

健康招福 運勢鰻のぼり



【お問い合わせ】

うなぎのまち岡谷の会 事務局

(岡谷市観光協会内)

〒394-8510 長野県岡谷市幸町 8-1

TEL 0266-23-4854 FAX 0266-23-6448

<http://www.okayacci.or.jp/unagi/>

で検索

<http://www.kanko-okaya.jp/>

で検索

信州*岡谷

— SHINSHU OKAYA —



うなぎのまち 岡谷

うなぎのまち 岡谷の会



信州 うなぎのまち岡谷

四季折々美しい景色に包まれる岡谷市は、古くから諏訪湖や天竜川での漁業が盛んに行われ、うなぎ料理や川魚料理が郷土食として市民に親しまれてきました。とりわけうなぎの消費量は全国的にも高く、「うなぎのまち岡谷」としてその名を知られています。市内には伝統を受け継いだうなぎの名店がずらり勢ぞろい。各店が工夫をこらした自慢の味を食べ歩いてみませんか。

豊かな自然と

美味でおもてなし



1 うなぎ料理専門店 (E-4)

あら川

皮はバリバリ、中はふんわり、香ばしい炭火焼き。伝統のタレを使っとうなぎの蒲焼きはお持ち帰りのお客様も多数いるほど人気です。鯉こく、鯉のあらいなど川魚料理もあり。お土産・地方発送も可能です。

おすすめ あら川特製うなぎ蒲焼き定食サラダ付

住 岡谷市湖畔 1-25-18
☎ 0266-22-2455
営 11時～14時・16時～19時
定 毎週水曜日（祝日営業・他休日有）
P 5台 他（無料市営大駐車場あり）
個 3 蒲 弁 会 地 料 券 入



5 うなぎ料理専門店 (E-3)

御うな 小松屋

より天然に近い環境下で育ったうなぎの中から、その時期最高品質のものを選んで使用。熟練した職人が裂き、火力調整の難しい備長炭ですべて手作りで焼き上げています。蒲焼き、白焼、まぶしをご賞味ください。

おすすめ 御うなまぶし

住 岡谷市本町 3-10-10 ☎ 0266-23-0407
営 11時～14時15分(L.O.)・17時～20時15分(L.O.)
定 毎週火曜日（祝日の場合翌日） 個 4
蒲 弁 会 地 料 券 入
URL <http://www.ouna.co.jp/>



2 うなぎ料理専門店 (G-2)

うなぎ源平

昭和54年に岡谷で一番小さいうなぎ屋として開店、出前を主体として営業しています。お電話1本で迅速においしい商品をお届けいたします。うな重、うな丼、蒲焼きのほか、天井やかつ弁当も人気商品です。

おすすめ うな重、うな丼、天井、かつ弁当

住 岡谷市長地小萩 3-1-19
☎ 0266-27-8010
営 11時～13時30分・17時～19時30分
定 毎週月曜日 P 5台
蒲 弁 料



6 うなぎ料理専門店 (A-5)

やなのうなぎ 観光荘

厳選した肉厚の活きた鰻を静岡、愛知より直送。地下50メートルより汲み上げた活水にて臭みを除き、皮はパリッと身はふっくらと炭火で焼き上げます。定番のうな重に加え、山葵と長ねぎの風味が絶妙の「やなまぶし」等が人気メニューとなっております。

おすすめ うな重松、やなまぶし丼、二色御膳、天竜ひつまぶし

住 岡谷市川岸東 5-18-14 ☎ 0266-22-2041
営 11時～14時L.O. (9～4月は14時15分L.O.)・16時15分～20時
定 毎週木曜日（他休日有） P 60台 個 2
蒲 弁 会 地 料 券 入
URL <http://www.kankohso.co.jp/>



3 うなぎ料理専門店 (E-4)

うなぎ水門

活から備長炭で焼き、タレにいたるまで一切妥協をしません。一度に沢山の品はお出しできませんが、おいしいうなぎを食べていただけるように、心を込めて丁寧に焼き上げています。好評のうなぎ弁当もあります。

おすすめ 極上うな重

住 岡谷市湖畔 4-1-30
☎ 0266-22-7493
営 11時～13時30分・17時～19時30分
定 毎週木曜日 P 20台
蒲 弁 料



7 うなぎ料理専門店 (E-4)

うなぎ・川魚料理 割烹 濱丑

創業百四十余年、五代に及ぶ伝統の味。うなぎ蒲焼きは備長炭の香ばしい焼き上がりにより自慢のタレが絶妙。鯉料理やわかさぎなど川魚料理専門店ならではの味も楽しめます。小売部もあり、地方発送も承ります。

おすすめ 上うなぎ御膳、川魚の加工品

住 岡谷市天竜町 3-1-8 ☎ 0266-22-2531
営 11時～14時・17時～20時 (L.O. 19時)
定 毎週水曜日 P 14台 個 4
蒲 弁 会 地 料 券 入
URL <http://www.hamaushi.co.jp/>



4 うなぎ料理専門店 (E-4)

うなぎの館 天龍

天竜川の源で活けうなぎを提供し続け十余年。備長炭の炭火焼きにこだわり、注文を受けてから一匹ずつ焼き上げています。うなぎとの相性を考え自家製のタレはやや甘め。限定メニューも喜ばれています。

おすすめ 特々重うなぎ（限定一匹330g）

住 岡谷市天竜町 3-22-11
☎ 0266-23-0669
営 11時30分～14時・17時～20時
定 毎週火曜日 P 10台 個 2 階貸切可
蒲 弁 地 料 券 入



8 食事処・割烹 (E-3)

あら磯

新鮮な魚介類や四季折々の山の幸など、旬の味を名物「あら磯しゃもじ」にのせて炉端焼き。落ち着いた店内で心あたたまる手作り料理と地酒、季節の郷土料理を存分にどうぞ。鰻料理は要予約。大小宴会も承ります。

おすすめ 猪、鹿などジビエ料理、ソースカツ

住 岡谷市本町 3-10-2
☎ 0266-23-5265
営 17時30分～23時
定 毎週日曜日 P 10台 個 6
会



9 食事処・割烹 (E-3)

季節料理 田舎家

注文を受けてから生け簀のうなぎを裂いて焼き上げるため、新鮮なおいしさが味わえます。蒲焼きなどの他、鰻の薫製「うなぎくん」はここでしか味わえない一品。うなぎ鍋も人気です。馬刺しや山菜等もご用意。

おすすめ うなぎ薫製、うなぎ白焼き、うなぎ鍋、馬刺、お手軽ハーフカット、そば

住 岡谷市本町 3-10-2
☎ 0266-23-5083
営 17時30分～22時30分(L.O 22時)
定 毎週日曜日 P 1台 個 2 蒲 会 料



13 川魚店 (E-2)

丸共 清水屋川魚店

備長炭で香ばしく焼き上げた肉厚のうなぎ、他では真似できない味わい深い秘伝のタレに連日行列ができる名店。うなぎの真空パック、わかさぎの唐揚げ、佃煮などの地方発送も承っています。

おすすめ うなぎ蒲焼き、わかさぎ唐揚げ

住 岡谷市郷田 2-1-45
☎ 0266-23-2022
営 9時～19時
定 毎週水曜日 P 10台
蒲 弁 (要予約) 地 券



10 食事処・割烹 (D-3)

寶眞亭

リングで育った信州牛のすき焼き、シャブシャブが楽しめる当店で、密かに人気のうなぎ料理。一度蒸してから焼き上げる江戸前風うなぎを、当店自慢のタレでお召し上がりください。

おすすめ すき焼き、シャブシャブ、うなぎ料理、ふく会席料理

住 岡谷市中央町 1-2-2
☎ 0266-23-8529
営 11時30分～13時30分・17時～21時
定 毎週水曜日 P 5台 個 4
蒲 弁 会 (要予約) 料



14 川魚店 (D-3)

丸共 清水屋ラオカヤ店

岡谷駅前ビルにあり観光客にも親しまれる店。ビタミンA・Eと滋養に富むうなぎの蒲焼きに、素材のおいしさを引き立たせる少し甘めのタレがマッチ。うなぎ弁当、わかさぎの佃煮・唐揚げも人気。食事でもできます。

おすすめ うなぎ蒲焼き、鯉のうま煮、わかさぎなど

住 岡谷市中央町 1-1-1
☎ 0266-22-4650
営 10時～18時30分(食事は18時まで)
定 第3火曜日 P 駐車場3ヶ所
蒲 弁 地 料



11 川魚店 (E-3)

小松屋川魚店

傳統あるおいしさ、健康食品の活うなぎ炭火焼蒲焼。諏訪湖産特製わかさぎ佃煮・唐揚げ・鰯すずめ焼・鯉うま煮等、御土産・御贈答によろこばれております。地方発送承ります。お食事・うなぎ弁当は御うな小松屋をご利用ください。

おすすめ 活鰻炭火焼蒲焼・わかさぎ佃煮・唐揚げ

住 岡谷市本町 3-13-19
☎ 0266-22-3207
営 10時～18時
定 毎週水曜日 P 5台
蒲 地



15 川魚店 (D-4)

丸中 清水屋

明治時代から諏訪湖の湖魚を販売し、現在のはうなぎ(活鰻)をメインに卸を行っています。うなぎや川魚は出荷の1ヶ月前より清流で活〆しているため、おいしさも抜群。真空パックにて地方発送いたします。

おすすめ うなぎ蒲焼き

住 岡谷市湊 2-4-2
☎ 0266-22-2717
営 7時～16時
定 毎週水曜日 P 4台
蒲 弁 地



12 川魚店 12 うなぎ料理専門店 (E-3)

塚原川魚店/鰻蒲焼き“階”

昔ながらの製法と味を守り60年。本格炭火で焼くうなぎの蒲焼きが自慢です。第4回醤油名匠佃煮部門では道場六三郎氏らの審査による審査員特別賞を受賞。わかさぎの佃煮など匠の味をご堪能ください。

おすすめ 炭火焼うなぎ、わかさぎ佃煮、鰯のスズメ焼

住 岡谷市中央町 3-7-2
☎ 0266-22-3361 営 9時～19時/食事処
階 11時30分～13時30分・17時30分～19時30分 定 毎週水曜日 P 2台 個 1
蒲 弁 地 料



16 ホテル・旅館 (E-5)

民宿みなと

諏訪湖のほとりにあり、ドーム船や釣り船でわかさぎ、コイ、フナなどの釣りを十分に楽しんでいただけます。夕飯には川魚など郷土料理もご用意。自慢のわかさぎ料理をご賞味ください。

おすすめ ドーム船、わかさぎ料理
●1泊2食付…お一人様6,300円～

住 岡谷市湊 5-14-7
☎ 0266-23-4423
URL <http://www.lcv.ne.jp/~mminato/>
※宿泊と釣り船をセットにした大変お得なパックもご用意。



「寒の土用丑の日」

平賀源内も知らないうまさ、寒鰻。

厳寒の冬、岡谷市には白鳥が飛来し、全面結氷した諏訪湖では御神渡という神秘的な現象を見ることができます。そんな寒い冬を元気に乗り切るのにピッタリなのが栄養豊富なうなぎ。うなぎといえば「土用丑の日」から夏が旬だと思われがちですが、うなぎが最もおいしくなるのは、産卵や冬眠に備えて脂の乗りが良くなる秋から冬だといわれています。また、土用とは立春・立夏・立秋・立冬の前十八日間のことをいうもの。そこで岡谷市では、うなぎが旬を迎える時期に合わせ、立春前の土用を「寒の土用丑の日」と制定。日本記念日協会にも登録され、「寒の土用丑の日」発祥の地として寒のうなぎのおいしさを全国に広めています。



寒の土用 丑の日
発祥の地 記念碑



諏訪湖と白鳥



御神渡り

記号例

- 住 = 住所
- ☎ = 電話番号
- 営 = 営業時間
- 定 = 定休日
- P = 駐車台数
- 個 = 個室数
- 蒲 = 蒲焼きのお持ち帰り可
- 弁 = うなぎ弁当有
- 会 = うなぎ会席料理有
- 料 = うなぎ料理有
- 地 = 地方発送可
- そば = そば有
- スイーツ = うなぎスイーツ
- 券 = うなぎ共通利用券販売店舗





小さな頃からうなぎ料理に慣れ親しんだ市民にとって、うなぎはまさにふるさとの味。なくてはならないものですね。そんな岡谷のうなぎは、裂きは背開き関東風、焼きは蒸さない関西風、濃くて甘めのタレが特徴です。しっかり焼き上げることで素材のうま味を逃さず、より引き立てることができるんです。食べた瞬間、口いっぱいに広がる香ばしさと濃厚な味わいがたまらないとお客様からも喜ばれています。各店こだわりのうなぎ料理は、一度食べればやみつきになること間違いなし!ですよ。このおいしさを全国の方々にも

知っていただけるように、うなぎのまち岡谷の会では様々なイベントを企画しています。気軽に足を運んでいただいて、ぜひ一度ご賞味いただければ嬉しいですね。

うなぎのまち岡谷の会会長
今野 利明さん



お中元、お歳暮などにもうなぎ共通利用券をご利用ください。



味よし、香りよし。 ふるさと自慢の逸品。

うなぎ焼き方一例

- 1 背開きにしたうなぎに金串を打ちます。
- 2 炭火でじっくり焼いていきます。まずは皮側から焼き、表面に火が通ったら身の方へ。
- 3 何度もひっくり返ししながら、うなぎの脂がにじみ出し、全体的にキツネ色になるまでゆっくり焼き上げます。
- 4 タレをつけます。まずは軽めに、うなぎをタレの中にさっとくぐらせ、炭火で軽く焼きます。
- 5 濃厚な味わいになるようにじっくりと焼きます。
- 6 焦げないようには注意しながら、タレをつけては焼く工程を何度も繰り返します。
- 7 仕上げのタレはうなぎにしっかりとしみ込むようにたっぷり、軽く焦げ目がつき、香ばしく焼き上げれば完成です。



イベント

年間を通じてうなぎに関する多彩な催しがあります。市内のお祭りやイベントでうなぎ弁当を販売したり、毎年2月上旬には「寒の土用うなぎ祭り」を開催。岡谷のうなぎ店が一同に集結するほか、B級グルメ市やライブなど毎年ユニークな企画が催されます。また、うなぎの供養と繁殖を願い、1月中旬に諏訪湖へうなぎを放流しています。

「すわ湖太郎」は、うなぎ年5歳、特技は踊りでいちごが大好きです。ガールフレンドの「う～なちゃん」と一緒にうなぎのまち岡谷をPRしています。

う～なちゃん



すわ湖太郎



「うなたれソフト」
うなぎのタレを使ったスイーツです!ちよつぱり塩キャラメルのような風味がクセになります。



「うなたれ団子」
うなぎのまち岡谷の新名物
くし団子を焼き、秘伝のタレをたっぷりかけたお団子で、口の中に広がる濃厚な甘みとほのかな香ばしさが特長です。

うなぎ料理専門店

- | | | |
|----|----------------|-----|
| 1 | あら川 | E-4 |
| 2 | うなぎ源平 | G-2 |
| 3 | うなぎ水門 | E-4 |
| 4 | うなぎの館 天龍 | E-4 |
| 5 | 御うな 小松屋 | E-3 |
| 6 | やなのうなぎ 観光荘 | A-5 |
| 7 | うなぎ・川魚料理 割烹 濱丑 | E-4 |
| 12 | 鰻蒲焼き“階” | E-3 |

食事処・割烹

- | | | |
|----|----------|-----|
| 8 | あら磯 | E-3 |
| 9 | 季節料理 田舎家 | E-3 |
| 10 | 寶眞亭 | D-3 |

川魚店

- | | | |
|----|-------------|-----|
| 11 | 小松屋川魚店 | E-3 |
| 12 | 塚原川魚店 | E-3 |
| 13 | 丸共 清水屋川魚店 | E-2 |
| 14 | 丸共 清水屋ラオカヤ店 | D-3 |
| 15 | 丸中 清水屋 | D-4 |

ホテル・旅館

- | | | |
|----|-------|-----|
| 16 | 民宿みなと | E-5 |
|----|-------|-----|

「うなぎのまち岡谷」の会
会員及び賛助会員名

株式会社 カネカカワムラ
岡谷川魚組合
有限会社 喜多屋醸造店
株式会社 千春うなぎ
株式会社 夏目商店
兼光淡水魚株式会社
株式会社 豊島屋
株式会社 林紙器製作所
やぎさんのお米屋さん
中央印刷株式会社
有限会社 G.C やまさき
株式会社 エース企画
高天酒造株式会社
駿河淡水株式会社



自然と蔵人が醸す岡谷の名酒

澄んだ空気と清らかな水、寒冷な気候。醸造に適
したこの地には神渡、高天の2軒の酒蔵があり、
それぞれの蔵人が一丸となって酒造りに取り組
んでいます。厳選された米を使い、杜氏たちの磨
き抜かれた技がいけるお酒は、コクとキレのバラ
ンスがよくスッキリした味わい。濃厚な岡谷のう
なぎ料理との相性も抜群で、「うなぎ
のまち岡谷の会」キャラクターをラ
ベルにした純米酒も喜ばれていま
す。うなぎを肴に、地元ならではの
おいしさをお楽しみくだ
さい。

