伊那そばマップ

信州そば発祥の地

伊那

Shinshu Soba Originated in INA

交通のご案内

お問い合わせ

信州そば発祥の地 伊那そば振興会
TEL.0265-78-4111(代)
(一社) 伊那市観光協会
TEL.0265-96-8100
伊那市高遠町観光案内所
TEL.0265-94-1745

(伊那市観光協会)

ホームページアドレス
http://inashi-kankoukyoukai.jp/

パノラマ伊那市

伊那市 INA CITY

2019.03

高遠長谷そば処

12 絶景と共に味わう手打ちそば 風聲庵 ふうせいあん

茅野市宮川字安国寺 3372-24
☎ 0266-72-7211
10:00〜16:00
休 水　25 台

眼下の絶景を眺めながら、地粉で丁寧に打つ二八そばを味わっていただけます。二色のそばを味わい比べる「杖突そば」や峠の名物「みそ焼きおにぎり」が人気です。

13 古民家で味わう若き店主の創作そば 手打ちそば 古民家カフェ 七めん亭

伊那市高遠町長藤 1924
☎ 0265-94-3517
10:00〜15:00、17:00〜予約営業のみ
休 水　10 台

締めの雑炊まで楽しめるつけ蕎麦セットがおすすめ。カレー、ケーキも手作り。

14 自家製粉石臼挽きの店 高遠そば 紅さくら

伊那市高遠町東高遠 1656−1
☎ 0265-94-5580
11:00〜15:00
休 金、第一木　10 台

自家栽培した無農薬の新鮮なお野菜をメインに使用。小鉢のお料理はすべて手作りです。(そば売り切れ次第終了)

15 4 種のそばを自家製粉 高遠そば ますや

伊那市高遠町東高遠 1071
☎ 0265-94-5123
11:00〜14:30
休 火　10 台

そば 4 種、つゆ 3 種の組合せが楽しめます。

16 高遠のそばの美味さを伝えたい 蕎麦 きし野

伊那市高遠町東高遠 2226-1
☎ 0265-97-1096
11:00〜15:00 (14：00 LO)
休 月・火(臨時休業あり)　4 台

高遠そばの美味しさに魅了され東高遠に自店をOPEN
instagram:soba_kishino

17 地元産のそばを自家製粉 高遠そば 華留運 けるん

伊那市高遠町西高遠 1621-1
☎ 0265-94-4277
11:00〜15:00 (夜は不定休)
休 水・日(夜)　8 台

高遠、長谷産の蕎麦を自家製粉して毎日 2-4 種の蕎麦を提供。入野谷在来や暑中信州寒晒蕎麦も。

18 十割そば、コーヒー、陶器の展示販売 ギャラリー土味の器 つちあじのうつわ

伊那市高遠町西高遠 1842-1
☎ 0265-94-2306
11:30〜14:00
休 月・火・水　10台

手造り陶器の展示と販売をしているギャラリーの中にある十割そばとコーヒーの小さな店です。

19 江戸時代からの古民家で静かなひと時を 環屋 たまきや

伊那市高遠町西高遠 184
☎ 0265-94-2251
11：00〜14：00
休 月　7

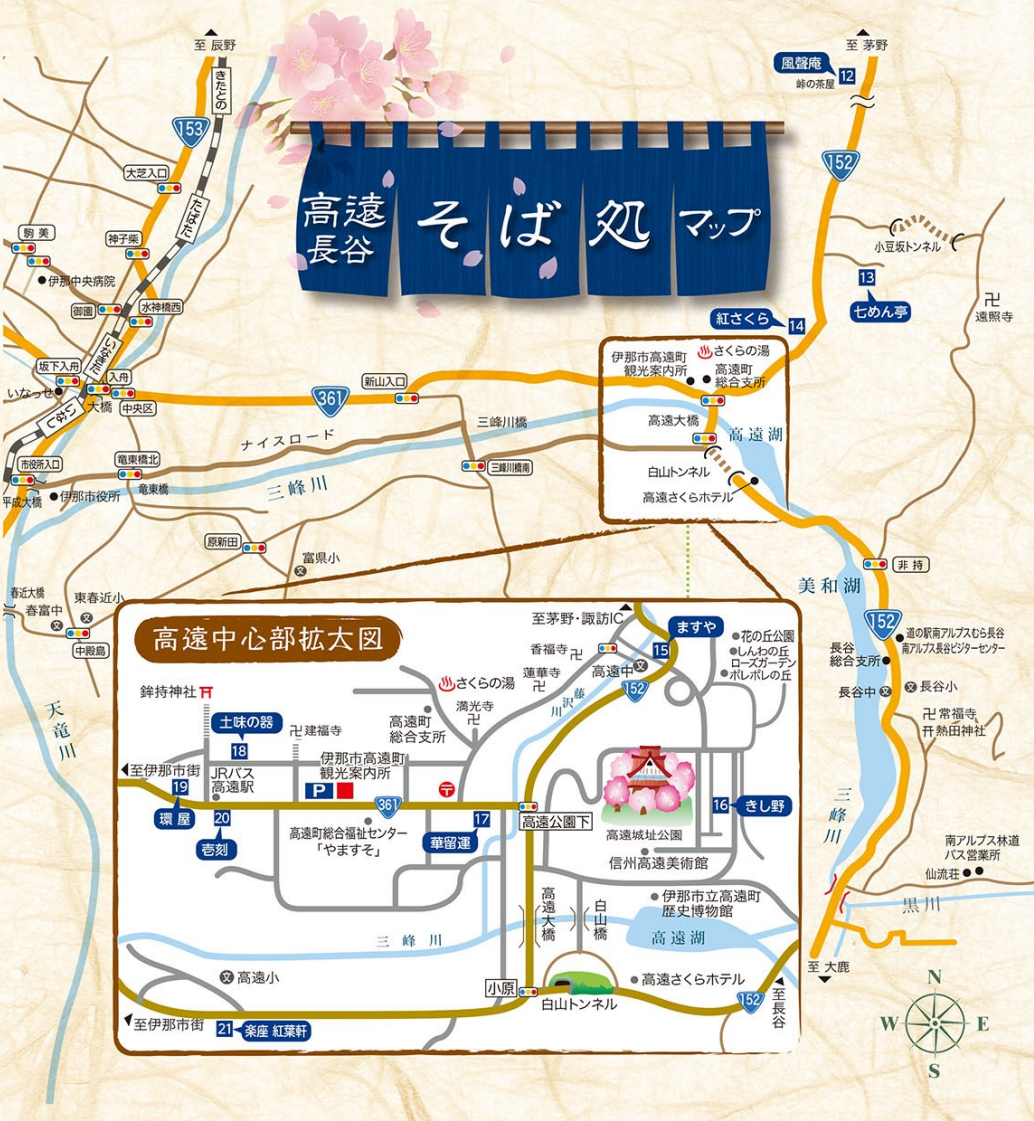
江戸時代後期の細工が残る古民家を改築し、日替わりで出店者が変わり、そばを中心に地元食材をお楽しみいただけます。

20 蔵で食べる自家製粉の店 高遠そば 壱刻 いっこく

伊那市高遠町西高遠 1696
☎ 0265-94-2221
11:00〜14:00
休 木・金　商店街無料駐車場

(12 月 -3 月冬季休業)
伊那市のソバ在来品種「入野谷在来」を始めとし、品種や挽き方、打ち方を変えた蕎麦を毎日 5 種類提供

21 そばと郷土料理の味処 楽座紅葉軒 らくざこうようけん

伊那市高遠町小原 305-1
☎ 0265-94-2154
11:00〜、14:00 以降要予約
休 不定休　40台

郷土料理専門店。「高遠そば」「桜花丼」「さくらアイス」など桜肉やさくらメニューも楽しめます。