

信州トラベルナビ

松本 | 2026 SPRING > SUMMER Vol.01
春・夏号



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

信州トラベルナビ
読者限定!!

お得な共通
クーポン

付いてます!



松本市マスコットキャラクター
アルプちゃん

松本グルメ

松本駅周辺・松本城周辺

安曇野おすすめ
スポット



松本の
人気ラーメン!!



松本の街なかで味わう
名物信州そば



本場
名物料理と
地酒を
楽しむなら
ココ6選!



松本界隈で昔から親しまれている

名物松本山賊焼



北海道へ100min



信州まつもと空港から

神戸へ60min

空の旅へ

福岡へ90min

大阪へ55min

運航ダイヤ (2026/3/29~2026/10/24)

※発着時間は予告無しに変更する場合があります。

札幌線 (新千歳)

松本 → 札幌 (新千歳)	札幌 (新千歳) → 松本
11:35発 13:15着	15:40発 17:15着

札幌線 (丘珠)

松本 → 札幌 (丘珠)	札幌 (丘珠) → 松本
16:10発 17:40着	09:30発 11:05着

神戸線

松本 → 神戸	神戸 → 松本
10:00発 11:00着 ※ 14:55発 15:55着	11:40発 12:40着 ※ 13:25発 14:25着

福岡線

松本 → 福岡	福岡 → 松本
13:10発 14:50着 17:45発 19:25着	08:00発 9:30着 13:55発 15:25着

※7/31~8/23のみ運行

あなたの夢を翼でつなぐ。 FDAコールセンター／営業時間 7:00~20:00 (年中無休)



TEL0570-55-0489

FDAコールセンターまたは、お近くの旅行会社にお問い合わせください。
※一部の旅行会社では取り扱っておりません。

FDA公式 検索
www.fujidream.co.jp



FLY ON 信州発 大空の旅

就航先の観光情報はこちら

<https://www.matsumoto-trip.com/airport-departure/>



SHINSHU MATSUMOTO AIRPORT
信州まつもと空港

信州まつもと空港利用促進協議会 TEL026-235-7019

信州まつもと空港地元利用促進協議会 TEL0263-34-8307

●長野自動車道塩尻ICより約10分 ●JR松本駅-JR塩尻駅より約9km
●松本バスターミナルよりバスで約30分

今年も運航します!

季節運航便ダイヤ
JAL大阪便
(2026/7/30~8/28)

松本 → 大阪 (伊丹)

10:45発 11:40着

大阪 (伊丹) → 松本

09:25発 10:15着



JAPAN AIRLINES



ご予約・ご購入・ご案内
www.jalco.jp

※発着時間は予告無しに変更する場合があります。

エアポート
シャトルバス

空港駐車場が
満車でも安心!

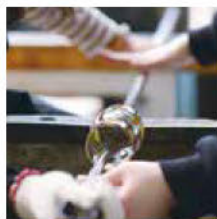
松本バスターミナル(松本駅前)と
信州まつもと空港を直結!

時刻等の問合せは
アルピコ交通(株)
まで下記より
時刻表サイトへ
アクセス!





松本市マスコット
キャラクター
アルプちゃん



04 | 北アルプスの山麓に広がる田園のまち **安曇野の里を楽しむ**

08 | 味わい深い個性豊かな銘酒をご紹介! 厳選4選 **匠の技が育む信州の地酒**

09 | 松本界隈で昔から親しまれている **名物! 松本山賊焼**

10 | 信州・本場名物料理と地酒を楽しむならココ! 6選 **松本グルメをまるかじり**



12 | こだわりのラーメンを松本で味わう **松本名物! 人気ラーメン**

13 | 松本の街中であじわう **信州名物! 信州そば**

14 | おすすめの味処をピックアップ **松本駅・松本城周辺の味処**

20~21 | エリアマップ 松本駅周辺エリア/松本城・中町周辺エリア 長野県東北信地域エリア

27 | お得な共通クーポン券!

※本誌掲載の各種料金は【本体価格+消費税(10%)】の税込価格です。

※本誌発行後に掲載の店舗・施設等の料金・営業時間・メニュー等の内容が変更になる場合や臨時休業等でご利用にならない場合があります。ご利用の際には事前に電話等でご確認されることをお勧めします。また、クーポン特典などの詳細に関しても変更される場合がありますので、ご利用の前に店舗にてご確認ください。※本誌掲載の内容による損害等は保証いたしませんので予めご了承ください。※本誌掲載内容の無断転載を禁止します。

「森のゆりかご」に抱かれて
森呼吸、心呼吸

赤沢自然休養林内を走る森林鉄道

日本三大美林の一つ「赤沢自然休養林」や中山道の名勝「寝覚の床」、中央アルプス「木曾駒ヶ岳」などの豊かな自然に囲まれた町。

特産のエゴマを使った五平餅やオイルが好評。訪れる度に「森のゆりかご」に抱かれる心地良さが人気。

■バスで 中央自動車道伊那IC長野自動車道塩尻ICから約80分
■電車 中央本線 上松駅下車
■バスで JR中央本線 上松駅下車
「寝覚の床」へは上松駅からバスで約30分
「寝覚の床」へは上松駅からバスで約5分



問合せ: (一社) 上松町観光協会

☎0264-52-1133

信州 木曾上松町

信州/安曇野おすすめスポット

長野自動車道 安曇野ICから車で約5分

安曇野観光の玄関口

安曇野わさび田湧水群・全国名水百選の郷を有する安曇野の里は、湧水に囲まれた自然豊かな敷地にさまざまな施設が点在している。雄大な北アルプスを望む自然の中で、宿泊・グルメ・ショッピング・芸術・工芸・体験が楽しめるスポット。



目の前の雄大な北アルプスを望む美しい自然の中で、吹きガラス体験を楽しもう! ガラス作家を目指す若者達が日々研鑽を続ける工房を見学できる。ガラス作品の購入、一輪挿し・クリーマー・そばちょこ等の吹きガラス体験もおすすめ。

あづみ野ガラス工房

安曇野市豊科南穂高 5076-17 TEL:0263-72-8030
 図 9:00 ~ 16:30 20 分間の吹きガラス体験 / 3,850 円 ~
 (当日受付 16:00 まで)



安曇野市豊科南穂高 6780 TEL:0263-72-8568
 日帰り入浴 / 大人 600 円 小人 / 300 円
 受付 / 10:30 ~ 21:00 朝風呂受付 / 6:30 ~ 8:00

ビレッジ安曇野

安曇野の観光と宿泊の拠点として、日帰り入浴のできる大浴場や研修棟、大広間、食堂、21 室の客室 (バリアフリー・ユニバーサルデザインルーム 2 部屋) を完備。宿泊 11,200 円 (1 泊 2 食付) ~。各種研修や会議・スポーツ合宿・家族旅行・スケッチ旅行など多目的に利用できる施設。大浴場は、地下 73m から汲み上げるミネラル分たっぷりの湧き水を利用したお風呂とサウナでゆっくり日帰り入浴ができる。



田淵行男記念館

荘厳な山々や高山蝶を詩情豊かに撮り続けた山岳写真家、田淵行男の世界が広がる。約 73,000 点収蔵。



安曇野市豊科南穂高 5078-2
 TEL:0263-72-9964 開館時間 / 9:00 ~ 17:00
 図 月曜日 (祝日を除く)・祝日の翌日・12月28日~1月4日
 入館料 / 高校生以上 310 円

まちの駅 安曇野ベース

生活と観光のワクワク基地。安曇野の農産物・飲食物・地元土産・クラフトなど地域の特色のある商品を販売。ワインは安曇野産を中心に約 50 種類の品揃え。e-BIKE (電動スポーツ自転車) のレンタルや地元地域と観光客向けに情報提供のコーナーもある。



安曇野市豊科南穂高 5089-1 図 水曜日
 TEL:0263-88-9177 図 9:00 ~ 17:00

蕎麦 安曇野の里



2025 年 6 月に「まちの駅 安曇野ベース」内にオープンしたそば処。清らかな水を使って打つ二八そばが安曇野 IC 近くで楽しめる。1 日 3 食限定の「大盃盛」は圧巻のボリューム。

TEL:0263-88-5040 図 水曜日
 図 11:00 ~ 16:00 (LO 15:00)



ふか尾の名にかけて
本物しか出さない。

しゃぶしゃぶ ステーキ すきやき

和牛^{くらや}厨^{くらや}ふか尾

厳選肉料理処 飛騨牛料理指定店 第5208号

安曇野市三郷温6110-1 不定休
11:00~14:00 (LO)
17:00~21:30 (LO)
TEL / 0263-77-3005



公式ホームページ

タウンズニーカー Town Sneaker



バスをもっと便利に、気軽に!

Suicaなど交通系ICカードが使えます



交通系ICカードをこちらにタッチ!

※Suicaは東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。

リップマーク付クレジットカードでタッチ決済が使えます



※VISA、JCB、AMERICAN EXPRESS、Diners Club、DISCOVERに対応

運賃 ●1乗車: 大人 220円 / 小児(小・中学生) 110円
 ※後払い(降車時にお支払いください) ※南コースの一部区間は大人170円・小児90円

選べる! タウンズニーカー 1日乗車券

乗車券のみ

大人500円
 小・中学生 250円

●本日の終バスまで
 ●紙チケット
 ●特典施設あり

乗車券+松本城+旧開智学校

大人2,320円
 小・中学生 980円

●まるまる24時間
 ●Web購入(キャッシュレス)
 ●特典施設あり

【対象路線】タウンズニーカー全コース(その他松本駅、松本バスターミナルを起点とする市内運賃220円以下の範囲)

タウンズニーカー運行ダイヤ・特典対象施設のご紹介等、詳細はWEBで!

◆バスに関するお問い合わせ ◆自転車に関するお問い合わせ ◆運行に関するお問い合わせ

公共交通課
 ☎0263-34-3033

自転車推進課
 ☎0263-34-3245

アルピコ交通株式会社 松本営業所
 ☎0263-26-7003

タウンズニーカー 松本市 検索

松本 駅前
タウンズニーカー乗り場のご案内





(公財)アイヌ民族文化財団所蔵(複製)

福岡 洋子

伝統アイヌ衣装と 国宝琉球紅型回顧展

琉球紅型は琉球王朝時代より、太陽に負けない強さの色で作られています。気候や文化は違いますが、アイヌの着物も琉球紅型も儀礼で着用されます。自然と人の強い生命力のつながりを表現した美しさの魅力をお伝えいたします。

会期: 2026年5月12日(火)~17日(日)

入場無料

会場: 松本市美術館 2階 市民ギャラリーA 長野県松本市中央4-2-22

※2階・市民ギャラリーAでの本展示のみ観覧料は無料です

時間: 9:00~17:00(最終入場30分前 / 初日 13時から 最終日 16時まで)

(公財)アイヌ民族文化財団 助成事業

「国宝 琉球紅型」の
写真パネルを展示



アクセス

徒歩 JR松本駅・松本バスターミナルから約12分

バス ぐるっとまつもとバス横田信大循環線
[松本市美術館]下車

タウンズニーカー東コース
[伊織霊水(美術館北)]下車、徒歩約5分

自家用車 松本ICから約15分、屋外無料駐車場67台

お問い合わせ

アイヌ刺繍家・研究家 福岡 洋子

TEL.090-6537-5690 (長野県在住)



@YOKOSHILOVE

[那覇歴史博物館所蔵]

後援/松本市・信州まつもと空港地元利用促進協議会・MGプレス・フリーブック

味わい深い個性豊かな銘酒をご紹介します!

豊かな自然と匠の技が育む

信州の地酒



長野県は日本で
2番目に酒蔵が多い!

自然豊かな長野県には現在、全国
で2番目に多い約80の酒蔵があり、
それぞれの風土や水源を活かした個性
豊かな日本酒が作られ続けています。

気になる銘酒は
二次元バーコードから
購入もできます!



《日本の誇り、伝統的酒造り》

こうじ菌の働きを利用する
日本独特の酒造りの文化。

2024年12月5日に

「ユネスコ無形文化遺産」に
登録されました!



あづみ野の水とつなぐ
酔園
すいえん



EH酒造株式会社 安曇野市豊科高家 1090-1

大信州
5月31日



大信州の
蔵開き
愛感謝祭
2026

最新情報はSNSで発信中▼



大信州酒造株式会社

大信州酒造株式会社公式HP▼



尾松
Matsuwo

妙高戸隠連山 国立公園を一望する酒蔵で、
祈りと感謝と共に、森をつくり、酒米をつくり、
全量を自然放冷 純米 手造りで醸す。
～ 全国新酒鑑評会 純米大吟 金賞9度 受賞 ～

株式会社 高橋助作酒造店

長野県上水内郡信濃町古間856番地1
電話 026-255-2007 www.matsuwo.co.jp

■ 全国新酒鑑評会 令和7年(令和6年酒造年度)入賞
7年連続受賞(令和元年金賞、令和2年入賞、令和3年金賞、令和4年金賞、令和5年金賞、令和6年金賞)
■ 第8回長野県甘酒鑑評会
主席知事受賞賞



豊島



酒の王
神渡
みわたari
MIWATARI

醸造元 株式会社 豊島屋

〒394-0028 長野県岡谷市本町3丁目9-1 清酒部直通
TEL.0266-23-1123 FAX.0266-22-0787



※20歳未満の飲酒は法律で禁止されています。 ※妊娠中や授乳期の飲酒は胎児・乳児の発育に影響を与えるおそれがあります。
※飲酒運転は法律で禁止されています。 ※お酒は適量を守ってお楽しみください。

食べ方の
バリエーションも
豊富!



松本 城下町グルメ

松本山賊焼

タレにつけ込んだ鶏の一枚肉を豪快に揚げる郷土料理

松本城周辺 MAP P21 C-2

中国料理 百老亭 ひゃくろうてい
TEL.0263-32-4220

松本市大手2-3-10 ☎日曜 ☎65席
☎11:30~13:30 17:30~21:00(LO 20:00)



山賊チャーハン

1,300円

城下町松本に店を構えて50年の老舗中華店。松本城まで徒歩3分、「市営大手門駐車場」の1階。百老亭名物飲茶「明蝦巻(ミンハーキン)」は横浜中華街か、ここできわうことができない逸品!!「一度食べる価値あり!」。

オススメ

明蝦巻(1ヶ)250円
全国的にも珍しい
プリプリの海老の
すり身入り



松本駅周辺 MAP P20 B-2

松本藩酒場 酒楽 しゅらく
TEL.0263-39-3447

松本市中央1-3-3 ☎日曜 ☎50席
☎18:00~24:30



大判骨付き鶏もも肉を特製のニンニク生姜醤油にじっくり漬けて揚げた名物「松本山賊焼き」は人気メニュー。ボリューム満点の2人~4人前1,500円、ハーフ750円。

松本山賊焼き

1,500円
(2~4人前)



クーポン特典 P27にあるよ!

ドリンク1杯サービス

※コース予約ではご利用できません
※詳細はスタッフまで
※来店時・注文時にご提出ください

松本城周辺 MAP P21 B-3

居酒屋 一歩 いっぽ
TEL.0263-36-8484

松本市大手4-10-17 ☎日曜 ☎100席
☎11:30~13:30(LO) 17:30~LAST



松本の名物「松本山賊焼」を食べるなら、やっぱり本家本元の「一歩」からでしょ!!信州味噌の特製タレに漬け込んだジューシーな山賊焼は絶品! 郷土料理も豊富で、特に信州の地酒「大信州」の品揃えは県内一!

松本山賊焼

1,540円



クーポン特典 P27にあるよ!
山賊焼ハーフ
4名様以上で1枚サービス
※ランチタイム不可
※来店時・注文時にご提出ください

中町通り周辺 MAP P21 C-3

松本 くら門 くらもん
TEL.0263-32-7683

松本市中央2-9-11 ☎日曜・月曜 ☎60席
☎11:30~14:00 17:30~22:00(LO 21:30)



信州福味鶏山賊焼定食

1,650円

新鮮魚類や、旬の食材を使った料理が評判の店。信州福味鶏を使用したジューシーでボリュームーな山賊焼定食1,650円(ハーフ1,320円)は昼夜問わず人気!山賊焼単品(280g)は1,430円、ハーフ990円。
※シーズンによって価格変動あり。



クーポン特典 P27にあるよ!

ドリンク1杯サービス

※グラスビール・ウーロン茶より選択
※来店時・注文時にご提出ください

名物の馬刺し・ジビエ料理・信州そば まるごと信州を味わう郷土料理店

採れたての食材や旬の食材を使用したメニューも



クーポン特典 2025年
ドリンク1杯サービス
※コース予約ではご利用できません
※詳細はスタッフまで
※来店時・注文時に提出ください

直送の鮮魚と旬の食材を活かした料理の数々



毎日直送の鮮魚や
浜焼きが大人気

クーポン特典 2025年
ドリンク1杯サービス
※コース予約ではご利用できません
※詳細はスタッフまで
※来店時・注文時に提出ください

松本藩酒場 酒楽

MAP P20 B-2 ☎0263-39-3447

山の幸・里の幸・海の幸が揃う郷土居酒屋。馬刺しや信州そばなどの郷土料理や、信州ソルフードなどが揃う。地酒は種類豊富にご用意。

【住】松本市中央1-3-3
【営】18:00~24:30
【休】日曜 【席】50席



昼は手打ちそばが食べられる食事処
夜は旬を味わえる居酒屋



またぎ焼3串 鹿肉オニオン・炒め

クーポン特典 2025年
**冷たい仕上げ
ミニ蕎麦サービス**
※ランチ不可 ※1枚で4名様まで
※来店時・注文時に提出ください

信州酒場 山里

MAP P20 C-3

☎0263-88-8645

松本駅前の観光客や地元のファンに支持される信州郷土料理の店。地元の猟師が獲った、熊・猪・鹿・兎などで作る珍しいジビエ料理も味わえる。名物の信州手打ちそば900円・国産馬刺し1,800円・名物松本山賊焼き1,500円（ハーフ750円）など、信州の郷土料理が好評。国産馬肉を使用した豊富な馬肉料理が自慢。馬肉をはじめ、季節毎に変わるメニューもおすすめ。信州の地酒・地焼酎も豊富。



金魚の看板が目印！
出張の方や観光客にも人気！

【住】松本市中央1-4-2 酒楽ビル 2F・3F
【営】17:00~23:30
【休】無休 【席】100席

信州・本場名物と地酒
せっかく松本に来たなら、

松本グルメを

松本山賊焼
信州そば
清流川魚
地物野菜
信州地酒

そば処郷土居酒屋 和利館

MAP P20 C-2

☎0263-33-7960

座敷がメインの店内は、昔ながらのホッと落ち着ける雰囲気。旬の食材を使用したおつまみと地粉100%の手打ちそばをゆっくりと味わえる。10種類の地酒は試飲サイズをご用意！飲み比べを楽しんで！時間をかけ丁寧に下処理したジビエは、「鹿肉クリスピー唐揚げ990円」、「またぎ焼3串セット1,500円」が人気！馬肉料理も種類豊富。メニューは昼と夜で替わるので、時間帯によって色々な楽しみ方ができる。



食べ比べできる馬刺し盛り合わせ

【住】松本市中央1-3-2
【営】11:30~14:00
17:00~22:30 (LO 22:00)
【休】日曜 【席】28席

創業明治32年から続く老舗の味を継承
本場の馬肉が堪能できる馬肉専門居酒屋

刺身 鍋 グリル 揚げ物 など 様々な馬肉料理を堪能



クーポン特典 P275
ドリンク1杯サービス

※生ビール(中)1杯/ハイボール/ソフトドリンクより選択
※1組最大4名様まで
※来店時 注文時にご提出ください

馬肉バル 新三よし 松本本店

MAP P20 C-4

☎0263-39-0141

馬肉専門居酒屋として、定番料理から創作料理までこだわりの馬肉料理を30種類以上ご用意。馬肉は高タンパク、高ミネラル、低カロリー、さらにはコラーゲンたっぷりのため美容や健康にも◎。他、郷土料理・信州特産品・地酒も多数取り揃えており、接待や観光にも最適! 賑やかながらも落ち着いていられる居酒屋の世界観を大切にしており、店内は馬に関する置物や時代を感じられる古き良きノスタルジックな雰囲気となっている。



カウンター席もあるので
お一人でも安心してご来店OK

【住】松本市中央1-7-17 毛利ビル1F・2F
【営】11:30~14:00(LO 13:30) 【休】無休
17:00~22:00(LO 21:30) 【席】140席

を楽しむならココ! 6選
ココのお店がおすすめ。

まるかじり!!

信州人が
愛する
味と料理
馬肉料理
信州珍味

隠れた名店で味わう郷土料理の数々



松本で愛される
食ベログ百名店

おすすめ

- ★自家製鮎一夜干し 950円
- ★信州牛の石焼き 2,900円
- ★懐石コース 6,600円~

味処 きく蔵

MAP P21 C-4 ☎0263-36-3728

落ち着いた和の空間で、旬の味覚を楽しむ。山菜や鮎、地元食材を使った料理が好評。地元産の上質な馬刺し1,650円。地酒・焼酎・ワインも充実。

【住】松本市大手4-7-10
【営】17:30~21:30(LO)
【休】日曜 【席】42席



松本駅から徒歩1分の好立地!
蕎麦と地酒が味わえる郷土料理店

名物の馬刺しの他、信州の酒に合う1品の数々



クーポン特典 P275
ドリンク1杯サービス

※詳細はスタッフまで
※ランチタイムコース予約では不可
※来店時 注文時にご提出ください

そば居酒屋 蔵のむこう

MAP P20 B-2

☎0263-36-7880

松本駅から徒歩1分のそば居酒屋。信州の酒と食材にこだわる店。国産馬肉を使用した馬刺しをはじめ、そば粉を使った料理や山菜など信州の味覚や旬の料理も堪能でき、信州の地酒や地焼酎も豊富。酒蔵と提携もあり、ここでしか味わえない地酒も常備。純日本建築の風情ある店内でくつろげる。1階2階含め全席がテーブル席。地粉を使用している「信州そば(各種)」は特にオススメの逸品。



大きなちようちんが印

【住】松本市中央1-2-21
【営】11:30~14:30 17:00~23:30
【休】無休 【席】70席

信州トラベルナビ編集部がおすすめする4選 〈松本市内〉

こだわり

評判



松本ラーメン

信州・松本の人気ラーメン店。各店の看板ラーメンをご紹介します。

豚骨醤油らあめん(並) 880円



クーポン特典 P27に
あるよ!
好きなトッピング
1品サービス
※複数注文の方1品につき1品
※注文時に提出ください

松本駅近くのメニュー豊富なラーメン店
濃厚でクリーミーな豚骨スープが絶品!
豚骨らあめん とんこつ家ZUN(ずん)
専門店

【住】松本市中央1-2-16 1F ☎0263-87-8839
【休】不定休 【席】25席 【P】なし
【営】11:30～深2:00 売切次第終了 MAP P20 B-2

自慢の豚骨スープは濃厚でクリーミー。全てのラーメンは味濃淡・脂・麺の茹で加減の調整が可能。チャーハン・飯物・唐揚げ・餃子等やアルコールも豊富。



味玉中華そば 1,200円



オススメ

★炭焼 中華そば1,000円
★鶏白湯 鶏そば1,100円
★炭焼 鶏そば1,000円

和モダンで落ち着いた雰囲気。中華そば・塩そば・鶏そばに加え、もっちりとした太麺と濃麗・超濃厚のつけ汁が選べる「つけそば」もおすすめ。

昨年11月、松本にオープン!
美しく上品な感動の味わい極上中華そば!

麺道 麒麟児 松本空港東店

【住】松本市空港東 8973-1 ☎0263-50-7139
【営】11:00～14:30(LO) 【休】水曜 【席】18席 【P】15台
17:30～20:30(LO) 17:00～20:00(LO/土・日・祝) MAP P26



松本ブラック 900円



クーポン特典 P27に
あるよ!
味玉1個サービス
※複数注文の方1品につき1個
※注文時に提出ください

豊富な種類のラーメンの他、
お酒やおつまみも充実! にもオススメ!

中華そば マルキ商店

【住】松本市深志2-1-5 ☎0263-36-0838
【営】11:30～13:30(LO/火～金) 18:00～24:30(LO/月～木)
18:00～深1:30(LO/金・土)
【休】日曜 【席】32席 MAP P20 C-4

見た目真っ黒のスー
プが印象的な自家
製黒がし醤油を使
用した「松本ブラ
ック」は、醤油のコ
クが効いたスッキ
リスープが好評。毎日
深夜まで営業!



黄昏そば 900円



クーポン特典 P27に
あるよ!
味玉1個サービス
※複数注文の方1品につき1品
※注文時に提出ください

毎日でも食べられる優しい味わい
昔ながらの中華そば「黄昏そば」が自慢
麺屋 黄昏(たそがれ)

【住】松本市庄内1-1-26 ☎0263-24-0788
【営】10:00～14:15(LO) 17:00～19:30(LO) 【休】火曜 【P】5台
7:00～13:45(LO/祝日の月曜) 【席】22席 MAP P20

看板メニューは、昔
ながらのあっさり系
の中華そば「黄昏
そば」。油を使わな
いヘルシーなゆで
ギョーザ(3個250
円・5個400円)も
好評。

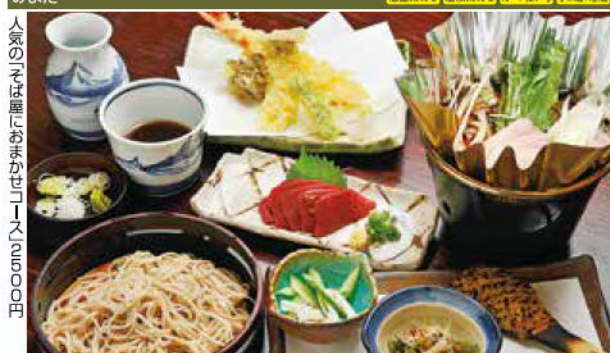


花時計公園周辺 そば・郷土料理 MAP P20 B-4

そばきり **みよ田** 松本店
みよた

☎0263-37-1434

個室あり 庭敷あり カード払い可 子連れ歓迎



信州の蕎麦とお酒・郷土料理が自慢
「そば屋におまかせコース」が好評！



信州ならではの蕎麦の他、郷土料理や季節の一品料理も豊富。蕎麦や料理に良く合う厳選された信州の地酒とそば焼酎もおすすめ。旬の味覚が堪能できるそば屋におまかせコースは2,500円。1年中味わえる「とうじそばプラン」は、とうじそば・セイロ・そば米雑炊がセットになり1,980円〜とお得。

おすすめの天ざる1,580円

クーポン特典 **P27F**
あるよ！
飲食代金10%割引
※会計時に提出ください

11:30 ~ 15:00 (LO 14:30)
17:00 ~ 20:30 (LO 20:00)
11:30 ~ 15:00 (LO 14:30/B)
不定休 50席
http://www.ohtaki-gp.net/
松本市中央2-1-24
五幸本町ビル1F 東横イン隣



松本駅周辺 そば・郷土料理・居酒屋 MAP P20 B-2

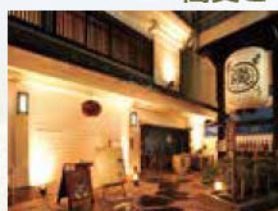
そば居酒屋 **蔵のむこう**
くらのむこう

☎0263-36-7880

個室あり 庭敷あり カード払い可



松本駅から徒歩1分の好立地！
蕎麦と地酒が味わえる郷土料理店



大きなちょうちんが目印

松本駅から徒歩1分のそば居酒屋。信州の酒と食材にこだわる店。国産馬肉を使用した馬刺しをはじめ、そば粉を使った料理や山菜など信州の味覚が堪能でき、信州の地酒や地焼酎も豊富。純日本建築の風情ある店内でくつろげる。自慢の蕎麦は地粉を使った香り豊かな本物の手打ちそば(1枚900円)。

クーポン特典 **P27F**
あるよ！
ドリンク1杯サービス
※自前はスタッフまで
※ランチタイム・コース予約では不可
※来店時 注文時に提出ください

11:30 ~ 14:30
17:00 ~ 23:30
無休
70席
松本市中央1-2-21



松本に着いたらぜひ食べたいのが「信州そば」。
いろいろなそばの種類があり、盛り方や食べ方もいろいろ。
奥が深い絶品の名物。
信州そばを味わってください。

信州名物 **信州そば**
松本の街なかで味わう本場の味



松本城周辺 そば・郷土料理 MAP P21 B-2

和食そば処 **たかぎ**
たかぎ

☎0263-33-1039

個室あり 庭敷あり 子連れ歓迎



松本城近く「そば通」が通う老舗の十割そば処
奈川名物「とうじそば」1,800円(2人前より)



靴のまま入室可能な明治時代の蔵宴席

そば通が通う老舗は地元客にも人気。安曇野産のそばを自社で製粉。鴨葱そば1,400円・天ざるそば1,800円他、おやき330円、松本名物の馬刺し・山賊焼等の郷土料理、うどん・御飯物・定食も豊富。その場で食べられるそば打ち体験もおすすめ(約1時間)。ピアガーデンオープン予定(要予約)。

クーポン特典 **P27F**
あるよ！
珍味1品サービス
※来店時 注文時に提出ください

11:00 ~ 20:00
11:00 ~ 22:00 (宴会)
(早仕舞いあり)
火曜
200席(2 ~ 4F)
5台
松本市大手3-5-12
たかぎビル2F



気軽に立ち寄れる

松本駅・松本城周辺 評判の味処

居酒屋・和食・洋食・郷土料理
幅広いジャンルの料理が味わえるお店を紹介！

お得な
クーポン
付き

松本駅・松本城周辺の
マップはP20・P21
をご覧ください

クーポンのご利用方法
P27の信州トラベルナビ

【共通クーポン券】を切り取ってご利用ください！

P27に
あるよ！

共通クーポン券

信州トラベルナビ【長野・松本】
2026/春・夏号 Vol.01

※本券1枚で1名様・1回限り有効
※他券・他サービス併用不可
※クーポン券のみの利用不可
有効期限 2026年11月30日

※本誌掲載の各種料金は【本体価格+消費税(10%)】の税込価格です。

※各種料金が店舗により変更となる場合がございますので、ご利用の際は改めて店舗にご確認ください。

※営業時間の短縮や臨時休業となる場合もございます。ご利用の際は改めて店舗にご確認ください。

公園通り周辺

郷土料理・居酒屋

MAP P20 B-2

大漁
たいりょう

☎0263-32-1386

個室あり 宴会あり カード払い可



馬刺しや山賊焼き880円

新鮮な魚と郷土料理が自慢
地酒の品揃えも豊富
郷土料理や季節の食材を使った料理で
「美味しい！」を日々追求中！信州の旨
い酒の飲み比べも楽しめる。ここでし
か飲めない地酒も…。地酒は升にて！



クーポン特典 P27に
あるよ！
地酒1杯サービス

※来店時・注文時にご提出ください

☎ 16:00 ~ 22:00 (L.O.)
休 日曜 (他2日程)
席 110席
松本市中央1-3-10

駅前通り周辺

郷土料理・居酒屋

MAP P20 C-2

居酒屋 ばんざい家
ばんざいや

☎0263-35-3008



日替わりのおばんざいがたくさん！

松本駅から徒歩約1分！
地酒・地ビール・地ワイン豊富
人気居酒屋「風林火山」の姉妹店。日替
りで並ぶ「おばんざい」がメイン。好
みで選べる3種盛1,200円等、単品
450円〜味わえる。



クーポン特典 P27に
あるよ！
松本ブルフリー
950円→750円

※1グループ全員、1杯まで。

☎ 17:30 ~ 23:00
17:00 ~ 23:00 (土)
休 日曜・月曜
(月曜祝日の場合は日曜営業)
席 38席
松本市中央1-3-18
カナエビル2F

しらかば通り周辺

串かつ

MAP P20 D-2

串かつ・夢屋
くしかつ・ゆめや

☎080-4059-9720

カード払い可 子連れ歓迎



名物おまかせ串5種盛935円

揚げたてサクサクの串かつと
手作りメンチカツが自慢！
地元の食肉や農家直送の旬野菜を使用。
フルーティでコクのある特製ソー
スで食べる串かつ1本165円〜。手作
りメンチカツ550円。焼酎と一緒に！



クーポン特典 P27に
あるよ！
串2本サービス

※串の内容はスタッフまでご確認ください
※来店時・注文時にご提出ください

☎ 17:00 ~ 23:30 (L.O.)
15:00 ~ 23:30 (L.O./土)
15:00 ~ 21:30 (L.O./日)
休 月曜
席 26席
松本市深志1-3-21
アルビコプラザホテル1F
松本つなぐ横丁内

しらかば通り周辺

たこ焼き・居酒屋

MAP P20 D-2

タコとハイボール
たこはいはーる

☎080-4613-5785

カード払い可 子連れ歓迎



たこ焼き機付きのテーブルでタコバモ！

相性抜群！タコ×ハイボール
種類豊富なたこ焼きを堪能！
こだわり出汁が決め手の焼きたてのた
こ焼きとキンキンに冷えた超炭酸のハ
イボールの組み合わせは絶品！人気
No.1九条ねぎマヨ(4個)495円〜。



クーポン特典 P27に
あるよ！
すぐ出るおつまみ
1品サービス

※来店時・注文時にご提出ください

☎ 17:00 ~ 23:30 (L.O.)
15:00 ~ 23:30 (L.O./土)
15:00 ~ 21:30 (L.O./日)
休 月曜
席 20席
松本市深志1-3-21
アルビコプラザホテル1F
松本つなぐ横丁内

深志周辺 割烹 MAP P20 D-4
割烹仙岳 松本店 ☎0263-35-7849
 かつぼうせんがく ランチあり 個室あり 包丁屋あり カード払い可



創業から50余年、歴史と伝統を誇る美味しさ
 ゆっくりのくつろぎ和空間をご提供！



白い看板が目印

松本駅から徒歩約5分。しゃぶしゃぶ・ふく刺・天ぷらなどを中心とした会席料理の老舗割烹。新鮮食材は豊洲から直送。各種大小様々なお部屋をご用意。会食・接待・宴会など幅広く利用できる。旬の味わいを楽しめるおすすめの会席コース6,050円～12,100円。飲み放題コースもあり。

おすすめ情報

★黒毛和牛しゃぶしゃぶ(1人前) 3,850円・天ぷら盛り合わせ2,750円・焼き力二2,420円・会席コース(桐)8,250円

☎ 11:00～14:00
 (昼は完全予約制)
 17:00～22:00
 (LO 21:00)
 休 月曜
 席 180席

松本市深志2-2-15



松本駅前周辺 居酒屋・肉料理 MAP P20 C-2
百式 ☎0263-39-1685
 ひやくしき 個室あり 包丁屋あり カード払い可



黒毛和牛溶岩焼きと挽き肉料理がおすすめ！
 長野県産地酒が豊富な大人の隠れ家



雰囲気の良い落ち着いた店内

溶岩プレートでふくらむジューシーに焼き上げる肉厚ステーキが間違いナシ！おすすめはもちろん黒毛和牛！日本酒は地酒から各地の希少な銘酒までお肉にピッタリな一杯をご提案。目の前で注ぐサービスは酒好きにも好評！コース料理3,300円～、飲み放題コース+2,200円～をご用意。

クーポン特典 P27
ドリンク
1杯サービス
 ※生ビール・サワー・ソフトドリンク・地酒より選択
 ※来店時・注文時に提出ください

☎ 17:00～24:00
 休 不定休
 席 46席
 松本市中央1-3-2 B1F
 マクドナルド右奥地下



深志周辺 創作料理 MAP P20
梅風閣 ☎0263-32-6310
 深志神社 ばいふうかく ランチあり 個室あり 包丁屋あり カード払い可 子連れ可



旬の素材を使った美しい料理と思いに残る素晴らしいひとときを演出してくれる※写真は宴会プランのイメージ



名残さまでいご宴会場200名様までご予約可

おすすめ情報

- ★人数に合わせた個室も用意
- ★駐車場無料70台(天神小路→正面烏居のすぐ右側の通路奥)
- ★写真スタジオ完備
- ★ご予算に応じて各種宴会のご予約承り中
- ★深志神社でのご祈禱は別途になります

☎ 10:00～22:00
 (完全予約制)
 休 無休
 席 200席
 P 70台(深志神社の境内内)
 HP <https://baifukaku.jp>
 松本市深志3-7-43



神社併設の結婚式場として県下最大規模の梅風閣
 各種宴会プランご予約承り中！

家族の集まりや少人数の食事会の他、200名様までの各種宴会も。厳選した季節の食材を使用した料理長おまかせの和洋折衷料理プラン7,480円・8,580円が人気。デザート付きコースも5,280円・6,380円の2種から選べる。フリードリンク付き宴会プラン(2時間・30分前OS)は、2,200円(瓶ビール・日本酒(燗)・麦焼酎(水割り)・ウイスキー(水割り)・ノンアルコールビール・ソフトドリンク2種。他、2,420円・2,640円の3種をご用意。昼間やアルコールの苦手な方向けに、ノンアルコールフリードリンク1,100円または1,650円コースもあり。



目にも鮮やかな単品料理もあり

中町通り周辺 居酒屋・和食 MAP P21 C-3
くろ門 松本 くらもん ☎0263-32-7683
 ランチあり 個室あり 座敷あり カード払い 子連れ歓迎



旬の味を堪能! 中町通りにある季節料理和食処 信州の誇る日本酒も各種勢ぞろい

四季折々の旬な素材を活かし、和の基本的な技法で一流の板前が作る料理。松本奈川産信州サーモン、富山湾産生ホタルイカ・生白エビ等、産地直送の魚介類を堪能。昼は山賊焼、その他山形村の美味しいとろろや地元産山菜(タラの芽・山うど・コシアブラ)もおすすすめ。

蔵のはなれ、2階和室は全てテーブル席

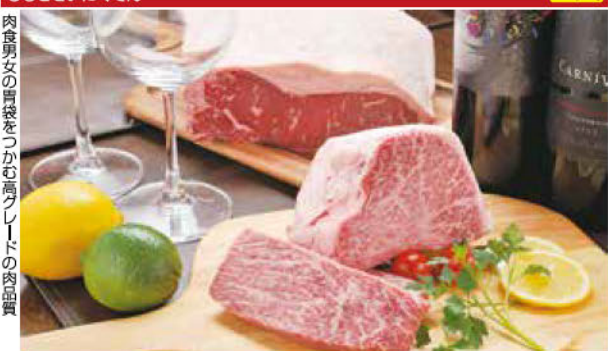
クーポン特典 227円
ドリンク1杯サービス
 ※グラスビールクーポン系より選択
 ※来店時 注文時にご提出ください

☎ 11:30 ~ 14:00
 17:30 ~ 22:00 (L.O 21:30)
 休 日曜・月曜
 席 60席

松本市中央2-9-11



松本駅前周辺 居酒屋・肉料理 MAP P20 C-2-B-2
モモセ精肉店 松本駅前店・伊勢町店 ☎0263-35-9889
 ももせいにくてん カード払い



名物山賊焼き・馬刺し・郷土料理も味わえる 国産和牛をナント1g〜原価売り!

肉の等級A5以上の「黒毛和牛ステーキ」は1g=約10円と旨い肉がお手頃価格(肉価格は相場により変動)。信州ならではの馬刺しや山賊焼きなど郷土料理もご用意。こだわりの信州の地酒や信州産ワインなど、肉に合う美味しい酒も多数揃う。姉妹店・伊勢町店はこちら! 0263-32-2005

料理に合うこだわりの地酒を楽しめる

クーポン特典 227円
ドリンク1杯サービス
 ※生ビール・ソフトドリンクより選択
 ※来店時 注文時にご提出ください

伊勢町店/☎0263-32-2005
 ☎ 17:00 ~ 24:30 (L.O)
 休 日曜(祝前日の場合営業)
 駅前店/43席
 伊勢町店/34席
 駅前店/松本市中央1-3-7
 セントラルビル2F
 伊勢町店/松本市中央1-12-18



松本駅前周辺 海鮮創作料理・居酒屋 MAP P20 B-2
松本牡蠣入し時 Matsumoto Kakiire Doki ☎0263-87-3397
 まつもとかきいれどき カード払い



東京の人気店「牡蠣入し時」が県外初出店! 全国から仕入れる旬の牡蠣と絶品海鮮創作料理

松本駅前城口から徒歩約2分。モダンで落ち着いた雰囲気店内。全国各地から仕入れる旬の生牡蠣、牡蠣料理をはじめ、職人が丁寧に焼き上げる焼き牡蠣は逸品。その他、海鮮や地元食材を使った料理の数々。信州をはじめ全国の貴重な地酒・ワインなども種類豊富に揃う。

鮮度抜群の魚介を創作料理で!

クーポン特典 227円
お通し代サービス (牡蠣のオイル揚げ1ヶ付き)
 ※来店時にご提出ください

☎ 17:00 ~ 24:00
 休 不定休
 席 40席

松本市中央1-14-20
 レインボータウン 1F



花時計公園周辺 そば・郷土料理 MAP P20 B-4
そばきり みよ田 松本店 ☎0263-37-1434
 みよた 個室あり 座敷あり カード払い 子連れ歓迎



信州の蕎麦とお酒・郷土料理が自慢 「そば屋におまかせコース」が好評!

信州ならではの蕎麦の他、郷土料理や季節の一品料理も豊富。蕎麦や料理に良く合う厳選された信州の地酒とそば焼酎もおすすすめ。旬の味覚が堪能できるそば屋におまかせコースは2,500円。1年中味わえる「とうじそばプラン」は、とうじそば・セイロ・そば米雑炊がセットになり1,980円〜とお得。

おすすすめの天ざる1,580円

クーポン特典 227円
飲食代金10%割引
 ※会計時にご提出ください

☎ 11:30 ~ 15:00 (L.O 14:30)
 17:00 ~ 20:30 (L.O 20:00)
 11:30 ~ 15:00 (L.O 14:30/日)
 休 不定休 席 50席
 伊勢町店/☎0263-37-1434
 松本市中央2-1-24
 五幸本町ビル1F 東横イン隣



オール信州が 味わえます



信州上田発祥の食文化 美味だれ焼き鳥

- 信州の地酒 日本酒/クラフトビール
- 信州蕎麦
- 馬刺し
- 上田地鶏「真田丸」
- 飯田おでん



文化庁より認定された
一〇〇年フードに
認定!

やきとりとしては初めて認定された
すりおろしニンニクが入った
醤油ベースの美味だれ焼き鳥が味わえる店

お一人でちょこっと飲みたい方も大歓迎! 席料、お通し代なし。

上田駅前所線改札
徒歩約5秒

やきとり番長® 上田駅ナカ店

上田市天神1-1

0268-26-1881

詳細はこちら



松本駅
徒歩約3分

やきとり番長® 松本つなぐ横丁店

松本市深志1丁目3-21 アルビコプラザホテル1階

080-3728-1818 月曜定休

詳細はこちら



インスタフォローで
使えるCOUPON!

ドリンクサイズアップ券

2026年11月末まで有効
※松本・上田共通
※生ビール除く



すのろく

旬
彩
弁
当



四季の恵みを味わうひと折

地元の旬の食材を大切に使い、
健康を大切にしながら、美味しさも妥協しない、
そんな特別な一膳をお届けします。

一番
人気

玄武 Genbu

2,160円(税込)

長野の自然の恵みをふんだんに盛り込んだ、
すのろく基本のお弁当です。

サイズ:奥行181×幅184×高さ44(mm)



青龍 Seiryu

1,620円(税込)

焼いた鯛の骨からダシを取り、
炊き上げた炊き込みご飯と
野菜中心の口取りです。

サイズ:奥行108×幅204×高さ47(mm)



朱雀 Suzaku

1,620円(税込)

甘く炊いた牛肉のしぐれ煮と
焼き魚を加えた口取りです。

サイズ:奥行108×幅204×高さ47(mm)



白虎 Byakko

3,240円(税込)

選べる御飯(白米・炊き込みご飯)と
二十種類以上のおかずを盛り込んだ
二段のお弁当です。

サイズ:奥行95×幅180×高さ95(mm)



麒麟 Kirin

5,400円(税込)

六つ区切りの松花堂のお弁当です。
お祝い事などの特別な日に。

サイズ:奥行180×幅265×高さ60(mm)

すのろくの特徴

壺 無添加・無着色 体にも心にもおいしい商品を
「ありのままの自然を食すことが1番の健康」と考え、
合成保存料・着色料・化学調味料は一切使用していません。

式 丁寧な仕事 素材を引き立てる、極上の出汁
日本国内の厳選された、昆布鷹節を使い、琥珀色に引かれた出汁。
それが、すのろくのすべてです。

参 信州の四季 自然が、人が主役のお弁当
ありのまま、自然を主役と考えたすのろくのお弁当は、
味はもちろんのこと、心と身体の健康も考えて作られています。

ご注文方法

下記ホームページより、ご注文用紙を印刷またはダウンロードしていただき、FAXやメールにてお送りください。
配達エリアや数量、シーンに合わせたおすすめのお弁当についてなど、お気軽にご相談ください。

《 電話・FAX 》 0263-31-0475

《 お電話の受付時間 》 10:00~18:00

※時間外はメールでの受付となります。



ホームページ
sunoroku.com

【住所】〒390-0811 長野県松本市中央3-4-9 女鳥羽川沿い

【電話】0263-31-0475 【定休日】日曜日・祝日 【メール】info@sunoroku.com

※お弁当の店頭販売は行っておりません。 ※駐車場はございません。 ※お弁当の最終受付は、受け取り日の前日の12:00までとなります。
※季節により、お弁当の具材は異なるため写真のイメージとは内容が異なる場合がございます。
※お弁当は1日50個限定となり、ご注文をお断りする場合もございます。 ※お弁当の食材や調理方法、内容のご相談なども承っております。

松本市内の配達可能です

※原則、松本市内への配送のみとさせていただきます。
※ご希望の時間に伺えない場合がございます。
必ず店舗へご連絡をお願いいたします。

美しく上品な感動の味わい。

長野で行列のできる中華そばの名店※

※麒麟児本店は「ラーメンデータベース」長野県人気のラーメン屋さん通算ランキングNo.1(2026年4月17日時点)、2024年・2025食ベログ百名店、評価3.70の大人気店です。

2025年

11月5日水

OPEN!

松本空港東店

松本市空港東8973-1



休 水曜 P 15台

TEL 0263-50-7139

月～金/ 11:00～14:30 (LO) 17:30～20:30 (LO)

土日祝/ 11:00～14:30 (LO) 17:00～20:00 (LO)

淡麗 味玉中華そば(写真)

1,200円

淡麗 中華そば 1,000円

中華そばを中心に塩そば、鶏そば、淡麗つけそば、超濃厚つけそばなど、多彩なラーメンが味わえる長野の名店「麒麟児」ブランド。美しく上品な感動の味わいが人気。

丁寧に煮出した極上のスープとこだわりの麺との相性が抜群で、その旨味がロの中に広がる至福の一杯。自慢の淡麗醤油スープを使った「中華そば」、貝出汁の塩を合わせたスッキリとした味わいの「塩そば」、濃厚で贅沢な味わいの鶏白湯「鶏そば」、定番の淡麗つけそばと超濃厚な鶏搾りつけそばも好評。



公式ホームページ

麺道 麒麟児 グループ

本店

長野市川中島町原657-4

TEL 026-214-2985

10:45～14:00 (LO)

17:30～20:00 (LO)

10:00～15:00 (LO/土・日・祝)

※食材が無くなり次第閉店

☎ 月・火曜定休 P 13台



大門店

長野市大門町55-1

善光寺門前 ばていお大門内

11:00～15:00

※売り切れ次第終了

☎ 不定休

P 表参道もんぜん駐車場指定の20分無料券補助あり

南長池店

長野市南長池196-1

TEL 026-285-0159

11:00～14:30 (LO)

18:00～20:30 (LO)

☎ 不定休

P 12台



佐久店

佐久市岩村田161-1

TEL 0267-88-8109

11:00～15:00

18:00～21:00

☎ 無休

P 共有32台



松本駅周辺MAP



We welcome international customers as well.

山海の幸・季節の肴

炉ばた庄屋

☎0263-37-1000

17:00~24:00(LO 23:15)



ホテルウェルカム横向い



宴会のご要望は
こちらへ

robatashoya@gmail.com

お客様のご宴会料理をプランニングいたします。
メールにて送信していただきながら、宴席がより充実したものになるよう力を入らせて頂きます。

安曇野産わさび菜おひたしサービス

※他券・ポイントカード等との併用不可。クーポンのみの利用不可。

【信州トラベルナビ】有効期限2026年11月30日

郷土の味いろいろ

- ・イワナ塩焼き
- ・山賊焼き(小)
- ・隣の釜煮
- ・手打ち蕎麦
- ・野沢菜
- ・山賊焼き(大)
- ・イナゴ佃煮
- ・五平餅
- ・馬のレバー刺身
- ・信州サーモン刺身

大好評の炉ばたを囲む大きなカウンターには
全国から日替りて取り寄せた船直の新鮮な
魚介や地元産の野菜などがずらりと並び



「旬の旨い」を
じゃるびで...

松本城・中町周辺MAP



信州のおすすめアイテムが 勢ぞろい



地元のおの人へのおみやげに。
大切な方への手土産にも。
長野県内のおみやげを豊富に
ラインナップしております。
五千尺ホテル上高地
オリジナル商品も
お求めいただけます。

松本のおみやげや

BY GOSENJAKU

松本のおみやげや
アルビコプラザ
松本市深志1丁目2-30 B1F
TEL 0263-88-0101
【営】9:00~18:00

松本のおみやげや
MIDORI松本
松本市深志1丁目1-1 1F
TEL 0263-37-7200
【営】10:00~20:00

松本のおみやげや
アイシティ21
東筑摩郡山形村7977 1F
TEL 0263-88-7733
【営】10:00~19:00

Instagram
松本のおみやげや
GOSENJAKU