そば・おやきマップ

松本市街地



松本市は、「日本版持続可能な観光ガイドライン（JSTS-D）」に取り組んでいます。

そば処ガイド

※不定休や臨時休業の場合がございます
事前にお店のHP・お電話でご確認ください

1 イイダヤ軒 松本駅前店
TEL 0263-32-2319
営業時間 7:40～14:00/16:30～22:15 日祝 7:40～15:30
定休日 元日 特 徴 ざるそば

2 小木曽製粉所 イオンモール松本店
TEL 0263-88-6255
営業時間 10:00～21:00
定休日 なし 特 徴 二八そば
※イオンモール駐車場利用 P

3 小木曽製粉所 松本駅前店
TEL 0263-33-5551
営業時間 10:30～15:00/16:00～20:00
定休日 なし
特 徴 二八そば

4 蔵の花
TEL 0263-34-5250
営業時間 11:00～15:00
定休日 水（祭日営業）
特 徴 ざるそば

5 樽木野 松本駅舎店
TEL 0263-38-0803
営業時間 9:00～21:00
定休日 MIDORIに準ずる
特 徴 ざるそば、くるみそば

6 源智のそば
TEL 0263-33-6340
営業時間 10:00～18:00 土日 10:00～14:30
定休日 木・金（祭日営業）
特 徴 二八そば P

7 小昼堂cohildo
TEL 0263-88-3291
営業時間 11:00～17:00
定休日 水
特 徴 二八そば もちもち薄皮おやき

8 酒と蕎麦 大北
休業中
TEL 0263-39-8858
営業時間 [illegible]
定休日 [illegible]
特 徴 そば会席（コース）

9 旬彩そば処 緑
TEL 0263-39-1928
営業時間 11:30～14:00
定休日 不定休（要問合せ）
特 徴 十割そば

10 信州城下そばと天ぷら やまとう
TEL 0263-32-3733
営業時間 11:00～16:00
定休日 木 特 徴 ざるそば、季節限定の変わりそば P

11 信州松本手打ちそば・天ぷら いいだや
TEL 0263-35-9814
営業時間 11:00～20:00
定休日 MIDORIに準ずる
特 徴 ざるそば、くるみそば

12 信州松本手打ちそば こばやし本店
TEL 0263-32-1298
営業時間 11:00～16:00
定休日 木（水 不定休）
特 徴 二八そば

13 草庵別館 井 Say
TEL 0263-36-3023
営業時間 11:30～14:00/17:30～21:00
定休日 水
特 徴 二八そば

14 そばきりみよ田 松本店
TEL 0263-37-1434
営業時間 11:30～15:00/17:00～20:30 日曜 11:30～15:00
定休日 木 特 徴 二八そば

15 そばきりみよ田 松本伊勢町店
TEL 0263-38-2166
営業時間 11:30～15:00/17:00～21:00（日祝～20:30）
定休日 不定休 特 徴 二八

16 蕎麦倶楽部 佐々木
TEL 0263-50-4387
営業時間 11:30～14:00/18:00～20:00（金土のみ）
定休日 月・奇数日の火
特 徴 九割外一そば

17 蕎麦 国界
TEL 0263-31-5677
営業時間 11:00～14:00
定休日 水・木
特 徴 九一そば、そばとラーメンのセット P

18 蕎麦酒房 〆の
TEL 080-4433-7467
営業時間 11:30～14:00/（ランチは金土日のみ）17:30～23:30
定休日 月 特 徴 ざるそば

19 そば処 浅田
TEL 0263-33-0826
営業時間 11:30～16:00
定休日 日・月
特 徴 十割そば（数量限定）、二八そば P

20 そば処 かまくらや
TEL 0263-50-4120
営業時間 11:00～15:00
定休日 火 特 徴 二八そば
※提携駐車場あり P

21 そば処 三城
TEL 0263-35-0234
営業時間 11:30～15:00（要予約）
定休日 日
特 徴 ざるそば

22 そば処 種村
TEL 0263-87-3218
営業時間 11:00～14:30/17:30～20:00（夜は金土のみ）
定休日 木 特 徴 十割、二八 とうじそば（冬季のみ） P

23 そば処 ものぐさ
TEL 0263-36-4705
営業時間 11:30～14:00/17:30～22:00
定休日 月
特 徴 九割そば P

24 そば処 吉邦
TEL 0263-36-2700
営業時間 11:00～14:00/17:00～19:00
定休日 月
特 徴 二八そば

25 蕎麦 日より
TEL 0263-31-0611
営業時間 11:00～14:00/18:00～21:00（日曜 11:00～15:00）
定休日 水 特 徴 二八そば

26 手打ちそば 北門
TEL 0263-35-4197
営業時間 11:00～14:30/17:30～20:30（日曜は昼のみ）
定休日 木 特 徴 ざるそば P

27 手打ちそば 純
TEL 0263-36-8468
営業時間 11:00～14:00/17:00～23:30
定休日 日
特 徴 十割そば P

28 手打ちそばと そうすかつ信州家
TEL 0263-25-6579
営業時間 11:00～14:00/18:00～21:00 特 徴 十割外一
定休日 月（祭日営業） P

29 手打ち蕎麦と日本料理 月のしぶき
閉店
TEL 0263-[illegible]
営業時間 [illegible]
定休日 月（不定休あり）
特 徴 十割外一

30 手打ちそば 山がた
TEL 0263-33-7688
営業時間 11:30～14:00
定休日 月（祭日営業）
特 徴 二八そば P

31 手前ざる 俊
TEL 0263-36-3936
営業時間 11:30～14:30/17:00～24:00（日祝 ～21:30）
定休日 火 特 徴 ざるそば

32 野麦
TEL 0263-36-3753
営業時間 11:30～14:00（土日 ～14:30）
定休日 火・水（祭日営業）
特 徴 九割そば

33 松本そば処 もとき 松本開智店
休業中
TEL 0263-[illegible]
営業時間 [illegible]（土日祝 ～15:00）
定休日 火（祭日営業）
特 徴 吟醸そば P

34 松本手打ち蕎麦 丸周
TEL 0263-32-1080
営業時間 11:30～14:30
定休日 月・火
特 徴 九割、十割（数量限定） ※駐車場1台 P

35 女鳥羽そば
TEL 0263-35-8502
営業時間 11:00～17:00
定休日 水・（第三）火
特 徴 ざるそば、三重そば（とろろ・海苔・抹茶） P

36 和食そば処 たかざ
TEL 0263-33-1039
営業時間 11:00～15:30/16:30～19:30 定休日 火、他
特 徴 十割、とうじそば
※駐車場は要事前連絡 P

37 SO BAR 保科
TEL 0263-87-6972
営業時間 18:00～23:00（金土 ～24:00）
定休日 月
特 徴 二八そば

38 SOBA 翹（しばし）
TEL 非公開
営業時間 11:00～16:00
定休日 火・水、他
特 徴 かけそば

おやき処

1 あづみ堂 松本店
閉店
TEL 0263-39-1481
営業時間 [illegible]
定休日 [illegible]
特 徴 [illegible]はパンタイプのほか、米粉や十六穀を混ぜた生地など様々

2 おやき高峯 中町店
TEL 0263-74-7236
営業時間 10:00～17:00
定休日 水
特 徴 もちもちで甘みのある厚めの生地が特徴

3 おやき高峯 本店
TEL 0263-32-3422
営業時間 8:30～16:00
定休日 日祝
特 徴 松本駅アルプス口から徒歩3分♪

4 信州SOBA農房 かまくらや
TEL 0263-50-7751
営業時間 9:30～17:00
定休日 火 特 徴 もっちり
※提携駐車場あり P

5 鷹匠庵
TEL 0263-33-2057
営業時間 7:00～19:00
定休日 不定休
特 徴 化学調味料不使用 天然酵母の石焼おやき

6 ホテルブエナビスタ ショップ&ベーカリー「パセオ」内
TEL 0263-37-0771
営業時間 8:00～20:00
定休日 なし 特 徴 蕎麦粉不使用
※テイクアウトのみ（冷凍）

7 山肴やまき
TEL 03-3742-7402（窓口）
営業時間 10:00～18:00
定休日 水 特 徴 ブランド豚や松茸など、高級食材を使用したプレミアムなおやき

8 松本の灰焼きおやき 町の店おほり
TEL 090-9669-1871
営業時間 11:00～15:00
定休日 不定休 特 徴 囲炉裏灰焼き、元祖かためのおやき P

9 水城漬物工房 東町本店
TEL 0263-33-2310
営業時間 10:00～17:00
定休日 水 特 徴 創業130年 老舗漬物屋さんの作るおやき もっちり薄皮 P

ペット同伴 OK　P 駐車場有り

発行：松本市／（一社）松本観光コンベンション協会 2026.6