

# 6 お腹が空いたら

自然で育った食材はどれもこれも、おいしさがギュッと詰まっています。そんな食材を使った料理でもてなしてくれるお店がずらり。目移りするほどの料理を紹介するのでいろんなお店を堪能してください。

※番号は次ページからの店舗に対応しています。



徳島 Wi-Fi  
無料でインターネットが使えます。



# 「よりどりみどり日和佐地区」

美波町日和佐地区には新鮮な魚介類を使った和食以外にも、イタリアン、中華、韓国料理など、地元で愛されるお店が数多くあります！

日和佐



## 1 南阿波サンラインモビレジ

海・山・川に囲まれた隠れ家的なお店です。地元おばあちゃんがその日の気分で作る「おまかせ海鮮ごはん」が人気！手ぶらでBBQも可能！（要予約）  
 美波町山内字明丸1-1  
 ☎0884-77-0709  
 お食事の方は11:30~21:00（予約制）  
 不定休



## 2 ラトリエあべ

歴史ある古民家を改装してできたフレンチレストランです。メニューはコースのみでランチの部 5,000円、8,000円、10,000円 ディナーの部 5,000円、8,000円、10,000円となっています。（要予約）  
 海部郡美波町山内字なか26  
 ☎0884-77-3755  
 ランチの部（11:00~）ディナーの部（17:00~）



## 3 odori

地元野菜と阿波尾鶏が食べられる産直レストランをコンセプトに本格的なハンバーグやカレーなど、豊富なメニューをご用意。日本で初！阿波尾鶏たまごの odori プリンもおすすめ！！  
 美波町山内字なか2-1  
 ☎0884-70-1217 木曜日  
 月・火・水/11:00~17:00  
 金・土・日/11:00~20:00



## 4 お食事処 むらかみ

肉厚で見た目が美しく美味なことから「イカの王様」と呼ばれるアオリイカ。特に海部沖ではえさが豊富で甘みの強いものが多く獲れる。柔らかな濃厚な甘みの刺し身をふんだんに使ったアオリイカ丼（1,500円）をご賞味ください。  
 美波町奥河内字井才天68-1  
 ☎0884-77-0083  
 11:00~14:00/17:00~20:00 火曜日



## 5 初花 hatuhana

野菜ソムリエであるご主人が作るサンドイッチはひと味違う。地元新鮮な野菜と厳選に厳選を重ねた水と塩を使用したパン。この違いは一度食べてみないと分からない。パンは食パンをはじめ色々取りそろえているが、なくなり次第閉店となるので、なるべく早くお買い求め下さい。  
 美波町奥河内字井才天85-17 7:30~15:00  
 ☎0884-70-1445 火・水・木曜日



## 6 タコ焼寺内

たこやき・キムチ入りたこやき・イカ天・地タコの天ぷら・ポテトフライ・チョコバナナ。地産でとれた地のタコを使用しています。トッピングでキムチを入れるとこれ又おいしいですよ。  
 美波町奥河内字寺前493-6（道の駅日和佐 産直館横）  
 朝から夕方  
 不定休



## 7 味一

南阿波地域の特産品、阿波尾鶏とアオリイカの異なる食感を一度に楽しめます。素材のうまみを存分に味わってください。  
 南阿波右上がり丼（650円）  
 美波町奥河内字寺前493-6（道の駅日和佐内）  
 ☎090-5141-0170  
 7:00~17:00 不定休



## 8 お好み焼き 天花

ふっくらやわらかな食感が好評です。トッピングも充実しています。ミックス焼 850円  
 美波町奥河内字寺前239-1  
 ☎0884-77-3033  
 11:00~19:30  
 火曜日



## 9 本格手打ちうどん やすらぎ

えびの天ぷらと焼いたお餅、さらに徳島名産鴨門わかめをトッピングした、ボリューム満点の「やくよけうどん 780円」です。柚子のちらしずし（300円）と一緒にぜひお召し上がりください！  
 美波町奥河内字寺前42-3  
 ☎0884-77-2095  
 10:30~売切れまで  
 木曜日（ただし連休、祝祭日は営業）



## 10 やくおうじ 薬王寺温泉

薬王寺温泉に併設している、無量寿と名付けられた食事処は、地元の食材を使った料理がお勧めです。椅子席・座敷が共に24席あり多くの方々には喜ばれています。弘法大師ゆかりの医王の湯に浸かって、お食事をどうぞ！！  
 美波町奥河内字寺前285-1  
 ☎0884-77-1126 不定休  
 8:00~21:00（20:30受付終了）



## 11 とば作 日和佐店

安い！うまい！！ トッピングは20種類！お好みの具材でどうぞ！セルフ（うどん、そば）170円~ トッピング70円~ 完全セルフで早い！  
 美波町奥河内字寺前238-1  
 ☎0884-77-0024  
 11:00~18:30  
 水曜日



## 12 Sweets Lagoon アジュール昭吾堂

ランチメニューは、海の子パスタやチキンカレー、季節変わりのワンプレートなどがあります。食後のデザートにパフェや店頭のケーキをお召し上がりいただけます。  
 美波町奥河内字寺前237-4  
 ☎0884-77-0126  
 9:00~19:00  
 水曜日



## 13 まめぼん cafe

築90年の古民家cafeでゆったりとした時間をすごしてみませんか？イタリアンでランチ？パティシエが作るスイーツでティータイム？など、そんな皆様を「まめぼんcafe」はお待ちしています。パスタ800円~  
 美波町奥河内字寺前100-9  
 ☎0884-70-1372 火曜日  
 11:00~17:00（金・土曜日は~20:00）



## 14 阿波尾鶏中華そば 藍庵

阿波尾鶏のガラを煮込んだあっさり味のスープをベースに、しょうゆと塩の2味で、さらに疲労回復・消化吸収を助けるナツメ、高麗人参、生姜エキスをスープに加えることで、長旅に備える旅人を応援する一品です。  
 美波町奥河内字寺前229-1  
 ☎0884-70-1590 月曜日（祝日の場合営業）  
 平日 11:00~15:00/17:00~19:00  
 土日祝 11:00~19:00（売切れ次第終了）



15

**みなみ食堂**

季節の食材を使用した小鍋や揚げ物、焼き物、煮物など、いろいろな料理を落ち着いた雰囲気の中でお楽しみ下さい。

※御膳の内容は、季節や仕入れにより異なります。

☎ 美波町奥河内字寺前79-1  
☎ 0884-70-1497  
🕒 11:30~14:30 / 17:30~21:00  
📅 木曜日（不定休あり）



16

**喫茶店 榎の木**

これ  
地元で愛され40年余り、季節に合わせた料理と美味しいコーヒーをお客様に届けている。日替わり定食は旬の食材を選び、その日捕れた魚や野菜を中心にリーズナブルな価格で提供している。日替わり定食600円

☎ 美波町奥河内字井才天78-1  
☎ 0884-77-1260  
🕒 10:00~21:00 📅 日曜・祝日



17

**平和園**

ホルモン焼きは国産牛を使用しており、自家製チャーシューや手羽先（きょうざ、明太、チヌ）がおすすめです。このお店で一番人気なのが「ラーメン定食」で、ボリュームのあるメニューになっています。

☎ 美波町奥河内字寺前493-3  
☎ 0884-77-3477 📅 月曜日  
🕒 11:30~14:00 / 17:00~24:00



18

**お食事処 味登里**

みどり  
日によってお寿司、お刺身、丼物等色々変わります。ボリュームもあり人気商品です。日替わり定食 650円

☎ 美波町奥河内字井才天3-1  
☎ 0884-77-1134  
🕒 8:30~22:00  
📅 不定休



19

**韓国家庭料理 オモニ**

本格的韓国料理が美波町で食べられます。辛さもお好みに応じて変えられるので辛いのが苦手の人でもお気軽にどうぞ。和やかな雰囲気でお出迎えいたします。ピビンバセット 1,200円

☎ 美波町奥河内字寺前490-4  
☎ 0884-70-1464 📅 火曜日  
🕒 11:30~14:30 / 17:00~22:00



20

**中華料理 だいみんけん**

スープは鶏ガラ、塩分控えめのあっさり味で、美波産コシヒカリのパラッとしっとりした味わいで一度食べるとクセになる当店のチャーハン是非ご賞味ください。焼飯（スープ付）630円。カレーラーメン（630円）もおすすです。

☎ 美波町奥河内字井才天11-8  
☎ 0884-77-0420  
🕒 12:00~14:30 / 17:00~20:00 📅 不定休

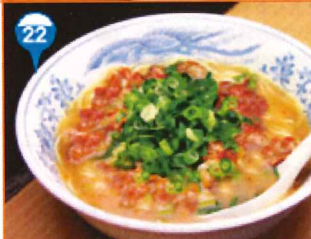


21

**寛ぐCafe なごみ庵**

古民家をリノベーションした店舗は昔の情緒漂うお店。ランチは日替わりで品数も多く女性に人気。コーヒー豆にもこだわり、大切に一杯をいれています。落ち着いた雰囲気でお愉しくとした時間をお楽しみください。

☎ 美波町奥河内字寺前490-20  
☎ 090-8280-0982  
🕒 10:00~18:00 📅 不定休



22

**五番館**

豚骨と鶏がらスープに具材は炒めた豚肉とニンニク、ネギのみ、食欲をそそるニンニクとあっさりスープにコクがプラスされたスタミナフード。飲んだ後のツメにも良い！肉ニンニクラーメン 700円

☎ 美波町奥河内字寺前460-13(本店) ☎ 0884-77-0448  
🕒 17:00~24:00 ※期間営業：電話確認 📅 不定休  
☎ 美波町奥河内字寺前493-6(道の駅店)  
🕒 12:00~17:00 📅 木曜日



23

**阿波尾鶏・地魚 ひわさ屋**

海→ひわさでとれた魚のおつくり。山→阿波尾どりの唐揚げ+地野菜のおかず三種もり。地場の美味しさの盛り込み。

海山ごはん 1,650円  
※天候などの状況によりお魚がない場合があります。  
☎ 美波町奥河内字寺前122  
☎ 0884-77-3528 📅 水・第2土曜日  
🕒 11:30~14:00 / 17:30~21:00 (L.O 20:30)



24

**ふなつき**

地物、野菜、魚介類を使った会席（天婦羅・寿司等）血鉢、大小宴会、慶事、法事料理ご予約にて、ごゆっくり御食事を。

☎ 海部郡美波町奥河内寺前165  
☎ 0884-77-0168  
🕒 11:00~(要予約)  
📅 不定休



25

**茶房 たにひょう**

江戸時代に建てられた家を改修した古民家カフェです。人気のメニューは阿波尾鶏を使ったチキンカレー（700円税込）、オープンサンド（600円税込）など、コーヒー、サラダ、デザートセット（+300円）もおススメです。

☎ 美波町奥河内字本村152-1  
☎ 0884-77-0006  
🕒 11:00~16:00 📅 日・月曜日



26

**お好み焼き くさか**

昔ながらの店内にはどこか懐かしい味がここにあります。人気の豚玉・イカ玉をはじめ、玉子は400円で食べられるのもとてもリーズナブル。そしておいしさ満足！イカ玉 500円、スペシャル 700円

☎ 美波町奥河内字本村8-4  
☎ 0884-77-2331  
🕒 11:00~19:00 📅 不定休



27

**てこ屋**

お昼限定、新鮮な地魚を贅沢に使った日替定食780円。さらに予約すれば人気の「日和めし」「漁師めし」もランチで楽しめます。夜からはお好み焼きや一品料理も食べられます。

☎ 美波町日和佐洲41-1  
☎ 0884-77-0073  
🕒 12:00~13:00 / 17:30~20:00  
📅 月曜日



28

**喫茶 タートル**

香り豊かでおいしいエスプレッソコーヒーをどうぞ。夏は厳選された材料で作るソフトクリームシェイクが大好評です。

☎ 美波町日和佐洲370-1  
☎ 0884-77-2474  
🕒 7:30~20:00  
📅 不定休



29

**白い燈台**

日本の清百選にも選ばれている大浜海岸目の前のお食事処です。地元の食材を活かしたお食事をぜひご賞味ください。

平日限定、地魚丼500円(税込)、鯛めし弁当500円(税込)、他各種定食あり  
☎ 美波町日和佐洲455 ☎ 0884-77-1170  
🕒 11:30~14:00 / 18:00~20:00  
📅 年中無休



30

**ドライブイン 海賊舟**

漁船をかたどった店内で、生きたままのサザエなどを海賊料理で味わおう。900円~ やきやき定食はお刺身付き1,800円 あわび丼1,200円 (要予約)

☎ 美波町北河内字本村484-16  
☎ 0884-77-0013  
🕒 10:00~19:00 📅 不定休