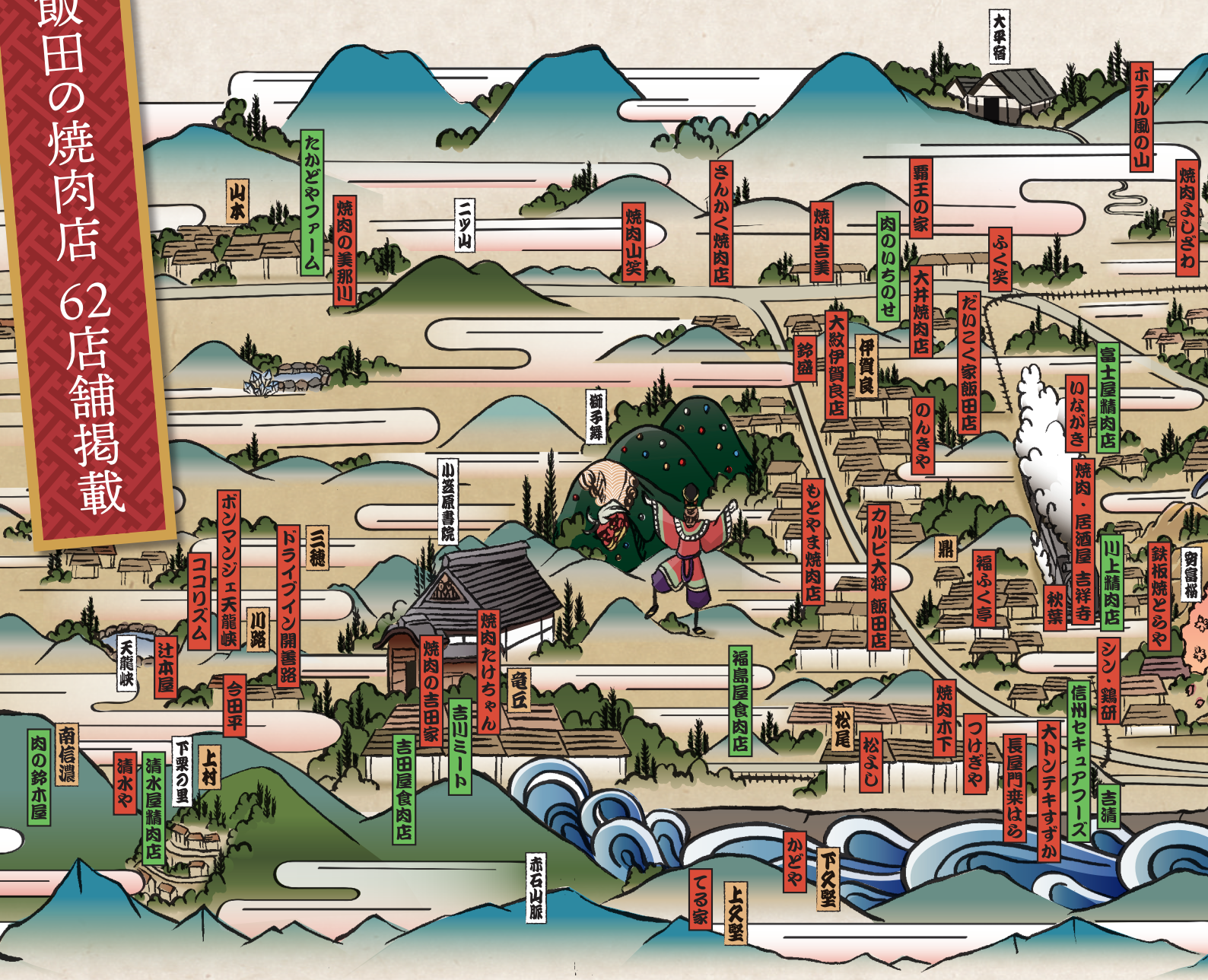
飯田焼肉の取説

飯田の焼肉店 62店舗掲載



焼肉ガイドブック

焼肉文化の発祥と歴史／訪れてみたいお店・マップ／日本一の焼肉の街って何?

この街の焼肉文化を支えてきた
お肉屋さん

確かな技術でおいしいお肉を提供してくれるのはもちろん、
オリジナルのタレや出前焼肉など様々な趣向をこらし、
家でも外でもおいしい、楽しい焼肉の場を提供してくれる精肉店が、
地元の焼肉愛を支え続けています。



焼肉のお肉を買うならココ!!

食肉販売店

丸久精肉店
〒399-3102 高森町吉田2324-11
0265-35-2159 ■定休日:水曜日

春日屋精肉店
〒395-0022 飯田市浜井町3426-1
0265-22-0174 ■定休日:水曜日

吉川ミート
〒395-2565 飯田市桐林1051-4
0265-26-7774 ■定休日:水曜日

肉のウチムラ
〒399-3104 高森町上市田462
0265-35-2219 ■定休日:水曜日

川上精肉店
〒395-0026 飯田市鼎西鼎566-9
0265-23-0201 ■定休日:水曜日

肉の鈴木屋
〒399-1311 飯田市南信濃和田1348
0260-34-2222 ■定休日:日曜日・祝日

丸三精肉店
〒395-0076 飯田市白山町2-1-2
0265-22-1571 ■定休日:水曜日

富士屋精肉店
〒395-0801 飯田市鼎中平2804-6
0265-23-6797 ■定休日:日曜日

肉のいちのせ
〒395-0152 飯田市育良町1-19-3
0265-25-6891 ■定休日:水曜日

土屋精肉店
〒395-0041 飯田市中央通り4-47
0265-52-1273 ■定休日:水曜日

えびすや精肉商会
〒395-0045 飯田市知久町2-22
0265-22-0776 ■定休日:日曜日

吉田屋食肉店
〒399-2566 飯田市鳩341-2
0265-26-9231 ■定休日:水曜日

福島屋食肉店
〒395-0814 飯田市八幡町2168
0265-22-0102 ■定休日:水曜日

肉のまるやま
〒395-0041 飯田市中央通り4-31
0265-22-1315 ■定休日:火曜日

たかどやファーム
〒395-0244 飯田市山本951
0265-25-7733 ■定休日:水曜日

清水屋精肉店
〒399-1403 飯田市上村792
0260-36-2046 ■定休日:水曜日

肉のささき
〒395-0013 飯田市小伝馬町1丁目4
0265-22-1668 ■定休日:不定休

お肉のとんちゃん
〒395-0001 飯田市座光寺2193-32
0265-49-8717 ■定休日:不定休

やきまる精肉部
〒395-0044 飯田市本町1-12
0265-49-0076 ■定休日:火曜日

飯田焼肉文化を知るにはココ!



信州飯田焼肉研究所



飯田の「焼肉文化」を記録として残し、未来へ繋ぎ地域活性化を図る発信拠点。
焼肉のまちに関する歴史、焼來肉ロックフェス、焼肉・鉄板文化などのパネル展示、南信州の「焼肉店」、「精肉店」を紹介する「焼肉のまちカード」無料配布、お肉に関連する物品販売などがあります。
〒395-0041 飯田市中央通り3丁目9 営業時間:6:00～24:00(年中無休)

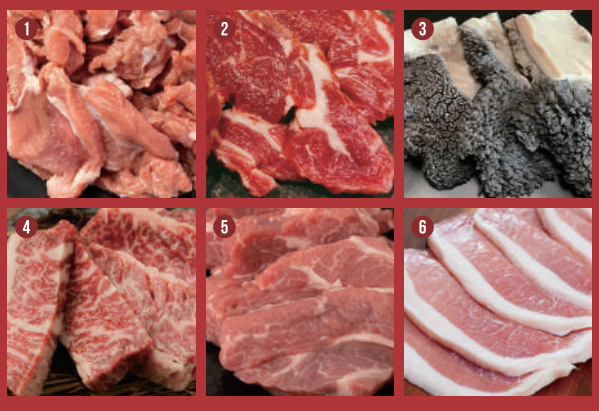
信州セキュアフーズ(株)
〒395-0811 飯田市松尾上溝6228
0265-48-6844
■定休日:土曜日・日曜日・お盆・年末年始

(有)吉清
〒395-0811 飯田市松尾上溝6229
0265-22-0281
■定休日:土曜日・日曜日・祝日

焼肉部位クイズ

焼肉はカルビだけじゃない!飯田ならではのバラエティー豊かな肉

独自の焼肉文化が定着した飯田では、ラム・マトンなどの牛や豚以外の食肉も好まれています。また、カルビやロースなど定番な部位に加え、他の土地ではあまり聞いた事のないような部位が出てくることもあり、多彩なバリエーションの焼肉が楽しめます。
右の写真は焼肉愛の強い飯田で好んで食べられているお肉ですが、いくつ分かりますか? 答えは下



焼肉部位、全て答えられる?

❶豚カシラ ❷マトンロース ❸黒毛ツラ ❹ハラミ ❺ウムロース ❻豚ロース

日本一の焼肉の街

■ INTERVIEW 飯田の焼肉文化の発祥と発展
■ 飯田の焼肉文化の歴史
■ 飯田の焼肉店舗・焼肉（BBQ）施設 紹介
■ COLUMN 日本一の焼肉の街って何？
■ 飯田焼肉マップ

この「取説」を手に取ったあなたは
もうすでに「飯田焼肉」を愛する「仲間」
さあ、大切な人たちを
焼肉の旅に出かけませんか！

©久間昌史

飯田の焼肉文化の発祥と発展



肉のいちのせ　社長
市瀬哲男さん

長野県食肉事業協同組合連合会会長。昭和22年生まれ。飯田市大瀬木の農家に生まれ、10代後半で立川市の大手肉問屋へ修行に入る。24歳で帰郷し、天竜畜産公社、JA精肉部門、市内の精肉店を経て、昭和62年に「肉のいちのせ」（飯田市育良町）をオープン。平成27年、現在の場所へ店舗を新築移転し、スタッフらと力を合わせて店を営む。好きな焼肉のお肉はラム、牛バラのカルビ、サガリ。

飯田に焼肉文化が広がったのはいつから？

市内に焼肉店ができたのは昭和20年代から。ダムや発電所の建設のために朝鮮半島から来た労働者の人たちが、戦後、飯田に残って焼肉屋を開いたって話を聞いたことがあるよ。ただ、お金のある人は食べに行けても、うちみたいな農家じゃ、肉といえば家で飼っていた鶏やウサギを年に1回、正月に煮て食べるくらいで、店に食べに行くっていう発想がなかったからなあ。一般の人にまで広がったのは三六災害(※1)の後からだと思う。

どうして三六災害が境目に？

三六災害の復興工事には朝鮮系の労働者もたくさん入ったけど、土地が荒れて仕事がなくなった地元の農家も人足として大量に入ったからね。お金も回ったし、朝鮮の人たちと関わる中で肉を焼いて食べる文化を知った人も多かったんじゃないかな。当時、飯田では綿羊の飼育が盛んで、農家の7～8割は毛刈りのための羊を飼っていたけど、三六災害の後にみんな姿を消した。食っちゃったんだな（笑）。焼肉のタレなんかまだないから、醤油にニンニクと唐辛子とりんごを入れて、各家庭で独自のタレを作って。うちでも食べたけど、ありゃあ本当にうまかったな。その直後から、安価な輸入マトンや、それを焼くためのジンギスカン鍋を売る店も

飯田の焼肉文化の歴史

1878 明治11年
精肉店「児島養生館（児島牛肉店）」が主税町に開店。牛肉を主に扱う。

1910 明治43年
と畜場の開設
町営と畜場開設（後に市営）。

1932 昭和7年
羊の飼育の開始
山本村（飯田市山本）で羊の飼育を開始。



昭和10年（1935年）飯田・下伊那へ最初に貸しつけられた種牡牛「勇号」『牛のあゆみも50年』より（飯田市立中央図書館 所蔵）

1944 昭和19年
朝鮮人労働者による焼肉文化の流入
南信濃村（飯田市南信濃）で「飯島発電所」の建設開始。朝鮮半島から多くの労働者が飯田（遠山郷）へ。牛や豚を河原でさばき、一斗缶に炭を入れ、焼いて食べていた。

1950頃 昭和25年頃
焼肉店の始まり
「金泉亭」（現在の徳山）が焼肉店として営業開始。と畜場から臓物（サガリやモツなどのホルモン）を安く分けてもらい、炭火で焼いてタレをつけて提供した。
「金泉亭」に続いて焼肉店が増えていった。

1975頃 昭和50年代初頭
出前焼肉の誕生・普及
肉と一緒に鉄板・コンロ・ガスボンベを含めた焼肉道具セットを貸し出す「出前焼肉」が生まれる。「大人数で焼肉がしたい。お肉を買うから、焼くためのコンロと鉄板を貸してほしい」という要望に応えたもの。
市内精肉店10数店舗のグループが、出前焼肉用の特製鉄板を製造し多くの店舗で出前焼肉が広まっていく。

1985 昭和60年～平成初期
焼肉店の開業ラッシュ



高級肉から内臓まで「肉を選ばず」食らう それこそが飯田焼肉の真髄

ジンギスカン鍋で焼肉をする様子
S52～S56年に池田真佐子様撮影『風越の灯』より
（飯田市立中央図書館 所蔵）



増えた。羊を飼っていたからこそ最初に食べるきっかけができただろうし、いろいろなことが重なって発展したんだと思うよ。

飯田焼肉といえば内臓肉が人気ですが、食べるようになったのはいつから？

肉屋で牛のハラミやサガリ、カシラが売れるようになったのは30年くらい前から。昔は飯田に食肉処理場があって、新鮮な内臓が手に入りやすかったことが大きいと思う。前は内臓肉って全然価値がなくて、捨てちゃうか、職人が現場でストーブの上で焼いて食べるくらいのもんだったけど、その旨さを知っていた人が焼肉屋で提供し始めて広まっていったらしいよ。俺たち肉屋じゃ気付かんような魅力を発掘したのがその人たちだったってことだよね。

肉と一緒に鉄板を貸す「出前焼肉」が始まったきっかけは？

「みんなで焼肉をやりたいんだけど鉄板貸してくれない？」っていうお客さんの声を受けて、いくつかの肉屋がサービスで始めたのが昭和50年代初頭くらいから。当時、家での焼肉といえばジンギスカン鍋が主流だったけど、大勢で食べるには鉄板とガスで焼くのが調子良かったんだろうね。うちも開店早々に鉄工所で鉄板を作ってもらって、今は20枚くらい貸し出し用として提供してる。商売につながるっていう気持ちもあったけど、一番は「やったら面白いな」と思ったのがきっかけだな。



第1回羽場地区ふれあいスポーツ祭打ち上げ 焼肉大会の様子
（平成13年10月8日撮影 羽場公民館提供）

飯田焼肉で人気のある部位はなんですか？

うちの看板商品は牛肉。日本一の焼肉の街って言われるようになってから、県外からのお客さんも増えてありがたいね。信頼できる生産者から一頭買いにこだわって仕入れているから質の良い肉が都会より安く手に入るし、扱う部位も多くて地元の人にも喜ばれているよ。来る牛が本当にいい。肉も内臓も旨みが全然違うからね。

南信州牛や豚肉がおいしい理由は？

気候がいい、水がいい、そして何よりも飼い方が上手い。飯田の生産者は、大規模な飼育はせずに、基本は数十頭から多くても３００頭くらいまで。小規模だからこそ丁寧に目配りしているし、飼っている人がみんな真剣。そうじゃなきゃ、あんない牛はできんよ。

最後に、市瀬さんが感じる飯田焼肉の魅力を聞かせてください。

飯田焼肉の魅力は「肉を選ばない」こと。高級な肉から内臓まですべてをおいしくいただく。それに尽きるな。飯田の人は肉を食べ慣れてるから、今日は贅沢に、今日はちょっと安く……とか、肉や部位を選んで調整しながら年がら年中、肉を焼いて食べる。食の幅が広いんだな。家族や仲間とかしこまらずに鉄板を囲んで、それぞれが好きな肉を好きなように食べる。それが飯田焼肉の真髄だと思うよ。

※1　昭和36年に起きた集中豪雨による災害。大規模な土砂災害と河川の氾濫に襲われ、伊那谷でも１３６名の死者・行方不明者が出るなど甚大な被害を受けた

2006 平成18年

南信州牛ブランド化へ

「南信州牛」の認知度拡大に向け「南信州牛ブランド推進協議会」が設立される。南信州牛とは、出生からと畜の期間内において、飯田下伊那地域の飼養期間が最長であり、かつ最終飼養地である和牛。

2012 平成24年

北海道新聞に、飯田市が人口1万人あたりの焼肉店舗数が日本一であるという記事が掲載される。記事を見た美幌町職員から飯田市職員に情報が共有される。

「焼肉研究会」（通称ヤキケン）が発足する。市職員や有志の焼肉好きが中心となり、月1回のペースで市内焼肉店の調査を開始。



2015 平成27年

日本一の焼肉の街の公表

南信州牛ブランド推進協議会が電話帳を基にした人口1万人あたりの焼肉店舗数で飯田市が日本一であることを発表。

焼来肉ロックフェス誕生

音楽と焼肉の祭典・第1回焼来肉ロックフェス開催（飯田人形劇場）。



焼来肉ロックフェス2015
ポスター（第1回）

2018 平成30年

飯田焼肉大使の誕生

お笑い芸人のニッチロー氏を「飯田焼肉大使」に任命。



「飯田焼肉の日」記念日登録

2020 令和2年

飯田焼肉の日を記念日登録

11月29日が「飯田焼肉の日」に認定される。

2021 令和3年

焼肉世界記録挑戦

「最も長い鉄板」が世界記録に認定。

飯田の焼肉店舗

どの店もこだわりの味



駱駝屋 1



〒395-0071
長野県飯田市今宮町3-68-1
■営業時間:17:30～22:30
■定休日:日曜日



東和焼肉 2



〒395-0086
長野県飯田市東和町3丁目3
■営業時間:16:00～21:00
■定休日:日曜日



信濃屋 桜町店 3



〒395-0014
長野県飯田市桜町1-35
■営業時間:10:00～14:00
17:30～20:30
■定休日:火曜日



炭火焼肉 丸三 4



〒395-0076
長野県飯田市白山町2丁目1-2
■営業時間:17:00～22:30
■定休日:水曜日



焼肉 ろくなもんじゃねぇ 5



〒395-0041
長野県飯田市中央通り4-12-3
■営業時間:17:00～24:00
月曜日のみ18:15開店
■定休日:日曜日(祝日の場合最終日)



おまかせ亭 6



〒395-0041
長野県飯田市中央通り4丁目32-2
■営業時間:17:00～22:00
■定休日:水曜日



焼肉 よしざわ 7



〒395-0056
長野県飯田市大通1丁目23-2
■営業時間:17:00～22:00
■定休日:火曜日



やきにく 徳山 8



〒395-0041 長野県飯田市中央通り3丁目44
■営業時間:平日 12:00～14:00
／17:00～22:00(水は夜のみ)
土・日 12:00～22:00
■定休日:不定休



北海道ジンギスカン専門店 すすきの 9



〒395-0085
長野県飯田市吾妻町126-1
■営業時間:17:00～23:00
■定休日:月曜日



信州BLACK 10



〒395-0041
長野県飯田市中央通り3丁目-50-2
■営業時間:11:30～14:00
18:00～翌2:00(土・祝前日 ～翌3:00)
■定休日:火曜日



信濃屋 中央通り店 11



〒395-0041
長野県飯田市中央通り1丁目6
■営業時間:11:00～20:00
■定休日:火曜日



コラム その壱 日本一の焼肉の街



飯田の焼肉店舗

中心市街地・飯田市広域



〒395-0032
長野県飯田市主税町3-1
■営業時間:17:00～23:00
日・祝 17:00～22:00
■定休日:火曜日



炭火飯田焼肉 おおくら

18



〒395-0043
長野県飯田市通り町2丁目22-3
■営業時間:17:30～23:00
■定休日:火曜日



丸中商會

12



〒395-0032
長野県飯田市主税町23
■営業時間:17:30～22:30
■定休日:不定休



ヤキニク コキンギョ

19



〒395-0042
長野県飯田市松尾町1丁目15
■営業時間:18:00～23:00
■定休日:日曜日・祝日



いろは亭

13



〒395-0001
長野県飯田市座光寺3948-1
■営業時間:平日 17:00～23:00
土日祝 11:00～23:00
■定休日:なし

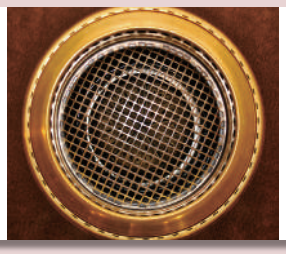


焼肉きんぐ 座光寺店

20



〒395-0031
長野県飯田市銀座1丁目15
■営業時間:17:30～22:30
■定休日:水曜日

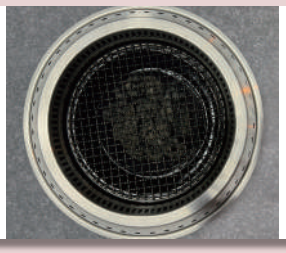


広竜苑

14



〒395-0001
長野県飯田市座光寺3985
■営業時間:17:00～23:00
■定休日:火曜日



焼肉レストラン 陽富園

21



〒395-0044
長野県飯田市本町1-12
■営業時間:17:00～23:00
■定休日:火曜日

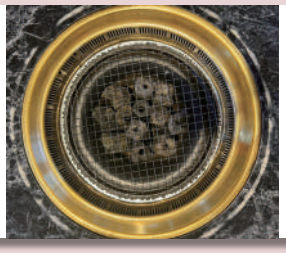


旨肉酒場 やきまる

15



〒395-0001
長野県飯田市座光寺5260-1
■営業時間:17:00～22:00
■定休日:月曜日・木曜日



韓国風焼肉 田舎っぺ

22



〒395-0028
長野県飯田市長姫町4
■営業時間:17:00～23:00
■定休日:不定休



ほんのり家

16



〒395-0004
長野県飯田市上郷黒田1481-1
■営業時間:17:00～22:30
■定休日:火曜日・水曜日・木曜日



焼肉大紋 黒田店

23



〒395-0031
長野県飯田市銀座3丁目1-1
■営業時間:17:30～23:00
■定休日:日曜日



和牛一頭買い ふえ門

17

コラム その弐 何かあれば焼肉



飯田の焼肉店舗

飯田市広域

焼肉 くるまや 24



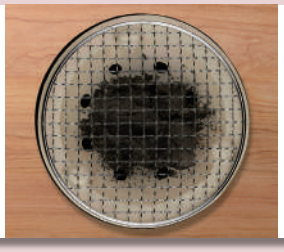
〒395-0002
長野県飯田市上郷飯沼2640-1
■営業時間:18:00～22:00
■定休日:火曜日



焼肉酒場 えん 25



〒395-0002
長野県飯田市上郷飯沼2219-8
■営業時間:18:00～23:00
■定休日:火曜日



焼肉 銀次郎 26



〒395-0003
長野県飯田市上郷別府2311-1
■営業時間:17:00～22:00
■定休日:水曜日



鉄板焼 とらや 27



〒395-0026
長野県飯田市鼎西鼎622-6
■営業時間: 平日 17:00～23:00
土日祝 11:30～14:00／17:00～23:00
■定休日:火曜日



いながき焼肉店 28



〒395-0801
長野県飯田市鼎中平2486
■営業時間:要予約



焼肉・居酒屋 吉祥寺 29



〒395-0801
長野県飯田市鼎中平1995-29
■営業時間: 平日 18:00～23:00
土日祝 17:00～23:00
■定休日:不定休



焼肉 秋葉 30



〒395-0803
長野県飯田市鼎下山862-1
■営業時間:11:30～13:30
17:00～22:00
■定休日:不定休



焼肉・肉料理 シン・鶏研 31



〒395-0817 長野県飯田市鼎東鼎104-7
■営業時間: 11:00～14:00
17:00～24:00(焼肉は夜のみ)
■定休日:月曜日



焼肉 福ふく亭 32



〒395-0804
長野県飯田市鼎名古熊2520-1
■営業時間:17:00～21:30
■定休日:火曜日・水曜日・不定休



カルビ大将 飯田店 33



〒395-0804
長野県飯田市鼎名古熊2031-1
■営業時間: 平日 17:00～23:00
土日祝 10:50～23:00
■定休日:なし



肉やの焼肉やさん 焼肉 木下 34



〒395-0816
長野県飯田市松尾久井2400-1
■営業時間:夕方～(昼間の宴会可能、要予約)(大人6名様以上)
■定休日:不定休



大トンテキ すずか 35



〒395-0821 長野県飯田市松尾新井6238-8
■営業時間: 11:30～14:00
17:00～21:00(月は昼のみ)
焼肉は要予約
■定休日:日曜日



コラム その参 ホルモン文化 マトン文化

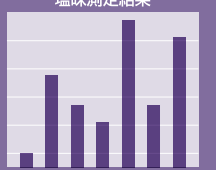




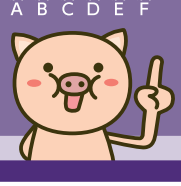
飯田焼肉の特色

マトン、ラム、黒モツ、カシラ(豚)が良く食べられてるかなー・・・
タレは醤油ベースが多くて市販されている一般的なものより塩味の強い傾向にあるかも。

塩味測定結果



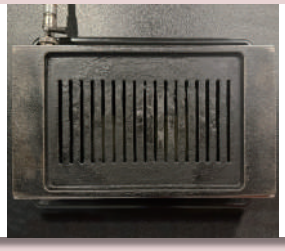
(公財)南信州・飯田産業センター調べ



飯田の焼肉店舗

飯田市広域

長屋門菜はら 36

〒395-0821
長野県飯田市松尾新井6814-1
■営業時間:11:30～14:00
17:30～21:30(木は夜のみ)
■定休日:水曜日

つけぎや 37



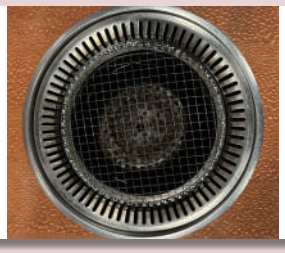

〒395-0822
長野県飯田市松尾寺所5594
■営業時間:8:30～14:00
17:00～19:00 焼肉は要予約
■定休日:水曜日

松よし 38




〒395-0825
長野県飯田市松尾城5065-6
■営業時間:17:00～22:00
■定休日:火曜日

焼肉のだいこく家 39

〒395-0806
長野県飯田市鼎上山3651
■営業時間:17:00～23:00
■定休日:12月31日

焼肉のんきや 40




〒395-0805
長野県飯田市鼎一色22-8
■営業時間:17:00～23:00
■定休日:月曜日
(月曜が祝日の場合、翌火曜日)

もとやま焼肉店 41



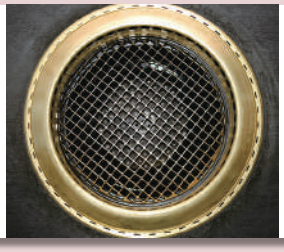

〒395-0805
長野県飯田市鼎一色403-1
■営業時間:17:00～21:00
■定休日:月曜日

ふく笑 42




〒395-0807
長野県飯田市鼎切石4301-5
■営業時間:17:00～翌2:00
■定休日:不定休

覇王の家 43

〒395-0151
長野県飯田市北方1539-1
■営業時間:17:30～22:00
■定休日:不定休

大井焼肉店 44




〒395-0151
長野県飯田市北方1512-9
■営業時間:17:00～22:00
■定休日:不定休

味の焼肉 吉美 45



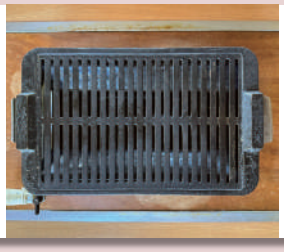

〒395-0151
長野県飯田市北方2454-2
■営業時間:17:00～21:00
■定休日:水曜日・不定休

焼肉大紋 伊賀良店 46




〒395-0152
長野県飯田市育良町1-10-1
■営業時間:17:00～22:30
土日祝 11:30～14:00／17:00～22:30
■定休日:なし

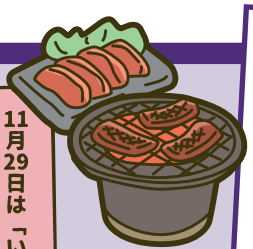
鈴盛 47

〒395-0152
長野県飯田市育良町2丁目1-7
■営業時間:17:00～21:00
■定休日:火曜日

コラム その肆

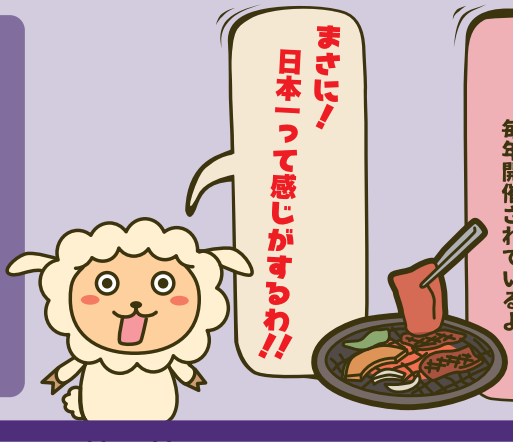
飯田焼肉の日



11月29日は「いいにく」にちなんで「飯田焼肉の日」に認定されて、その日は市内の学校給食にも焼肉が出てきたみたいよ・・・

11.29mの鉄板で焼肉をして、世界記録も達成している。

焼肉を食べながらロックで盛り上がる「焼來肉ロックフェス」も毎年開催されているよ。



世界で最も長い鉄板
鉄板の長さ：11.29m
鉄板の重さ：約500kg



〒399-2564
長野県飯田市上川路933-1
■営業時間:11:00～21:00
■定休日:火曜日



ドライブイン 開善路 53



〒399-2431
長野県飯田市川路4756-34
■営業時間: 12:00～14:00
17:00～
■定休日:年始のみ



辻本屋 54



〒399-2604
長野県飯田市下久堅柿野沢458
■営業時間:要予約



かどや 55



〒399-2611
長野県飯田市上久堅3951
■営業時間:要予約



焼肉 てる家 56



〒399-1403
長野県飯田市上村792
■営業時間:要予約



清水や 57



〒395-0151
長野県飯田市北方2576-4
■営業時間:17:00～22:00
■定休日:不定休



さんかく焼肉店 48



〒395-0157
長野県飯田市大瀬木920-1
■営業時間:17:30～22:00
■定休日:水曜日・不定休



焼肉 山笑 49



〒395-0244
長野県飯田市山本1168-2
■営業時間: 17:00～22:00
■定休日:火曜日



焼肉の 美那川 50



〒399-2565
長野県飯田市桐林1018-2
■営業時間:17:00～21:00
■定休日:月曜日・不定休



焼肉 たけちゃん 51



〒399-2565
長野県飯田市桐林1742
■営業時間:17:30～21:30
■定休日:火曜日・水曜日



焼肉 吉田家 52



〒399-2221
長野県飯田市龍江3717-1
■営業時間: 要予約



農業法人 今田平 60





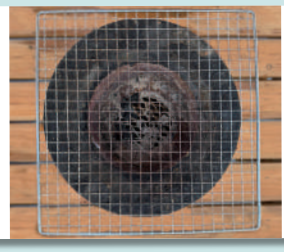
〒399-2431 長野県飯田市川路7600
■営業時間: 10:00～20:30
焼肉(BBQ)は要予約
■定休日:不定休



ボンマンジェ天龍峡 61



〒395-0034
長野県飯田市追手町2-641-10
■営業時間:要予約



天空のビアガーデン 58



〒399-2431 長野県飯田市川路7620
■営業時間: 11:30～15:00
17:30～22:00
焼肉(BBQ)は要予約(HPより)
■定休日:不定休



リストランテ ココリズム 62



〒395-0068
長野県飯田市大休7462-49
■営業時間:11:30～22:00
■定休日:不定休



ホテル風の山 59

飯田焼肉マップ



飯田焼肉専用 Googleマイマップ

掲載希望の方は飯田市広報ブランド推進課までご連絡ください。

飯田概観

信州の飯田と云えば、
先づ第一に芝居好きな處、
〜（中略）〜
第四に地方にしては開けた處、
第五に肉を食ふ人間の多い處
・・・・・となる。
飯田人士の肉を食ふこと、
誠に日本一——

大正五年九月二日「南信※」より

※明治〜昭和に発行された新聞



南信州の畜産物HP
飯田の食肉文化
ぜひ、ご覧ください！

日本一の焼肉の街

飯田焼肉の取説
発行：長野県飯田市
企画・編集：広報ブランド推進課
発行年：2024年3月