおにぎり、お酒も飲めるのでレジャーや須川へ向かう道中での休憩にピッタリ。



☎ 0191-33-5588

厳美町字入道 178-4
 営業 [平日] 11:00 ~ 15:00
 [土・日・祝日] 11:00 ~ 17:00
 休 12 ~ 2 月は休業、
 須川道開通前は木曜休み



ジェラードを頬張れば季節を感じられる

■ 手づくりアイスクリームの店
 ■ ポラーノ
 ■ てづくりあいすくりーむのみせ ぼらーの

豊富な種類がそろっているアイスボックスのなかから、お好みのジェラートをお選びください。季節限定の味もあるのでチェックを!



☎ 0191-39-2272

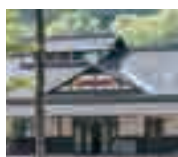
厳美町字入道 178-3
 営業 10:00 ~ 17:00
 休 無休



南部一郎かぼちゃ味の うどんを食べてみよう

■ 若神子亭
 ■ わかみこてい

一般的なかぼちゃよりも糖度の高い南部一郎かぼちゃを練りこんだうどんはしこしこして絶品。郷土料理の「はっと」にもかぼちゃ味が。その名も「黄金はっと」!



☎ 0191-33-5022

厳美町字若神子 241-2
 営業 9:00 ~ 15:00
 休 毎週火曜日、年末年始

花泉・川崎 藤沢

周辺



地元住民も足繁く通う
アットホームなお店

居酒屋 心酔

いざかや しんすい

店主が厳選したお魚やお肉を堪能できます。地元のお酒もいかがですか？一品料理のほか、定食や麺類など、メニューが豊富です。ぜひ、ご家族でもお食事が楽しめます。



☎ 0191-82-3399

花泉町花泉字地平 17-30

🕒 17:00 ~ 0:00

🚫 不定休

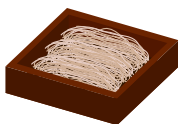


地元民が愛する大衆食堂
老いも若きもモリモリ食べる！

味処花しよく

あじどころはなしよく

メニューは幅広くどれも絶品で、何を頼んでも間違いなし。値段もリーズナブルです。また席数も多いので、大人数でもご利用頂けます。



☎ 0191-82-3132

花泉町涌津字道下 21-14

🕒 11:00 ~ 14:00、17:00

~ 21:00 🚫 毎週火曜日



蔵を改装した隠れ家

酒 BAR 羽鶴

さけばー はづる

どこか「昭和」を感じさせる店内にお客様のにぎわう声が交差する。絶品のとりの丸揚げはいかがですか？店主オリジナルのカクテルに食事すすみます。



☎ 0191-36-1455

花泉町花泉字地平 46-1

🕒 17:00 ~ CLOSE

🚫 不定休



塩釜港から直送の新鮮ネタに舌鼓を

あべか寿司

あべつとむすし

吟味されたネタを使ったお寿司と茶碗蒸しや小鉢などを日替わりで提供する「にぎり寿司セット」。丁寧に取られた出汁が香る季節料理も絶品で、夜にはお酒のつまみの一品料理も味わえます。



☎ 0191-82-2468
花泉町老松字深井沢 37-12
☎ 11:00 ~ 14:00、17:00 ~ 21:00 毎週水曜日



花を愛でたらおなかをまんぷくに！

レストランはずみ (花と泉の公園)

れすとらんはずみ (はなといずみのこうえん)

一年を通して美しい花々と触れ合うことができる「花と泉の公園」の温室にあるレストランで、名物の餅を堪能。原料のもち米は、花泉産の「こがねもち」を使用しています。



☎ 0191-82-4066
花泉町老松字下宮沢 159-1
☎ 9:00 ~ 17:00 (11月~3月は10:00 ~ 16:00)
毎週無休 (12月~2月は水曜定休)



食べ応え満点ずわい蟹ラーメン

がっつり亭

がっつりてい

道の駅の別館にある麺類とどんぶりものの種類豊富な食堂。内陸の川崎で元板前さんの作る海鮮物は絶品。ずわい蟹の他に、三陸産のわかめやあさりも載っていて食べ応え満点の一品。



☎ 0191-48-3458
川崎町薄衣字法道地 21-16
別館ふれあいほっと館内
☎ 11:00 ~ 14:00、17:00 ~ 21:00 毎週月曜日



花と泉の公園



280種 3000本の大輪のぼたんが咲き誇る東北最大級の「ぼたん園」と、東北初的大型ベゴニア鑑賞温室「れいな de ふろーれす」を中心とした、オールシーズン花と触れ合えるテーマパークです。5月初旬から早咲きのぼたんそして遅咲きの牡丹に続いてしゃくやくが楽しめます。他にも、寄せ植え作り、プリザーブドフラワー作り、門松作りなどが体験できます。ワンちゃん連れのお客様には、ドッグランも併設されています。

URL : <https://hanatoizumi.com/>



肉ってこんなに美味しいの!?
門崎熟成肉をご堪能ください

丑舎 格之進

うしや かくのしん

一関を代表する肉「いわて南牛」の旨みをたっぷり
りと熟成させた「門崎熟成肉」を、地元産のお米
や野菜と一緒に召し上が
れ! ステーキはもちろ
ん、ハンバーグやしゃぶ
しゃぶもどうぞ。



☎ 0191-48-4129

川崎町薄衣字法道地 21-16
圖 11:00~15:00 (L.O.14:30)、
17:00~21:00 (L.O.20:30)

Ⓜ 不定休



かわさき夏祭り 花火大会

「おらが自慢の
でっかい花火」



毎年 8 月 16 日の送り盆に合わせて行われます。
大迫力のスターマイン、大小約 10000 発の花火な
どが夏の終りの夜空を華やかに彩ります。特に、
上空で直径約 500m にもなる 2 尺玉は、光、音、
響きが迫力満点。打ち上げ場所が観客席から近い
ため、さらにその迫力を体感できます。



カニ好きにはたまらない濃厚スープ

食の匠レストラン

ぬくもり (道の駅かわさき内)

しょうのたくみれすとらん ぬくもり

北上川に生息するモズク
ガニで出汁を取った郷土
料理「カニばっと」。コク
のあるカニスープに大根、
ニンジン、ねぎ、そしては
とがたっぷり。



☎ 0191-36-5170

川崎町薄衣字法道地 42-3
圖 11:00 ~ 15:00

Ⓜ 無休



東磐井名物のあんかけかつ丼

お食事 喫茶

やまきち

おしょくじきさ やまきち

定食、丼、スパゲティー、
麺類など喫茶店要素も兼ね
備えたお店。薄めの衣に
甘酸っぱい餡が絡んだあん
かけかつ丼。下にひいてる
キャベツがアクセント。



☎ 0191-63-2341

藤沢町藤沢字町 110
圖 11:30 ~ 14:00、
17:00 ~ 19:30
Ⓜ 毎週日曜日



築 140 年の古民家で味わう桑うどん

■ 農家民宿 欽樂樓

■ のうかみんしゆく かんらくろう

古民家で農家民宿、フラワーガーデン、どぶろく工房を営む店主が新たな名物として提供するのが、桑パウダーを練りこんだうどん。コシの強いうどんは噛めば噛むほど桑の香りがする逸品。(要予約)



☎ 0191-63-2009

藤沢町黄海字馬ノ舟 82
●無休



大籠キリシタン 殉教公園



江戸時代の初期、藤沢町大籠にいた 300 人を超すキリシタンが殉教しました。江戸幕府の禁教令によって犠牲となったのです。この公園には、キリシタン資料館（大籠に伝わっている不況から殉教にいたる出来事、古文書や高札が展示されています）、彫刻家舟越保武氏の設計指導によるクルス館があり、大籠とキリシタンの歴史を知ることができます。

URL : <http://www12.plala.or.jp/okagocross/web/cross02.htm>



高原の景色を眺めながら優雅なランチを

■ 館ヶ森高原ホテル カフェ & ラウンジ DONGURI

■ たてがもりこうげんほてる かみえあんどらうんじどんぐり

大自然に囲まれたリゾートホテル内の店は、ランチは完全予約制。ディナーはコースメニューでどうぞ。広々とした高原を眺めながら、地元産の食材にこだわった料理を味わいましょう。



☎ 0191-63-5600

藤沢町黄海字衣井沢山 87
●平日 11:30 ~ 13:30
●土日祝日 11:30 ~ 14:00
●無休



牧場でのびのび育ったニワトリが産んだ
「昔たまご」

■ 自然食レストラン ■ ティルズ (館ヶ森アーク牧場)

■ しぜんしょくれすとらん ているず

牧場自慢の食材を使ったお料理が常時 30 種類以上並びごちそうバイキングは、土日祝日に開催。牧場産の「昔たまご」で作った極上プリンが子供たちにも大人気です。



☎ 0191-63-5100

藤沢町黄海字衣井沢山 9-15
●食事 11:30 ~ 14:00、
●喫茶 10:00 ~ 17:30
●無休





周边



■ 味処 えび松



ポリウム満点の名物「海老フライ」は一口噛むとサクサクの衣の中からプリプリの海老が！充実の定食メニューに加えて一品料理や宴会コースもある地元民に愛されるお店です。

大東町大原字川内 56

17:00 ~ 21:00

◎每週日曜日



岩幸商店

「中華そば」の暖簾をくぐると中は金物屋さん。店内を奥へ進むと昭和たどようレトロな食堂が。昔ながらのラーメンは古き良き時代を感じる一杯です。

☎ 0191-72-2280

大東町大原字一六 39

①第1、第3日曜日



ラーメンさくら家
摺沢店



人気のねぎ味噌ラーメンはトロトロのチャーシューにたっぷりの辛ねぎが奥深い味噌ダレにベストマッチする一杯。あっさり系、ヘルシー系と豊富なメニューに加えお得なセットもあります！

大東町摺沢字羽山前 3-1

時間 11:00 ~ 21:00

⑤なし



女将さんが作るかつ丼が絶品

■ 寿し政

■ すしまさ

暖簾をくぐり、店内に入ると落ち着いた雰囲気。カウンターやお座敷、テーブル席もあり、幅広い世代に好まれるお店。寿司も美味しいが、出汁のきいたかつ丼も絶品。ランチは、コーヒー付き。



☎ 0191-52-3262

千厩町千厩字北方 143



伝統の洋食からフレンチまで
地元食材で作る絶品料理

■ レストランあさひや

■ れすとらんあさひや

地の物にこだわったシェフが、本格的フレンチや親しみやすいハンバーグ、パスタやピラフなどの洋食をご提供。デザートも常に多種用意されているので、そちらも堪能できます。



☎ 0191-52-2325

千厩町千厩字宮敷 43-8

☎ 11:00～21:00(L.O.20:30)

※毎週月曜日

*祝日の場合は翌日



出汁の効いた絶品の名物鴨そば

■ そば処かも川

■ そばどころかもがわ

かも川さんの名物といえどももちろん鴨出汁を使ったお蕎麦、のど越しのよいお蕎麦と、鴨ならではの甘みとコクが効いたそばつゆが口の中一杯に広がります。蕎麦ファンにはたまらないお店です。



☎ 0191-52-4936

千厩町千厩石堂 37-31

☎ 11:00～14:00

17:00～21:00

※毎週月曜日



大東・大原 水かけ祭り



天下の奇祭といわれるこの祭りは、火防祈願、無病息災、大願成就を祈願して、厄年の男たちが裸で町の中を走り抜け、人々は走り抜ける男たち目掛けて桶の水を浴びせかけるというもの。江戸時代から続く大切なお祭りで、毎年2月11日に行われます。近年では近隣からだけでなく、全国から参加希望者が集まります。

連絡先：一関市・大東大原水かけ祭り保存会 0191-72-2282



美味しいお料理と一緒に
お酒も楽しめるお店

茗荷亭

みょうがてい

市内でも珍しいすっぽん、割烹料理が食べられるお店。夜の部だけでなく、ランチメニューも豊富で旬の魚を使った御刺身御前も絶品。手づくり卵豆腐も人気。



☎ 0191-52-2289

千厩町千厩字浦 10-1
※毎週日曜日



おいしい食事とくつろぎの時間

カフェ キャトル

かふえ きゃとる

木のぬくもりがある落ち着いた雰囲気のお店は、御一人様から少人数で気軽に立ち寄れます。イースト菌を使用した焼きたてワッフルは、もちもち食感。ほんのり苦いキャラメルとアイスとバナナの相性が抜群。



☎ 0191-48-4802

千厩町千厩字町 86-1
ランチ 11:00 ~ 14:00
ディナー ~ 20:00
(L.O.19:30) ※毎週月曜日



酒のくら 交流施設



明治・大正時代に建設された 25 棟の建物は、横屋造、佐藤家住宅として建てられ、「玉の春」という関の銘酒を製造していました。母屋、蔵、西洋館など、昭和初期までに完成し、現在もその姿を残しています。平成 15 (2003) 年に国の登録有形文化財となりました。平成 17 (2005) 年からは「一関市千厩酒のくら交流施設」として、地域の交流スペースとなり、活用しています。毎年 2 月上旬 ~ 3 月上旬には、「せんまやひなまつり」が開催され、新旧のお雛様や吊るし雛などが地域の女性たちの手で飾られます。



民家をリノベーションした
カフェ & ゲストハウス

café & Guest House kaziya

かふえあんどげすとはうさぢや

「泊まれるカフェ」がコンセプトの低価格で宿泊もできるカフェ & ゲストハウス。民家をリノベーションした店内は、アンティークな家具や地産地消の料理にこだわっています。



☎ 080-1836-0554

東山町長坂字町 43
ランチ 11:30 ~ 15:00
(L.O.14:30)
※毎週月・火曜日



名勝・狢鼻溪のほとりで美味しいお蕎麦を

■ げいびレストハウス
■ げいびれすとはうす

蕎麦の実すべてを使った蕎麦粉100%に、ワカメや山菜、生卵、さらにはお刺身まで乗せた「げいび十割そば」が名物。口の中に広がる蕎麦の風味がたまりません。



☎ 0191-47-2341

東山町長坂字町 376

☎ 11:00 ~

☎ 無休



渓谷を眺めながら名物の鮎の塩焼きを

■ お食事処 若あゆ
■ おしょくじどころ わかあゆ

二階の展望レストランで渓谷を眺めながらお食事を楽しめます。炭火でじっくり焼かれたふっくらホクホクの鮎の塩焼き、単品でももちろんいいですがお蕎麦やおかずが付く定食もおススメです。



☎ 0191-47-3366

東山町長坂字町 438

☎ 10:30~16:00

☎ 不定休



狢鼻溪



船頭さんの歌声が
岩に響くね



日本百景のひとつに数えられている狢鼻溪は、北上川の支流・砂鉄川が石灰石を浸食してできた約2kmにわたる渓谷。川岸には高さ約100mの奇岩怪岩がそびえたち、その渓谷美は国の名勝に指定されています。渓谷の間を、船頭が棹一本で巧みに船を操る舟下りは狢鼻溪の名物。四季の移ろいと共に姿を変える渓谷を舟から楽しむことができます。



著名人も訪れる狛鼻溪の名物店

たかこう

たかこう

狛鼻溪船着き場のすぐ手前にある食堂。おすすめはふっくら鮎の塩焼きと山菜お蕎麦に小鉢やご飯が付く「げいび定食」、川の幸と山の幸が味わえる贅沢なメニューです。



☎ 0191-47-3432

東山町長坂字町 443

☎ 8:30 ~ 17:30

※無休



アットホームなイタリアンのお店

トラットリアマンマ

とらっとりあまんま

Barilla (バリラ) 1.7mm のパスタと地産地消にこだわった、季節感たっぷりの料理が魅力。ワタリガニのホワイトクリームスパゲティなど、ここでしか味わえないメニューも。



☎ 0191-48-5375

東山町長坂字町 308

☎ ランチ 11:00 ~ 15:00

ディナー 17:00 ~ 22:00

(L.O は 21:00)

※毎週水曜日



四季の室根山を楽しみながら
美味しい料理と珈琲を堪能ください。

つばさカフェ

つばさかふえ

店内の窓から室根山が望めるのが店主のこだわり。とろとろ卵にデミソースがかかったオムライスは絶品。挽きたて珈琲の香りが店内に漂い、優雅な時間を過ごせます。

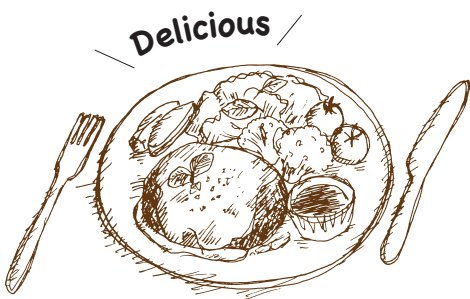


☎ 0191-34-9706

室根町矢越字大迎 112-1

☎ 8:00 ~ 18:00 (L.O 17:30)

※毎週火曜日、最終水曜日



column
12

室根山



標高 895m の室根山は、室根高原県立自然公園に指定されています。山頂からは気仙沼、太平洋、早池峰山を見ることができ、春のツツジ、夏の新緑、秋の紅葉と、季節をリアルに感じることができます。また、さらに室根山天文台では天体ショーを、夜には外での天体観測をそれぞれ楽しむことができるのも嬉しい。



35 年続くお母さんの手打ちそば

伊吹
いぶき

香りもコシも楽しめる太打ちのお蕎麦がしっかりツユに絡まり、口の中で一層味わいが広がります。揚げたてサクサクの天ぷらも味わえる天ざるがオススメです。



☎ 0191-64-2586
室根町折壁 2-36-1
🕒 10:00 ~ 15:00
🚗 不定休



ラーメンから定食まで
地元のお母さんたちが提供

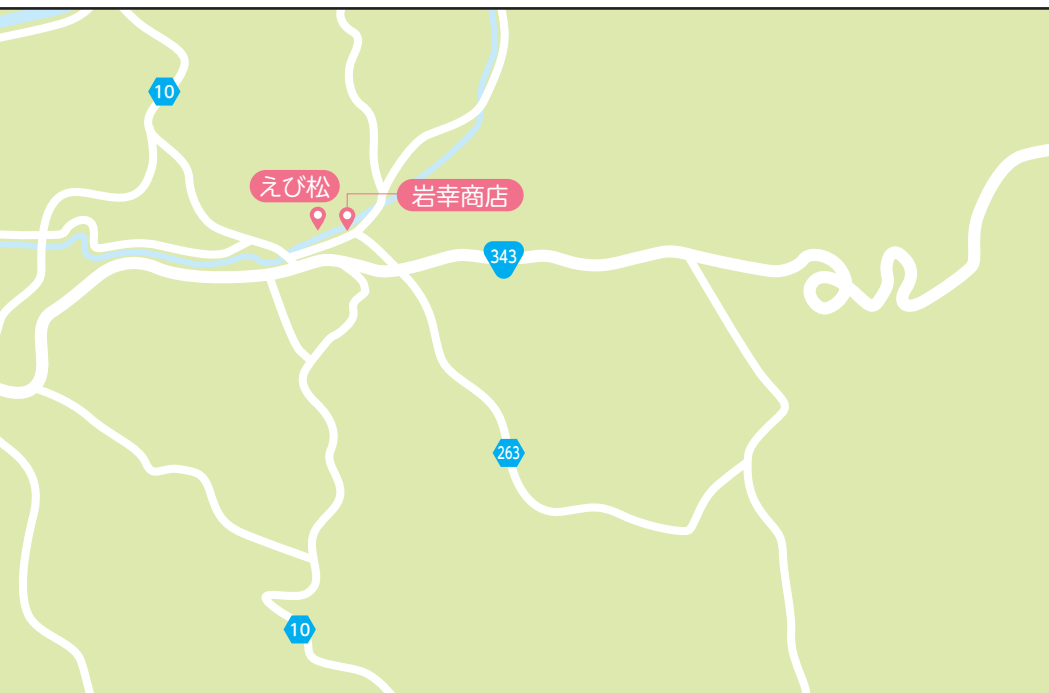
味処むろね
(道の駅むろね内)
あじどころむろね(みちのえきむろね内)

日替わり定食や生姜焼き定食などのお食事はもちろん、ラーメンやおそば、うどんなどの麺類も種類が豊富。旨辛バクダン味噌ラーメンはハマってしまう人続出の店長イチオシです。



☎ 0191-34-4180
室根町折壁字向山 131-9
🕒 11:00 ~ 15:00
🚗 火曜日





市内の交通

市内の飲食店は点在しております。

タクシー、バス、レンタサイクルもご利用いただき、楽しい旅をお過ごしください。



タクシー

(有) なのはな観光タクシー	 竹山町 1-19	☎ 0191-23-1111
(株) 県南タクシー	 大手町 7-26	☎ 0191-26-5555
(有) 花泉タクシー	 花泉町涌津道下 3	☎ 0120-822-541
アイタクシー	 山目字境 78-1	☎ 0191-25-6666
(有) 室根タクシー	 室根町折壁字絵図下 42-3	☎ 0191-64-2062
(有) 千厩タクシー	 千厩町千厩字溝井田 70-12	☎ 0120-232-220
(有) 磐井タクシー	 千厩町千厩字町 17-2	☎ 0120-422-204
(有) 西宗タクシー	 千厩町千厩字町 220	☎ 0120-502-146
摺沢タクシー	 大東町摺沢字沼田 17	☎ 0191-75-2114
大原タクシー	 大東町大原字立町 78 番地	☎ 0191-72-2225
東磐交通 (株)	 東山町長坂字町 410	☎ 0191-47-3434
(有) 長坂タクシー	 東山町長坂町 25 番地	☎ 0191-47-2277
(有) 郡南タクシー	 藤沢町藤沢字町 59-1-60	☎ 0120-632-412
(有) 藤沢タクシー	 藤沢町藤沢町 114	☎ 0120-802-414



バス

市営バス (花泉)	 花泉支所地域振興課	☎ 0191-82-2211
市営バス (大東)	 大東バスセンター	☎ 0191-72-2929
市営バス (千厩)	 千厩支所地域振興課	☎ 0191-53-2111
市営バス (室根)	 室根支所地域振興課	☎ 0191-64-3801
市営バス (川崎弥栄)	 川崎支所地域振興課	☎ 0191-63-2111
市営バス (藤沢)	 藤沢支所地域振興課	☎ 0120-422-204
なのはなバス岩手県交通 (株)	 一関営業所	☎ 0191-23-4250



レンタサイクル 市内観光に便利な電動アシスト付きレンタサイクルをご利用ください。

利用方法

- ①受付窓口で専用 IC カードを入手し、自動操作パネルで解錠して使用する。
- ②ウェブ専用サイトで利用申し込みを行い、サイト内の手順に沿って解錠の操作を行い使用する。

一関市内の取扱い場所

ホテルサンルート一関 (上大槻街)、いちのせきニューツーリズム協議会 (市役所花泉支所内)、
農家民宿・フラワーガーデン&どぶろく工房 観楽楼 (藤沢町藤沢)、田舎暮らし ほろはの家 (藤
沢町保呂羽)、古民家民宿 三澤 (東山町田河津)

周辺自治体の取扱い場所

平泉レストハウス、ゴールドレンタ平泉

このほか、一ノ関駅前の一関市観光協会 (TEL.0191-23-2350) にレンタサイクルもあります。

【料金】 1日 500 円 (17:00 までにご返却ください)



✧ ICHINOSEKI GOURMET GUIDE ✧

岩手県一関市 飲食店ガイド

(一社)一関市観光協会(駅案内所)

〒021-0867 岩手県一関市駅前1商工会館1階

TEL 0191-23-2350

