



Tatsuno
たつの
Ibo no Ito hand-stretched
somen noodles
**手延素麺
揖保乃糸**
たつの市では約600年前から
手延そうめんの製造が行われていた。
地元産の原材料を使った
「揖保乃糸」は全国的に有名
Tatsuno has made hand-
stretched somen for 600 years.
The Ibo no Ito brand, made
with local ingredients, is
famous across Japan.



Wild Vegetable Cuisine Sukune Chaya
山菜料理 すくね茶屋
TEL 0791-63-0331 MAP P15B1
最高ランクの揖保乃糸「三神」を提供する
食事処。「三神」は幻のそうめんともよばれ、
飲食店で味わえるのは全国でここだけ！
⑤ たつの市龍野町下霞城22 ⑥ JR本竜野駅
から徒歩30分 ⑦ 11～17時(16時LO)、17～
22時 ※夜は事前予約制 ⑧ 木曜 ⑨ 30台
Sanshin, the highest grade of Ibo no Ito somen
noodles, is produced only in small amounts. Sukune
Chaya is the only restaurant in Japan that serves it.
Address: 22 Shimokajo, Tatsuno-cho, Tatsuno /
Access: 30 min. walk from JR Hon-Tatsuno Station
/ Hours: 11:00-17:00 (last order at 16:00),
17:00-22:00. Dinner is by reservation only. /
Closed: Thur. / Parking: 30 spaces

冷し三神ソーメン定食 1760円
Chilled Sanshin somen set meal
1,760 yen
コシが強い極細麺の「三神」を、
だしとたつの醤油をあわせた
麺ツユで味わう
Firm ultra-thin Sanshin noodles,
served with dipping sauce
made with Tatsuno soy sauce
and dashi stock

こんな体験もできます
More things to do

手延素麺製造体験 Hand-stretched somen making
手延そうめんを実際に引き延ばす作業を
体験できる。所要時間の目安は1時間。
Try hand-stretching somen noodles.
Allow about an hour.
⑥ 600円 ⑦ 9～17時 ※2日前までの要
事前予約 ⑧ 月・火曜(休館日およびその翌日は受入不可)
Fee: 600 yen / Hours: 9:00-17:00. Reservations required at least two days in advance.
/ Closed: Mon. and Tue. (as well as on museum holidays and the following day)
問合せ Contact
揖保乃糸資料館 そうめんの里 TEL 0791-65-9000 MAP P14B3
Somen no Sato Ibo no Ito Museum



鯛そうめん(温) 1400円
Tai somen (hot) 1,400 yen.
甘辛い醤油で煮た鯛のか
ぶと煮と、そうめんがセット
になった人気メニュー
A popular set meal of
somen and red sea bream
simmered in sweet and
savory soy sauce

Restaurant Iori
レストラン庵

TEL 0791-65-9000 MAP P14B3
(揖保乃糸資料館 そうめんの里)
Somen no Sato Ibo no Ito Museum
「揖保乃糸資料館 そうめんの里」
に併設。そうめんやにゅうめんは単品のほか御膳でも味わ
える。揖保乃糸の製法を応用したラーメンも人気。
⑤ たつの市神岡町奥村56 揖保乃糸資料館 そうめんの里内 ⑥
山陽自動車道龍野ICから車で約10分 ⑦ 11～21時(20時LO)
※ランチは～14時30分 ⑧ 月曜(祝日の場合は翌日) ⑨ 70台
Located within the Somen no Sato Ibo no Ito Museum. Somen and hot
nyumen noodles can be enjoyed à la carte or in set meals. Ibo no
Ito-style ramen is also a popular option. Address: 56 Okumura,
Kamioka-cho, Tatsuno (inside Somen no Sato Ibo no Ito Museum) /
Access: 10 min. drive from Tatsuno IC on Sanyo Expressway / Hours:
11:00-21:00 (last order at 20:00). Lunch until 14:30 / Closed: Mon.
(open if public holiday, closed following day) / Parking: 70 spaces



ホルモン焼きうどん(1人前) 700円
Horumon yaki-udon (one serving)
700 yen
※写真は2人前 Photo shows two servings.
小腸をメインとしたホルモンやう
どん麺に味噌ベースのタレがよく絡
んだ逸品
A specialty dish of horumon
(mainly small intestines) and udon
noodles in a rich miso-based
sauce.

Yakiniku Shin-Sayo
焼肉 新さよ

TEL 0790-82-3398 MAP P14A3
昭和50年(1975)創業の老舗焼肉店。店主こだわりのホル
モンは黒毛和牛のみを使用。要予約の焼肉もおすすめ。
⑤ 佐用町佐用1001-3 ⑥ 中国自動車道佐用ICから車で約5分
⑦ 11時～14時30分(金曜は～14時)、16時30分～19時 ※土・
日曜、祝日は11～19時 ⑧ 火・水曜、ほか臨時休業あり ⑨ 8台
A yakiniku (grilled meat) restaurant established in 1975. The owner
takes pride in using only premium Japanese Black wagyu beef for their
specialty offal. The reservation-only yakiniku is also recommended.
Address: 1001-3 Sayo, Sayo / Access: 5 min. drive from Sayo IC on
Chugoku Expressway / Hours: 11:00-14:30 (Fri. until 14:00),
16:30-19:00. 11:00-19:00 on Sat., Sun., and public holidays / Closed:
Tue. and Wed. (may also be closed on other days) / Parking: 8 spaces

Shiso
宍粟
Botan nabe (wild boar hot pot)
ボタン鍋
天然の猪肉を使った
ボタン鍋は、里山が広がる
宍粟市ならではの冬の味覚
Botan nabe, made with natural
wild boar meat, is a signature
winter delicacy of Shiso, known for
its rolling satoyama landscape.



ぼたん鍋(1人前) 6050円 ※注文は2人前～
Botan nabe (one serving) 6,050 yen.
Please order at least two servings.
※写真は4人前 Photo shows four servings.
宍粟市産の猪肉を、コク深い白味噌仕立てのだ
しで味わう逸品。提供は例年11月15日～3月頃
A specialty dish featuring Shiso wild boar in a rich white
miso broth. Served from November 15 to around March.



朝獲れ生しらす丼 900円
Fresh morning-caught
whitebait rice bowl 900 yen
漁師が厳選した上質な生し
らすを使用。通年提供で
きるのは網元だからこそ
Made with premium raw
whitebait carefully selected by
local fishermen. Available
year-round because the eatery
is also a fishing operator.

Tatsuno
たつの
Same-day-catch seafood
前どれ魚介

播磨灘に面する地域では、
室津漁港などでとれた新鮮な
魚介をその日のうちに満喫でき
る In areas along the Harima Sea
coast, you can enjoy fresh
seafood harvested daily from
ports such as Murotsu.



Tsudau Suisan Restaurant
津田宇水産レストラン
TEL 079-324-0918 MAP P15B2
室津海域の網元として100年以上の歴
史を持つ津田宇水産が営むレストラン。
播磨灘が一望できる店内では、カキなど
の魚介類が一年を通して味わえる。
⑤ たつの市御津町室津850 ⑥ 山陽自動車
道龍野ICから車で約20分 ⑦ 10時30分～
14時30分(土・日曜、祝日は～15時30分)
⑧ 水曜(5月中旬～10月は水・木曜) ⑨ 70台
A restaurant operated by Tsudau Suisan, a
century-old fishing enterprise in the Murotsu
waters. It offers panoramic views of the Harima
Sea and serves oysters and other seafood
throughout the year. Address: 850 Murotsu, Mitsu-cho, Tatsuno / Access: 20 min. drive from Tatsuno
IC on Sanyo Expressway / Hours: 10:30-14:30 (until 15:30 on Sat., Sun., and public holidays) /
Closed: Wed. (Wed. and Thur. from mid-May to Oct.) / Parking: 70 spaces

Kamigori
上郡
Enshin Moro-don
円心モロどん
栄養価の高いモロヘイヤを粉末に
して麺に練り込んだうどん。
「円心」とは、上郡を拠点とした
武将の名にちなんだもの
Udon noodles incorporating
nutrient-rich powdered jute mallow in
the dough. "Enshin" refers to a samurai
warlord who was based in Kamigori.



Handmade Noodles &
Japanese Cuisine Tsukasa-an
手打ち麺・和食 司庵

TEL 0791-52-6003 MAP P15A2
そば粉にこだわった本格手打ちそばが自
慢のそば処。昼はボリューム満点の日替わ
りランチ、夜は瀬戸内海の魚を使った寿司
や天ぷらを提供している。
⑤ 上郡町大持19-5 ⑥ 播磨自動車道播磨新宮
ICから車で約20分 ⑦ 11～14時、17～21時
⑧ 不定休 ⑨ 10台
A soba restaurant known for its authentic handmade
noodles using premium buckwheat flour. It serves generous
daily lunch specials and sushi and tempura featuring Seto
Inland Sea fish in the evenings. Address: 19-5 Daimochi,
Kamigori / Access: 20 min.
drive from Harima-Shingu
IC on Harima Expressway /
Hours: 11:00-14:00,
17:00-21:00 / No fixed
holidays / Parking: 10
spaces

すじ 750円
Beef tendon 750 yen
甘辛く煮込んだ牛
すじが入った一品。
麺の種類は変更も
可能
Topped with tenderly
simmered, sweet and
savory beef tendon.
Choice of noodle
types available.



Shiki Shunsai Yawaragi
四季旬菜 和

TEL 0790-62-1120 MAP P15A1
地産地消にこだわった四季折々
の料理を、御前やミニ会席、創作料理などで堪能で
きる。夏季には地元漁師が釣った鮎料理も提供。
⑤ 宍粟市山崎町庄能392 ⑥ 中国自動車道山崎ICから車で
約5分 ⑦ 11時30分～14時、17～21時 ⑧ 火・水曜 ⑨ 20台
Enjoy locally sourced seasonal cuisine in various styles,
including set meals, mini kaiseki, and original dishes. In summer,
dishes featuring locally caught ayu (sweetfish) are available.
Address: 392 Shono, Yamasaki-cho, Shiso / Access: 5 min. drive
from Yamasaki IC on Chugoku Expressway / Hours: 11:30-
14:00, 17:00-21:00 / Closed: Tue. and Wed. / Parking: 20 spaces



Shiso
宍粟
Wild mountain yam dishes
自然薯料理
宍粟市波賀町の特産品。
強い粘り気や、きめ細かな
食感が特徴
A specialty product of Haga-cho,
Shiso, wild mountain yam is
known for its distinctive stickiness
and delicate, smooth texture.

Restaurant Kaede no Sato
レストラン楓の里

TEL 0790-75-3999 (道の駅みなみ波賀)
MAP P14B2 Minami Haga
Roadside Station
道の駅みなみ波賀(→P13)内のレストラン。食
事を注文すれば、宍粟市産コシヒカリや波賀
味噌を使った味噌汁、サラダがおかわり自由。
⑤ 宍粟市波賀町安賀8-1 ⑥ 中国自動車道山崎IC
から車で約30分 ⑦ 11時～14時30分(14時LO)
※土・日曜、祝日は～15時30分(15時LO) ⑧ 道の
駅みなみ波賀に準ずる ⑨ 65台
A restaurant located within the Minami Haga Roadside
Station (→P13). Meal orders include unlimited refills of
Shiso-grown Koshihikari rice, miso soup prepared with
Haga miso, and salad. Address: 8-1 Yasuga, Haga-cho,
Shiso / Access: 30 min. drive from Yamasaki IC on
Chugoku Expressway / Hours: 11:00-14:30 (last order
at 14:00); until 15:30 on Sat., Sun., and public holidays
(last order at 15:00) / Closed: Same as Minami Haga
Roadside Station holidays / Parking: 65 spaces

自然薯とろろ丼 1680円
Tororo (grated yam) rice
bowl 1,680 yen
自然薯の良質な風味や
粘りを堪能できる看板メ
ニュー
A signature dish
highlighting the flavor and
texture of wild mountain
yam



ナマステモロどん
(カレーつけ麺) 1000円
Namaste Moro-don (noodles with
curry dipping sauce) 1,000 yen
モロどんをインド風カレー
にくぐらせていただくオリジ
ナルメニュー
An original dish where you
dip Moro-don noodles in
Indian-style curry



Tea Room Yacht
喫茶ヨット

TEL 0791-52-0911 MAP P15A2
昭和42年(1967)創業の老舗喫茶店。ブイオン
やスパイスにこだわったインド風チキンカレーが
名物で、県外からも多くのファンが訪れる。
⑤ 上郡町駅前35 ⑥ JR・智頭急行上郡駅からすぐ
⑦ 8～18時(カレーは11時30分～) ⑧ 日曜 ⑨ 10台
Established back in 1967, it's known
for its house-specialty Indian
chicken curry made with select
bouillon and spices, drawing
visitors from far and near. Address:
35 Ekimae, Kamigori / Access: A
short walk from JR/Chizu Express
Kamigori Station / Hours:
8:00-18:00 (curry from 11:30) /
Closed: Sun. / Parking: 10 spaces



そうめんから
ボタン鍋まで
**やっぱり食べたい
ご当地の味!**

Must-try local flavors
肥沃な土地と好漁場の播磨灘を有し、食材に恵まれている西播磨エリア。
山海の幸を堪能できる、「ここだけの味」をご紹介します！
Nishi-Harima, blessed with fertile land and the rich fishing grounds
of the Harima Sea, abounds with high-quality ingredients.
Savor the bounty of both land and sea through local cuisine.



Horumon Udon & Teppanyaki Fuji
**ホルモンうどん・
鉄板焼き ふじ**

TEL 0790-82-2915 MAP P14A3
ホルモン焼きうどんは、地元の醬
油と味噌をお好みでブレンドした
つけダレで楽しむ。お好み焼きや
鉄板焼きなどのメニューも豊富。
⑤ 佐用町佐用3073-4 ⑥ 中国自動車
道佐用ICから車で約5分 ⑦ 11～14時、
17～20時 ⑧ 火曜夜、水曜 ⑨ 30台
Horumon yaki-udon is enjoyed with a
dipping sauce of local soy sauce and
miso blended as you like. There's also
a wide range of other dishes, like
okonomiyaki and teppanyaki. Address:
3073-4 Sayo, Sayo / Access: 5 min.
drive from Sayo IC on Chugoku
Expressway / Hours: 11:00-14:00,
17:00-20:00 / Closed: Tue. evening,
Wed. / Parking: 30 spaces



Sayo
佐用
Horumon yaki-udon
stir-fried noodles
**ホルモン
焼きうどん**
脂ののったホルモンや地元製麺所
の平麺を使用し、店ごとに味わい
が異なるタレで食べる鉄板料理
Horumon yaki-udon is juicy offal
and flat noodles from local
noodle makers cooked on an
iron plate. It's eaten with a sauce
that varies with each restaurant