

そば巡り スタンプラリー 参加店 全22店

数字
○そば処 □そば打ち体験

★塩尻市手打ちそば切り協議会
塩尻産そば粉を80%以上使用した順手打ちそばを提供します。打ちたて、茹でたての味を楽しんでください。
協議会参加店舗では、スタンプラリーのファイナルとして、1月12日(金)～21日(日)「寒のそば祭り」を併催し、特別なプレゼントを用意いたします。

◆奈良井宿そば店会
奈良井宿内のそば店⑩～⑳の7店では、スタンプラリー期間中の11月27日(月)～12月3日(日)まで、来店される皆様にもれなく木曾の特産品「絵の添り箸」をプレゼントします。

③ ★ 手打ち蕎麦処 山麓亭

塩尻市片丘9975-7 ☎0263(53)1731
営業時間 / 11時～15時(ラストオーダー14時半)
定休日 / 月曜日、第二日曜日



気どらない、気負わない、忘れられない蕎麦の味
信州塩尻産のそば粉のみ使用しており、独特の喉ごしと味わいを楽しめます。こだわりのつゆは、辛すぎず甘すぎず、ちょうど良く蕎麦の風味を巧みに生かしています。

⑦ ★ ほっとしてざわ

塩尻市大門8-9-1 ☎0263(53)8233
営業時間 / 10時半～22時
定休日 / なし



塩尻駅にある手打ちそば処
駅そばなのに、打ちたて、信州ならではの茹でたての本格手打ちそばが味わえます。名前のとおり、来られたお客様に「ほっとして」いただけるお店です。

⑪ ★ そば切り発祥の地 本山そばの里

塩尻市宗賀4404-1 ☎0263(54)6371
営業時間 / 11時～16時
定休日 / 4～12月無休、1～3月中旬毎週月曜日



そばは秋そば・自家製粉
江戸時代に宿場町として栄えた本山宿は、「そば切り発祥の地」といわれています。地元の女性達が交代でそばを打つ、地元栽培による玄そばを使った二八そばは、香りとのど越しがよい逸品です。

⑮ 手打ちそば ていしやば

塩尻市木曾平沢2077-264 ☎0264(34)3366
営業時間 / 11時～18時
定休日 / 木曜日(祝日の場合は営業)



そば切り発祥の地で味わう手打ちそば
開田産と岐阜日和田産の在来種そばを特製の石臼で挽いたそばは粗挽きで弾力のある食感。自採した山菜やきのこの相性も抜群です。店主のおすすめは信州郷土料理鍋仕立てのとうじそばとすんきそばです。

⑲ ★◆ 徳利屋

塩尻市奈良井516 ☎0264(34)2189
営業時間 / 11時～16時
定休日 / 不定休



築200年の旅籠で味わう手打ちそば
中山道の宿場町の面影を今に残す「奈良井宿」にあるそば処。広い土間、高い天井、懐かしい囲炉裏。築200年の旅籠の風情の中で、歴の強い手打ちそばを味わっていただけます。

④ 道の駅小坂田公園 レストラン 茜里

塩尻市塩尻町1090(小坂田公園内) ☎0263(51)5611
営業時間 / 10時半～15時半
定休日 / 年末年始



塩尻産地粉の手打ちそば
当店自慢のそば職人が丹精込めて打った風味豊かな素朴な味。つゆが決め手です！ 日高昆布、鰹節、さば節など、厳選した材料を使用しています。手打ち(二八そば)100%の美味しいそばをご堪能ください。

⑧ ★ そば屋 しみず

塩尻市宗賀76-1 ☎0263(51)1348
営業時間 / 11時～14時(売切れ次第終了)
定休日 / 月・火曜日(祝祭日の場合は営業、翌水曜日)



5種のそばをお召しあがりください
4種の十割そば、地元ワインで打ったワイン切りなどの変わりそばを豊富に揃えています。なお、ワイン切りそばは、前日までに2食以上でご予約ください。

⑫ 関所亭

塩尻市箕川1120-12 ☎0264(34)2071
営業時間 / 10時～17時
定休日 / 水曜日



関所の鳥居が目印のそば処
うれしかった! 感激した! 満足した! そばってこんなに美味しかったんだ! そんなお声がたびたび聞けるそば屋です。

⑯ ◆ そば屋 楽々亭

塩尻市奈良井1127 ☎0264(34)3199
営業時間 / 11時～17時(売切れ次第終了。夜は予約のみ)
定休日 / 不定休



水加減など季節に応じた手打ちそば
天候や季節によってそばの味と香りは微妙に変わります。お客様に、常に手打ちならではの味と食感をご堪能してもらえよう、丁寧に打ち上げています。

⑳ ◆ ころろ音

塩尻市奈良井368 ☎0264(34)3345
営業時間 / 11時～15時(売り切れ次第終了。夜は予約のみ)
定休日 / 不定休



趣とともに味わう、ころろ音の味
味はもちろん、色・香りにこだわった田舎そばを提供しています。地元の玄そばを仕入れ、その都度製粉して使用している純木曾の手打ちそばは、風味豊かな逸品です。

① 相撲茶屋 笠の花

塩尻市広丘野村2050-9 ☎0263(52)1000
営業時間 / 11時半～13時 17時～22時
定休日 / 火曜日



土俵のあるそば、ちゃんこの店
こだわりの北海道産そば粉を使用した香りが心地よい手打ちそばを提供しています。味と栄養のバランスを考えた本格的なちゃんこ鍋も味わうことができます。店内にある自慢の土俵も見に来てください。

⑤ ★ そば処 泉屋

塩尻市大門町12-8 ☎0263(52)1412
営業時間 / 11時～14時
定休日 / 不定休



そば粉は石挽き、水は地下水
香り高い玄そばを石挽きし、さらに敷地内の地下20mからそば打ちに最適な地下水をくみ上げて使っています。そば本来の香りや風味に十分に味わっていただける手打ちにこだわっています。

⑨ 丸泉 手打ちそば店

塩尻市洗馬775-2 ☎0263(52)2909
営業時間 / 11時半～売り切れまで
定休日 / 月・火曜日



古民家で楽しむ絶品の十割そば
北海道幌加内産の玄蕎麦を冷蔵保存し、自家製粉して風味豊かな蕎麦を打っています。利尻・日高・羅臼産の三種類の天然昆布出汁の効いた澄んだ蕎麦つゆが、蕎麦の香りを損なうことなく秀逸です。

⑬ ★ そば処 ながせ

塩尻市箕川2393 ☎0264(34)3317
営業時間 / 10時～18時
定休日 / 火曜日



挽きたて打ち立てのそば
そば本来の香りを楽しんでもらうため、毎日必要な量だけ玄そばを自家製粉して手打ちをしています。注文していただいたから調理する、岩魚などの溪流魚でんがらなども好評です。

⑰ ◆ 越後屋 食堂

塩尻市奈良井666-1 ☎0264(34)3048
営業時間 / 9時半～16時
定休日 / 不定休



心づくしの味覚
奈良井宿で伝統の味を受け継ぐ石臼挽きによる本格手打ちそばをはじめ、木曾の味処として越後屋ならではの調理法で風趣あふれる宿場の味でおもてなしております。

㉑ ◆ そば処 かぎの手

塩尻市奈良井340 ☎0264(34)3646
営業時間 / 10～16時
定休日 / 不定休



宿場の味 二八蕎麦
奈良井宿の防衛上のためにクラクした「鍵の手」と呼ばれる道のすぐ脇にお店があります。地粉を使い、二八そばをお客様から「美味しいそばだ」と言われるよう丁寧に打っています。

② 信州そばアカデミー ゆかり庵

塩尻市広丘野村1696-2 ☎0263(50)5518
そば打ち講習会 / 不定期



伝統的そば食文化の継承・発展の活動団体
NPO法人信州そばアカデミーは、そば打ちを通じて、高齢者の生きがい創設や青少年の情操教育に寄与することを目的として、地域に根ざした活動を積極的に展開しています。

⑥ そば処 知春

塩尻市大門8-13-2 ☎0263(53)1209
営業時間 / 11時～13時半(ラストオーダー) 17～20時(ラストオーダー)
定休日 / 水曜日(ほか不定休あり)



心を込めて打った手打ちそば
毎朝一生懸命、心を込めておそばを打っています。そば本来の味を最高に引き出し、そばの味にこだわった店です。わさびそばや、辛味大根おろしそばがおすすめです。

⑩ 芳香庵 みのる

塩尻市洗馬3253-2 ☎0263(54)0888
営業時間 / 11時半～14時(夜は要予約)
定休日 / 水曜日



色鮮やかなひすいそばの店
香り高い打ち立て(150分以内)の十割ひすいそばを提供しています。天然きのこ汁、きのこそばもおすすです。

⑭ 食事処 与志田

木曾平沢2272-7(道の駅 木曾ならかわ内) ☎0264(34)1000
営業時間 / 10時～17時(夏季10時～18時)
定休日 / 火曜日(シーズン時は無休)



信州そばや特産料理が味わえる店
地元産のそば粉を使ったざるそばや、そばサラダなど、そば料理をメインに、川魚、馬刺し、おやきなど、信州や木曾の特産品を使った地元ならではの料理を多彩に織り込んだお料理をお楽しみいただけます。

⑱ ◆ そば処 相模屋

塩尻市奈良井413 ☎0264(34)3117
営業時間 / 10時半～16時
定休日 / 木曜日



地粉挽きたて本格手打ち九割そば
そば粉を九割使用して打ちあげた細めの麺が特徴。奈良井川源流の冷たくおいしい水で作りあげた自信を持ってお出ししている本手打そばを、是非一度ご賞味下さい。

㉒ ◆ そば処 山なか

塩尻市奈良井259 ☎0264(34)2230
営業時間 / 11時～16時(売切れ次第終了) 冬期は11時～15時
定休日 / 毎週水曜日(冬期は要確認)



奈良井の宿場で信州そば
おいしい宿場そば。地元産のそば粉を100%使い丁寧に純手打ちのそばをご提供しております。店にお立ち寄りいただくお客様の、ご期待にお応えできるよう心を込めてそばをお出ししております。