

穂高温泉郷エリア

1



当館から一番近いそば屋です。

せきしょうあん
石松庵

■安曇野市穂高有明7682-6 ■TEL / 0263-83-5858 ■定休日 / 木曜日
■営業時間 / 12:30-14:30 (そば売切れ次第終了)
■ホテルから歩いて約3分

2



有明産のそば粉を使用した「挽きたて・打ちたて・茹でたて」の一品が味わえます。

Vif穂高 味彩館

■安曇野市穂高有明37751 ■TEL / 0263-81-5656 ■定休日 / 12/29~1/5 ■営業時間 / 11:00-14:00 (L.O.)
■ホテルから歩いて約5分

3



開店前から行列のできる人気のそば屋です。とろろそばがおすすめ。

そば処 遊庵 あさかわ

■安曇野市穂高有明8053-4 ■TEL / 0263-83-3637 ■定休日 / 水曜日
■営業時間 / 11:30-14:00 (売れ切れ次第終了)
■車で約3分

4



信州安曇野 山麓線沿いにある手打ちそば屋です。

安曇野そば処 双葉

■安曇野市穂高有明3617-45 ■TEL / 0263-83-5656 ■定休日 / 水曜日
■営業時間 / 11:00-15:00 (売れ切れ次第終了)
■車で約3分

5



どこよりも喉越しにこだわった十割そばと、天ぷらの海老もどこよりも大きくプリプリです。

しいあん
そば処 志水庵

■安曇野市穂高有明7348-24 ■TEL / 0263-88-8197 ■定休日 / 水曜日
■営業時間 / 11:00-16:00
■車で約6分

6



味を楽しむ人は、一人前。腹ごしらえの人は、二人前。蕎麦好きの人は、大ざる。蕎麦無しでは生きられない人は、気狂いぞろ。

そば処 くるまや

■安曇野市穂高有明7023 ■TEL / 0263-83-2515 ■定休日 / 月曜日
■営業時間 / 11:00-18:30 (L.O.) (売れ切れ次第終了)
■車で約7分

7



薄皮で具沢山のこだわりのおやきを作っています。

さかた菓子舗

■安曇野市穂高有明8177-3 ■TEL / 0263-88-2737 ■定休日 / 月火曜日
■営業時間 / 10:00- (売れ切れ次第終了)
■車で約3分

8



フレンチシェフの営むおやき専門店です。

まま
儘にOYAKI

■安曇野市穂高有明7640-2 ■TEL / 080-9513-8254 ■定休日 / 木金曜日
■営業時間 / 10:00-15:00
■車で約3分

堀金エリア

9



安曇野産の蕎麦粉、米、野菜、信州サーモン等を使い手作りの旬の味が楽しめる隠れ家的な定食と蕎麦処です。

とみ
安曇野旬彩 十味

■安曇野市堀金島川5440-1 ■TEL / 0263-72-7213 ■定休日 / 月・第3火曜日
■営業時間 / 11:30-14:00、17:30-20:00
■車で約12分

10



安曇野屈指の盛りの良さの安曇野産地粉を使用した二八、十割そばを揃えています。

そばの庵 はや田

■安曇野市堀金三田小田多井270 ■TEL / 0263-71-2354 ■定休日 / 水曜日
■営業時間 / 11:30-15:00
■車で約15分



穂高・穂高駅エリア

11



お母さんが作る素朴な素材の「まま」の良さを生かした体に優しい味です。

安曇野蕎麦ままそば

■安曇野市穂高有明10024 ■TEL / 0263-87-5255 ■定休日 / 水木曜日
■営業時間 / 11:30-15:00
■車で約5分

12



そば粉は、信州ハケ岳の麓の玄そば、水は安曇野の天然水を使用しています。

かみじょう
そば処 上條

■安曇野市穂高5256-1 ■TEL / 0263-82-4411 ■定休日 / 月火曜日
■営業時間 / 11:00-15:00 (売れ切れ次第終了)
■車で約7分

13



そば好きの方には大ざるそばがオススメ!喉越しのよいお蕎麦を是非ご賞味ください!

すずき
そば処 寿々喜

■安曇野市穂高5609-3 ■TEL / 0263-82-4024 ■定休日 / 月曜日
■営業時間 / 11:00-15:00
■車で約8分

14



茹で洗い、冷やし、ダシにいたる全ての工程水100選で作るおそばを是非ご賞味ください。

民芸 そば処一休庵

■安曇野市穂高5957-4 ■TEL / 0263-82-8000 ■定休日 / 月曜日
■営業時間 / 11:00-17:00 (L.O.16:50) (売れ切れ次第終了)
■車で約10分 (穂高駅から歩いて約1分)

15



駅から近く、十二打ち蕎麦「外二」は格別です。

麺元 田舎家

■安曇野市穂高5968-2 ■TEL / 0263-82-6928 ■定休日 / 火曜日
■営業時間 / 11:00-17:00
■車で約10分 (穂高駅から歩いて約1分)

16



石臼挽きの純手打ちそば。匠の技が成し得る逸品です。

百八 (ももはち)

■安曇野市穂高4508 ■TEL / 0263-81-3232 ■定休日 / 火曜日
■営業時間 / 11:00- (そば終了次第)
■車で約10分 (穂高駅から歩いて約1分)

豊科・明科エリア

17



皮がもちもち・パリパリのカレー味のおやきがあります。

ひつじ屋

■安曇野市穂高5951-1 ■TEL / 0263-82-3888 ■定休日 / 水木曜日
■営業時間 / 10:00-17:00
■車で約10分 (穂高駅から歩いて約1分)

18



安曇野の名水と、つなぎを一切使用しない三たて製法の信州蕎麦です。

そば処 せきや安曇野店

■安曇野市豊科南穂高重柳6344-1 ■TEL / 0263-87-6648 ■定休日 / 不定休
■営業時間 / 平日10:00-15:30、土日9:30-19:30
■車で約15分

19



隠れ家的な場所にある本格手打ち蕎麦の店。

よしもと
蕎麦処 吉盛

■安曇野市明科中川手2481-13 ■TEL / 0263-62-5006 ■定休日 / 月火曜日
■営業時間 / 11:00-13:30 (売れ切れ次第終了)
■車で約17分

20



常時20種類以上!おやきの種類の豊富さが魅力。

あづみ堂 安曇野インター店

■安曇野市豊科南穂高1115 (スワンガーデン安曇野内) ■TEL / 0263-71-1400 ■定休日 / 不定休
■営業時間 / 10:00-18:30
■車で約20分

21



硬くて厚い皮が美味しい、石焼きおやきです。

おやきの店 うしこし

■安曇野市豊科田沢7038-21 ■TEL / 0263-72-6318 ■定休日 / 水曜日
■営業時間 / 9:30- (売れ切れ次第終了)
■車で約22分

22



わんこと一緒に楽しめる蕎麦カフェです。

SOBA&CAFÉ "sanpo"

■安曇野市豊科南穂高6351-5 ■TEL / 0263-75-7474 ■定休日 / 水曜日 (祝日除く) ■営業時間 / 11:00-17:00 (L.O.16:30)
■車で約15分