



「ねぎ味噌ラーメン」にギョーザとライスのセットがお得。
「ねぎ味噌ラーメン+ギョーザとライスのセット/1,080円」

“変わらぬ味”が懐かしい

13 ラーメン麵太

煮干しダシのあっさりスープとコシのある麺が美味しい創業50年の「ドライブイン」のラーメン店。味付けは創業当初と同じで、昔と「変わらない味」で提供することから「昔カレー」というメニューがあるほど。



住 一戸町鳥越字野月内館 65-4
☎ 0195-33-4123
営 10:30~14:30
休 木曜日
P 20台 座 36席(座敷12席)



高原に吹く、新しい風。

15 奥中山高原温泉お食事処 ヤマボウシ

幅広いメニューが用意され、子どもから大人までゆっくりとくつろぎながらごはんを楽しむことができます。スキーや源泉かけ流しの温泉を楽しんだ後には、食堂でおいしいごはんをご賞味ください。

住 一戸町奥中山字西田子 662-1
☎ 0195-35-3131
営 4月~11月/11:00~21:00(20:30LO)
12月~3月/11:00~20:30(20:00LO)
休 なし P 150台(大型バス5台)
座 68席(座敷32席)



「もぐもぐランチ/800円」はお子様人気の定番メニュー!

こどもからの「ありがとう」のために

16 ハラヘッタ亭もぐもぐ

県立児童館「いわて子どもの森」内にある食堂で、カレーや麺類がそり、家族みんなで集うことができます。「安心・安全」をモットーに、感染対策やアレルギー表記などを徹底しています。

住 一戸町奥中山字西田子 1468-2
☎ 0195-35-3888
営 11:00~15:30
休 火曜日
P 199台(障がい者用13台)
座 80席



お客様との会話からヒントを得て生まれたという「麻婆ラーメン/700円」



一戸町全体図



奥中山周辺



大人気の「トンテキ定食/1,000円」。
ライスの大きさは小・中・大から選べます

どーん!と大盛り!

14 雅

「力仕事をする若者に向けて」と腕を振るうのは、店主の稚基さん。人気メニューは「トンテキ定食」で、プリッと柔らかいお肉と甘じょっぱいタレの相性はバツグンです。



住 一戸町奥中山字西田子 506
☎ 0195-35-2311
営 11:30~15:00、
18:00~21:00
休 日曜日 P 10台
座 32席(座敷16席)

地産地消へのこだわり

20 風~トゥーリ~

季節によって仕入れる食材を変えるという店主の田頭さん。そばは国産のものを、野菜や山菜は旬のものを取り入れています。テイクアウトの総菜やおにぎり、大福などをお土産にしていけるのもおすすめ。



おすすめは「ざるそば(大盛り)と旬の食材を使った天ぷらのセット/1,200円」

住 一戸町奥中山字大塚 9-2 ☎ 090-5187-0757
営 7~9月/11:00~16:00、10~6月/11:00~17:00
休 木曜日・金曜日 P 10台 座 16席

多様性のある地域と共に

19 結カフェ

「結」の心を大切に、地産地消ランチや地元奥中山のジャージー牛乳を使ったソフトクリームを提供しています。お土産やおやつに人気の「手作りクッキー」や「大判焼き」。真心のこもった味にリピート間違いなし!

住 一戸町奥中山字大塚 112-2 ☎ 0195-35-2882
営 10:00~16:00
休 日曜日・月曜日・祝日
※クレムリ(結カフェ内)
4~11月は月曜日休業、
12~3月は日曜日・月曜日・祝日休業
P 15台(大型バス2台)
座 30席(座敷10席)



「カリッ、じゅわ〜」と食欲そそる特製「から揚げ定食/980円」



地域資源は宝の山

18 カフェ里やま

地元産のトマト、玉ねぎ、にんじんをすりつぶして作る「TODAカレー」。店主の戸田さんによる、こだわりの一品です。食後は「カナン牧場」のパンで作る、甘くてふわふわのフレンチトーストもおすすめ。

住 一戸町奥中山字大塚 363 ☎ 0195-26-8585
営 11:00~18:00、
ランチ11:00~15:00(14:30LO)



迷ったらTODAカレーとひとつみの「まんぷくセット」を。
「TODAカレー(中)/850円」

休 月曜日
P 13台(うち臨時駐車場10台
※冬期使用不可)
座 20席(座敷10席)

いちのへ ごはん堂

一戸町飲食店マップ



ichinohe ACCESS GUIDE

※距離と時間はおおよその目安です。



- 東京から 東北新幹線→二戸駅→車で15分
- 盛岡市から 車で約75分(高速道路利用)
- 八戸市から 車で約35分(高速道路利用)
- 久慈市から 車で約65分(高速道路利用)
- 青森市から 車で約2時間(高速道路利用)
- 鹿角市から 車で約1時間(高速道路利用)
- 二戸駅から 車で約15分
- 二戸駅から 一戸駅バス停16分

一戸町飲食店マップのお問い合わせ

一戸町観光協会

〒028-5311 岩手県二戸郡一戸町高善寺字大川鉢 24-9

TEL0195-33-4855 FAX0195-33-3770

<https://www.ichinohekankou.jp>

※飲食店への問い合わせは、一戸町飲食店マップに掲載の電話番号等へ直接お願いいたします。

いちのへごはん堂

一戸町飲食店マップ

この飲食店マップは、
一戸町を訪れた方々に
お食事を楽しんでいただけるように、
町内の飲食店をご紹介します。

※掲載内容は2025年12月時点の情報によるものです。

一戸町の観光情報、飲食店やお土産について
詳しくはこちらをご覧ください。
一戸町観光協会HP
<https://www.ichinohekankou.jp/>



ランチセットはデザートとこだわりの水出しコーヒー付。「ランチバスタセット」/1,300円



世界遺産に最も近いお店

きゅうか

5 旧家レストラン うらら亭

築150年の古民家を活かし、地元の歴史や伝統文化を伝える店主のトモさん。自家栽培の野菜や手作りベーコンがパスタを彩ります。ふわふわ・プチプチの食感が楽しい「えごまのシフォンケーキ」も絶品。

住 一戸町岩館字守 85 ☎ 0195-32-3551
営 11:00~20:00 休 第1・第3水曜日
P 10台 席 36席(座敷20席)



人気の「ホルモン鍋定食」/950円は臭みがなく、柔らかい。

住 一戸町岩館字田中17-1 ☎ 0195-33-3859
営 7:00~20:00 休 月曜日
P 15台 席 36席(座敷20席)



レトロな雰囲気にもまれる

1 チェリー

タイムスリップしたような懐かしい昭和レトロな店内でいただけるのは、種類の豊富なフードメニューやドリンク・デザート。人気の「鶏唐揚げ」は特製ソースとの相性抜群で一度食べたらやみつきになる美味しさです。

住 一戸町西法寺字諏訪野2-2 ☎ 0195-32-3414
営 11:00~14:00、17:00~21:00 頃
(20:00頃から様子を見て閉めることがあります)
休 日曜日 P 4台 席 25席(座敷8席)
休 日曜日 P 4台 席 25席(座敷8席)



ジュシーでボリューム満点の「鶏唐揚げセット」/1,250円



地域の魅力をマフィンと共に

2 カフェ いちのへ日和

地域には、知れば知るほど面白い人や美味しいものがある。そんな、魅力いっぱいの一戸町を発信し続けるのは、元地域おこし協力隊の荒内さん。「地域のワクワク拠点に!」と2021年にカフェをオープンさせ、地域内外から人が集います。

住 一戸町西法寺字稲荷10-1 IGR一戸駅1階 ☎ 090-7798-7995 営 10:00~16:00
休 金土日のみ営業 P 10台 席 13席



季節の果物を使った「マフィン」/各250円。最新の情報はSNSをチェック!



仕事一筋、40余年

3 すし重

魚の状態を見て自分で仕入れるのが店主のこだわり。脂の乗り方や肉質(太り方)、季節を考慮します。お客様との会話が勉強であり、やりがいと語る店主は「当たり前」の事を当たり前にする」と日々お客様をお迎えします。

「ランチセット」/1,320円は、にぎりうどん・サラダ・コーヒー付。



住 一戸町高善寺字野田56-17 ☎ 0195-32-2615
営 11:30~13:30、16:30~22:00
休 月曜日 P 5台
席 カウンター9席、小上り8席、宴会の場合は24名まで対応可能



食材の旨みをギュギュッと凝縮

4 旭食堂

看板メニューの「ホルモン鍋定食」は20種以上の具材や調味料が入った秘伝のタレを使います。こんもりと乗った白菜が沈み、真っ白な豆腐が茶色く色づいたら食べごろ。煮えたつ食材の匂いに食欲をかき立てられます。

住 一戸町高善寺字野田15 ☎ 0195-32-3086
営 11:00~17:00 休 日曜日(市日は除く)
P 3台 席 24席(座敷8席)



古民家でゆったりお食事もコーヒーも

10 ねまれや

古民家を改修したまちなか交流館で、ご夫婦が営業する定食屋さん。ガッツリ系のお肉料理メニューが中心です。お持ち帰り用のお弁当やお惣菜、野菜、菓子等の販売もしています。ハンドドリップのコーヒーにも自信あり。

「カツカレー」のカツは肉厚なのに柔らか

住 一戸町一戸字向町151 ☎ 070-2311-1095
営 10:00~16:00 食事11:00~14:00
休 日曜日・祝日 P 20台 席 20席



アツアツの「麻婆ラーメン」/850円が人気

住 一戸町西法寺字稲荷21-4 ☎ 080-3087-3659
営 11:00~14:00、17:00~22:00
休 火曜日ランチ
P なし 席 29席



IGRいわて銀河鉄道一戸駅から徒歩1分!

11 中国家庭料理りんりん

本場の中国家庭料理が味わうことができるお店。ラーメンやチャーハンなどの食事メニューのほか、手作りギョーザや海老チリ、麻婆豆腐、青椒肉絲などの1品料理もおすすです。料理の腕を振るう奥様の明るい人柄も愛すべきポイント。

ワールドワイドなレストラン

12 岩手スパイスフード

100%オーガニックなネパール産スパイスを使用し、インド・ネパール・イタリア料理を提供します。おすすめはマトンカレー、マトンビリヤニ、パスタ。カレーは7種類、ビリヤニは3種類で、辛さレベルも0から対応可能です。

住 一戸町西法寺字稲荷21-5 ☎ 0195-30-1666
営 11:00~22:00
休 なし P なし 席 33席

ランチタイムはプレーンナンまたはライスのおかわりOK!「マンカレーセット(ランチ)」/1,050円



町内外にファン多し!

わしょく ちゅうか

8 和食と中華えいらく

和食と中華という2つのジャンルを1つのお店で実現!先代の中華料理店に「和」を持ち込んだのは、東京の料理店で和食を学んだ二代目の和貴さん。和食はもちろん、先代から受け継いだ中華の味もとりこになること間違いなし!

住 一戸町一戸字上野169-1 ☎ 0195-33-3850
営 11:00~15:00(14:45LO)、17:00~20:00
休 水曜日 P 10台 席 50席(座敷24席)



ラーメンかワンタンから選べる「中華丼とラーメンのミニセット」/1,050円はコーヒー付。



低糖質・食物アレルギーへの挑戦

レッツ ゴー

9 LET'S GO ここプロカフェ

メニューはすべて、卵・乳・小麦粉不使用。白米とおからごはんのどちらかを選べるほか、糖質10g以下のデザートもオススメです。糖質制限がある方もない方も、卵・乳・小麦アレルギーがある方もない方も一緒に食事できるカフェです。

住 一戸町一戸字砂森60-1 (一戸病院内) ☎ 080-6080-2042
営 11:00~16:00
休 土日祝 P 一戸病院駐車場 席 35席



ごはんに比べて糖質30%減の「おからごはん」で、罪悪感ゼロ。「豆腐入りキーマカレープレート」/900円

