

長崎県の魚愛用店

長崎県の魚がいつでも食べられるお店ガイド

食べんば、ながさきの魚。

長崎が、まるごと
美味しい!

「長崎県の魚愛用店」
公式WEBサイト

『長崎県の魚愛用店』は
スマホでもチェックできます

2025年3月発行

企画・発行／長崎県水産加工流通課
Tel. 095-895-2871
制作／(株)日本旅行長崎支店
(株)シティ情報ふくおか

本誌に掲載している情報は2025年3月現在のものです。
料金、営業時間、内容などが変更されている場合が
ございますので、あらかじめご了承ください。

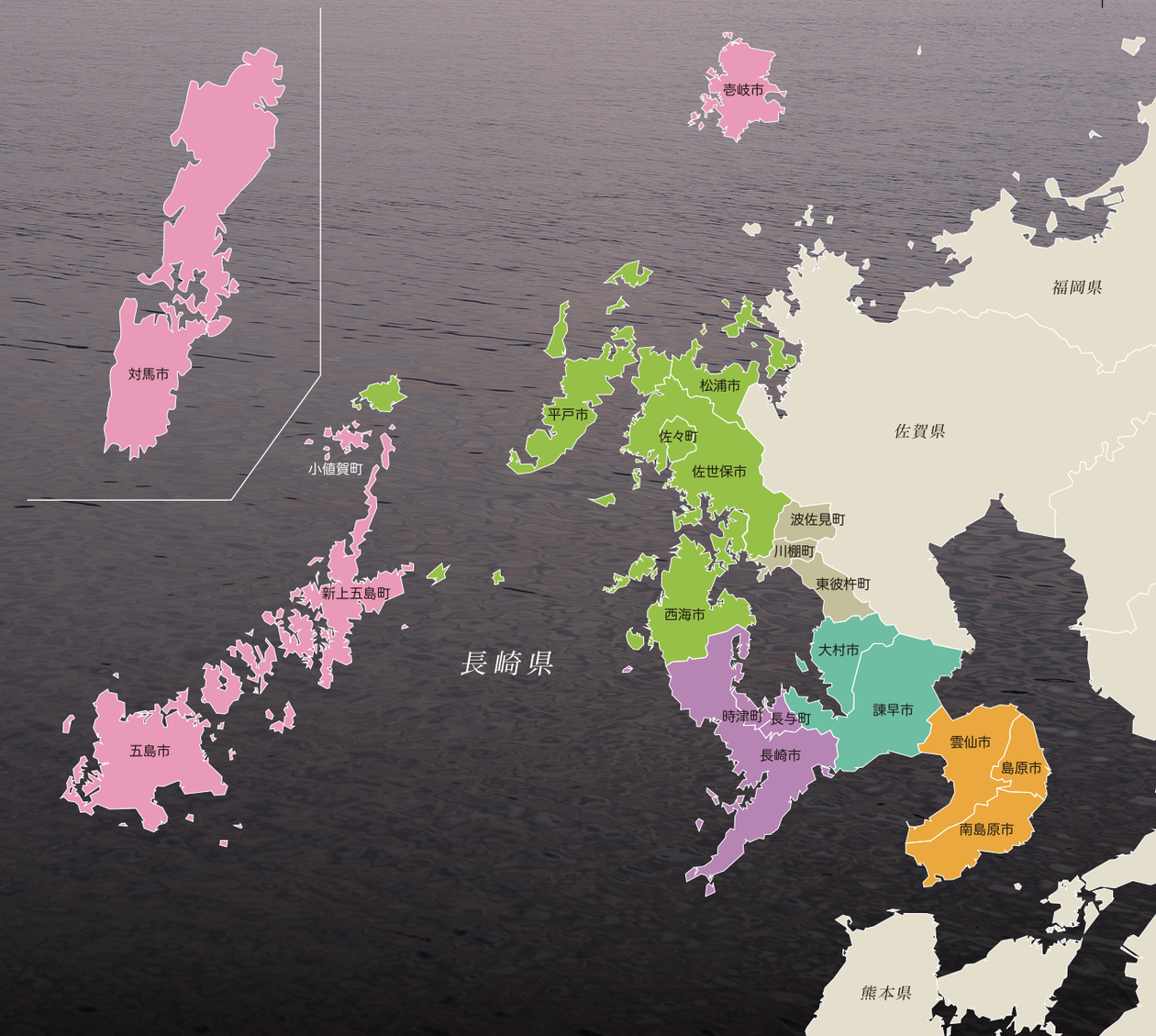
もくじ

3-4　長崎県の美味しい魚を食べるなら『長崎県の魚愛用店』で
5-6　ながさき魚ずかん
7-8　対馬で見た長崎の魚
・アナゴ漁師・築城慎一さん
9-10　魚市場で見た長崎の魚〈1〉
・長崎魚市・多喜田克彦さん
11-12　魚市場で見た長崎の魚〈2〉
・長崎魚類仲卸協同組合・山内一弘さん

［長崎県の魚愛用店］
長崎県の魚がいつでも食べられるお店ガイド
13-21　長崎エリア
・長崎市・時津町
23-26　県央エリア
・諫早市・大村市
27-32　県北エリア
・佐世保市・東彼杵町・平戸市・松浦市・西海市
33-36　島原エリア
・雲仙市・島原市
37-44　離島エリア
・壱岐市・対馬市・五島市・新上五島町・小値賀町

長崎県は、さかな県。

長崎県の沿岸は、世界屈指の好漁場として知られる広大な大陸棚を有した東シナ海及び東シナ海と日本海をつなぐ対馬海峡に面し、数多くの島嶼、半島で形成された複雑な海岸地形を特徴としている。海岸線の総延長は、全国の約12%にあたる4167kmあり、これは北海道に次いで全国第2位の長さである。また、東シナ海と日本海とを回遊する魚種はとても豊富で、県に水揚げされる魚種は350種類を超えると言われている。アジ、サバ、イワシ、タイなどの海面漁業や、フグ、クロマグロ、真珠などの養殖漁業も盛んに行われ、全国シェアもトップクラス。さらに漁業者たちの高鮮度保持に対する知見や技術も高く、これら県産の新鮮な魚を扱う料理人たちの美味しさへのこだわりも、長崎県の魚が美味しいと言われ続ける由縁となっている。



長崎が、まるごと
美味しい！

長崎県の美味しい魚を食べるなら『長崎県の魚愛用店』で

長崎県では、本県産の魚介類及び水産加工品の愛用を推進するため、県産魚を積極的に活用したメニューを提供する店舗を「長崎県の魚愛用店」として認定しています。県民や観光客の皆様が、長崎県の水産物を食べたい時にいつでもご利用していただけるよう、当ガイドブックにてご紹介しています。

『長崎県の魚愛用店』は
スマホでもチェックできます

ながさき魚ずかん

マダイ

桜鯛とも呼ばれる春を代表する高級魚。主に一本釣などの沿岸漁業で漁獲され、養殖も盛ん。色彩が美しく、淡泊な中に豊かな風味を秘めた、どんな料理にも合うメデタイ魚。



アマダイ

秋から春にかけ延縄や以西底びき網などの沖合、遠洋漁業で捕獲され、赤甘・白・黄甘の3種類がある。焼き物、蒸し物にするとすばらしい風味がでる、柔らかく淡泊な味わいの自身魚。



ヒラメ

天然物は秋から冬、養殖物は春から秋にかけて出荷される。背ビレと尻ビレのつけ根『縁側』は脂肪分に富み、おいしいだけでなく、コラーゲンが含まれている。さらに、身は淡白で低脂肪。美容食としても歓迎される魚。



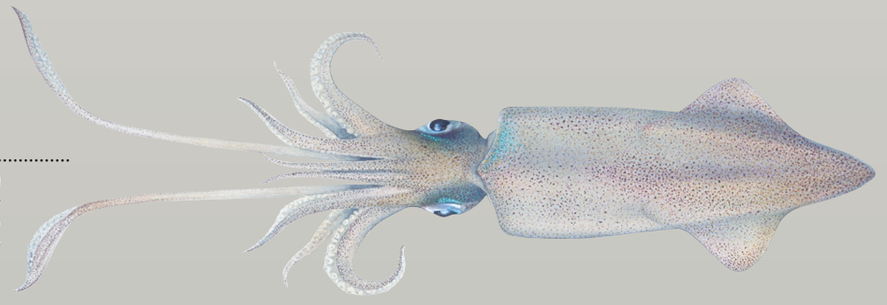
トラフグ

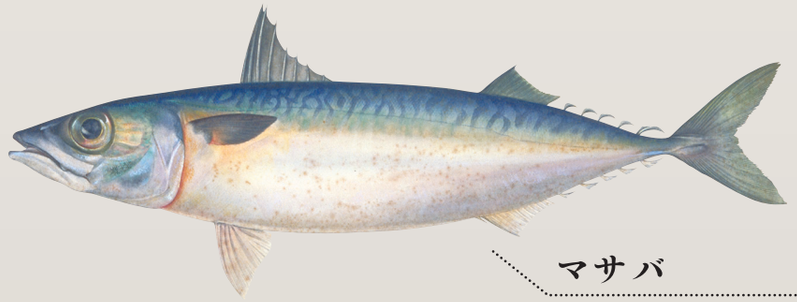
沿岸の延縄漁業や以西底びき網漁業で漁獲され、近年では養殖も盛んに。また種苗放流も各地で行われている。ふぐ刺しやふぐちりなど、冬の代表的な料理に利用される高級魚。



ケンサキイカ

ヤリイカ、アカイカとも呼ばれ旬は春から夏。甘みが強く、刺身や天ぷらに最適で、干したスルメも上級品。壱岐では『壱岐剣』という名でブランド化されている。





イサキ

一先（イッサキ）とも呼ばれ、主に一本釣や定置網などの沿岸漁業で漁獲される。茶褐色の魚で、ひれのとげが鋭い。さっぱりした味の白身魚で、梅雨の頃が一際おいしく、塩焼き、刺身、ムニエルなど幅広く利用される。

マサバ

“サバの生きくされ”といわれる程、鮮度が落ちやすい。旬の秋になると脂肪が体重の10～15%を占めるようになり、大変美味しくなる。鮮度の良いものは刺身、シメサバやみりん干しも美味。



ブリ

一本釣や定置網など沿岸漁業で漁獲され、養殖でも生産量の多い魚。成長段階によって呼び名が変わる出世魚。栄養価が高く、タンパク質・脂肪・ビタミンが多く含まれている。冬は「寒ブリ」と呼ばれ、最も脂がのっておいしい。



マアジ

まき網漁業を主体に、以西底びき網漁業や定置網漁業などで漁獲。マアジの他、シマアジ、ムロアジなど種類も多い。淡白でくせのない青魚で、塩焼き、タタキ、南蛮漬など料理法も豊富。



トビウオ

漁期は短く秋に平戸周辺で獲れる。大型の角トビは生食、小型の丸トビは『アゴ』と呼ばれ、塩アゴなどに加工される。焼きアゴは平戸、五島の特産品として珍重され、正月の雑煮やみそ汁の出汁に使用される。

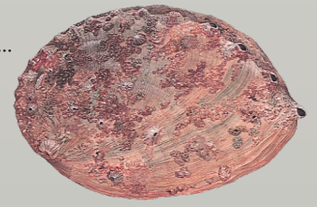


マイワシ

中小型まき網や定置網などの沖合・沿岸漁業で漁獲される。成人病を防ぐEPAや頭の働きを良くするとされるDHAの他、カルシウムが豊富。鮮魚や煮干しなどとして親しまれる。

アワビ

巻貝の仲間で、栽培漁業の対象として盛んに種苗放流が行われている。刺身や氷水にさらしてワサビ醤油で食べる「水貝」、数時間蒸した「塩蒸し」など様々な調理法がある。



長崎大学附属図書館所蔵（アワビを除く）

●対馬で見た長崎の魚

黄金に輝くアナゴは対馬の西沖で揚がる



多い時は500キロほどのアナゴが揚がる。
海が荒れる日も多く、出漁できるのは年間150日ほど



対馬北部の西沖は、海谷・海盆や岩礁が多く、対馬暖流と大陸沿岸水が交錯し、好漁場が形成されているため、良質のアナゴが獲れることで有名



17トンの『幸生丸』で対馬の西沖を駆け回り、良質なアナゴを獲る築城さん

アナゴ漁師 築城慎一さん

対馬暖流がもたらす豊かな漁場に恵まれた対馬近海は、アジやサバ、ブリ、イカなどが豊富に獲れる水産資源の宝庫。全国トップクラスの水揚げを誇る長崎県のアナゴの中で、特に好漁場として知られるのもやはり対馬だ。そんな対馬の北の玄関口、比田勝でアナゴを専門に狙うのが築城慎一さん。

漁港から2～3時間ほど北西に向かった、西沖と呼ばれる付近は、岩礁が多く、水深150メートルの深海にアナゴが潜む。「この辺りは、キュウリエソやエビ、イカなど、豊富な餌を食べて脂を蓄えた上質なアナゴが獲れます」と築城さん。

ここと決めたらロープでつながれた1000～1300本のアナゴ籠を次々と海へ投入。筒状の細長い籠の中に餌となるスルメイカを入れ、狭い穴を好むアナゴを誘い込む。大海原で待つことおよそ4～5時間。たくさんのアナゴが籠に入っていることを祈りながら、一本一本、海底から籠をたぐり寄せる。空振りもあるが一本に5～6匹入っていることも。引き上げた籠からアナゴを丁寧に取り出し、そのまま船底の生け簀へ。魚体を傷つけることなく生きたまま港へと連れ帰る。

対馬で獲れるアナゴは黄褐色で、脂がよくのった肉厚な身は旨味も濃厚なので、全国から引く手数多だ。港に揚がったアナゴは、いったん陸上の生け簀で休ませ、長崎県内はもちろん本州の飲食店などへも送られる。

築城さんは、自ら獲ったアナゴの美味しさを広めるべく、兄弟とともに比田勝で寿司店も経営している。長男・慎二さんが獲ったアナゴを、三男の建太郎さんがさばき、さばいたばかりのアナゴはそのまま隣の寿司店へ手渡され、次男・順二郎さんがアナゴ寿司を握る。兄弟自慢の『すし処　慎二』（P37）は、今や来島者が必ず立ち寄りたい人気スポットとなっている。



三男・建太郎さんは加工担当。築城さん兄弟の取り組みは、令和3年度の『ながさき水産業大賞』で長崎県知事賞も受賞した



ふっくらとして身も厚い、さばきたてのアナゴ。白くて透明感のある身質が新鮮な証拠



長さ90センチほどの籠には一度入ると抜け出せないカエシがあるが、資源保護のため、小さなアナゴは水抜き穴から逃げられるようにしている

●魚市場で見た長崎の魚〈1〉

色とりどりの魚が並ぶ国内有数の産地



1989(平成元)年に長崎市尾上地区から移転した『長崎魚市場』。水揚げから出荷まで、外気を遮断し清潔な環境を保つ高度衛生化も進められている

ブリやヒラマサなどの青物、クエやヒラメといった高級魚、大型のメカジキやバショウカジキなど、バラエティに富んだ多くの魚が並んでいた

長崎魚市の多喜田克彦さん。手に持った魚はアカハタ

長崎魚市 多喜田克彦さん

複雑な海岸や海流、海底の地形によって多彩な魚種が生息し、全国屈指の好漁場と呼ばれる長崎県近海。そこで獲れた魚が多く集まるのが、『長崎魚市場』だ。

その広さ22万平米という、九州最大規模の面積を誇る巨大市場。日付が変わる頃から、漁を終えた漁船が続々とやってきて、水揚げされたばかりの魚が競り場に並べられていく。まず、その量に驚かされるが、より圧倒されるのが種類の多さだ。「魚種の多さは全国一。季節にもよりますが、日々取り扱う魚種は250種類を超えています」と教えてくれたのは、長崎魚市の多喜田克彦さん。

午前5時。鐘の音を合図に、競り人の威勢のいい掛け声が場内に響きわたり、この日の競りがスタートする。『長崎魚市場』の競りは、競り人の掛け声に合わせて最高の値をつけた買い手が競り落とす『競り上げ』方式。つまりオークションだ。ひとつの魚に要する時間はわずか数秒と、一瞬一瞬が真剣勝負。漁師たちから預かった魚を少しでも高値で売りたい競り人と、消費者に少しでも手頃な価格で届けたい仲買人の駆け引きが行われている。

仲買人は競り落とした魚をすぐさま市場内にある自分たちの店に運び込む。そしてそれを待ち受けるのが市場に買付にやって来る買出人たちだ。買出人は鮮魚店などの小売業者や飲食業者など、魚のプロ。仲買人が競り落とした魚が、県内各地のスーパーや鮮魚店、飲食店に届けられ、そこで私たちは毎日新鮮な魚を手に入れることができるのだ。

豊かな漁場に囲まれた、日本屈指の水産県・長崎は、水産物の宝庫。そのおいしさを享受できるのは、色鮮やかな鮮魚が並ぶ魚市場に携わる、水産物エキスパートたちのおかげなのだ。



競りは朝5時からベルを合図に3ヵ所同時にスタート。5時半からは特殊物と呼ばれるウニなど。6時からは活魚の競りが始まる



競り落とされた魚には、仲卸ごとに異なる紙の札を貼り付け、すぐさま運ばれていく



大型の魚は一匹ごとに競りにかけられる。仲買人たちは事前に状態を見極め、狙いを定めた魚に値を付けていく

●魚市場で見た長崎の魚〈2〉

長崎の魚を知り尽くす目利きのプロ



毎日のように届く五島産のクロマグロ。この日は87キロ。
長崎県の養殖クロマグロは生産量・出荷額ともに日本一だ



1952年創業。鮮魚・貝類・冷凍品など幅広く取り扱う『丸菱商店』。
「長崎県水産業の繁栄に貢献する」がモットー



取材時にも電話の対応に忙しい山内さん。
現在は競りを若手に任せ、顧客の対応に全力を傾ける

長崎魚類仲卸協同組合
山内一弘さん

長崎魚類仲卸協同組合の理事長を務める山内一弘さんは、創業50年を超える仲卸業者『丸菱商店』の社長でもある。長年、魚と向き合ってきた山内さんに、長崎県の魚について教えてもらった。

『長崎魚市場』の一角で、小売店や量販店、ホテルなどを相手に、信頼の厚い商売を続けている山内さん。市場で競り落とされた魚が、『丸菱商店』に運ばれてくる頃になると、顧客たちからひっきりなしに電話が掛かってくる。「店頭でも販売しますが、80％は電話などでの注文です。お客さんは実物を見ずに決めるわけですから、信頼関係がなによりも大切。先方の要望を聞きつつ『今日はこんないい魚もあるよ』とこちらからの提案も大事です」。店頭に高く積み上げられたトロ箱は、見る見るうちに運び出され、それぞれ取引先へと向かっていく。



卸売棟に運ばれた大量の氷。プロの手によって鮮度が維持され、
私たちはいつも新鮮な魚を味わえる



白が競り人、黄色が仲買人など、帽子の色で業種が区別され、
許可を得た者だけが入場できる



五島から届いたクロマグロは、24時間以内に解体される。
流通量が圧倒的に少ない生マグロは、冷凍物に比べて味わいや食感がまったく異なる

長崎の魚の魅力は？と聞くと、やはり魚種の多さだと胸を張る。「水揚げ量も日本有数ですが、魚種の多さは自信を持って日本一だと言えます。長崎の料理人もプロですから、詳しい人が多いですね。どんな魚でも、仲卸として食べ方の提案をしたり、逆に料理人から教えていただいたり、常に勉強です」と山内さん。とあるホテルから修学旅行生に長崎のおいしい魚を予算内で提供したいという要望があり、長年の知識と経験をフル活用して対応したこともあったという。

「漁師さんたちのためにも、仲卸として小売店や飲食店の声を聞きながら、上手に伝えていくことが使命だと思います。最近は五島で養殖されているクロマグロもよく入るようになりました。一度も凍らせることなく運ばれてくる生マグロは別格のおいしさで、上海など海外にも送っています。ぜひ地元でももっと広めていきたいです」と山内さんは、目を輝かせて語ってくれた。

01 長崎エリア

五島灘・橘湾・大村湾に面し、多様な漁場を形成する長崎エリア。水揚げ拠点の新長崎漁港が立地し、多くの魚介類が集まる。

P15-21
- 長崎市
- 時津町

地産地消こだわりの店

県産食材を使用した料理を食して長崎県産の良さを知ってもらい、地産地消をより一層推進するために、県産食材を積極的に使用している店舗です。

県産酒指定店

常時3種類以上の長崎県産の清酒、本格焼酎等を提供している店舗です。

長崎和牛指定店

長崎県の恵まれた自然環境の中で、肥育を目的に生産された長崎和牛を常時提供している店舗です。



いけす料理 肥前屋

はるかに雲仙を望む料亭旅館で、食事のみの利用も可能。生け簀の真上にも部屋があり、ぽっかりと空いた穴からは生け簀を泳ぐ魚を眺めることができる。地魚を使った料理はランチでも味わえる

橘湾の美味しさを引き出します

江戸時代から続く老舗で、古くは魚問屋や旅籠として地元に愛され、小説『長崎ぶらぶら節』の舞台になるなど、歴史に事欠かない料理自慢の宿。日本庭園の池のような巨大な生け簀があり、タイやヒラメがイキイキと泳ぎ回っている。この生け簀こそが『肥前屋』の魚の旨さの秘密。生け簀があるのは、かつて海だった場所。現在も目の前に広がる海と地下で繋がっており、新鮮な海水が直接流れ込んでくる。橘湾の魚を中心に、ほぼすべて長崎産の鮮度抜群の活魚を仕入れ、広々とした生け簀でたくさんの魚を泳がせることで、常に最高の状態で提供することができるのだ。生け簀を用いた活魚料理を提供すること自体、珍しかった時代から現在のスタイルを確立したという先駆者だけあって、もちろん魚のおいしさを引き出す方法も熟知。長崎が誇る地魚がずらりと並ぶ『長崎刺盛』で、その魅力をとことん味わってほしい。



だから美味しい！ながさきの魚
長崎刺盛

生け簀から取り出した自慢の魚を使用する『長崎刺盛』(5000円〜)。この日はヒラメやシマアジ、野母崎のアワビや橘湾で養殖されたヒオウギなど、すべて長崎産。仕入れ状況や内容によって金額は変動するため、事前に相談を

NEW

居酒屋亜紗 フクブクロ

Izakaya Asa Fukubukuro
이자카야아사 후쿠부쿠로
居酒屋亜纱 Fukubukuro


長崎刺盛

豊富なお酒と新鮮な長崎の味覚を手軽に楽しめるスポットとして、地元の常連客や観光客に親しまれている。

所長崎市尾上町1-67 かもめ市場内
☎095-801-0268
営11:00～23:00(Lo22:15)
休不定休

長崎居酒屋 和

Nagasaki Tavern Kazu
나가사키 이자카야 가즈
长崎酒馆　和


長崎刺盛

長崎の豊かな海で育まれた新鮮な魚介たちを、コース・単品問わず多彩な魚料理で味わえる店。カウンター席もあり。

所長崎市大黒町9-6
☎095-895-5133
営17:30～23:00(Lo22:30)
休日曜日(連休の場合は最終日)

ビストロ ゲルニカ

Bistro Guernica
비스트로 게르니카
餐厅　格尔尼卡


五島列島産特製〆サバ

地産地消を大切に、安心・安全な料理を提供する。中でも、名物である「元祖生からすみパスタ」は人気の一品。

所長崎市鍛冶屋町6-5-2階
☎095-826-0393
営18:00～23:00(Lo22:00)
休月曜日

ホテルニュー長崎 日本料理 錦茶房

Hotel New Nagasaki Japanese Restaurant Nishikisabo
호텔 뉴 나가사키 일본요리 니시키사보
新长崎酒店　日本料理　锦茶房


長崎刺盛

選び抜かれた旬の素材たちが、繊細で独創的な料理へと昇華。プライベートな空間で、特別な食体験を堪能できる。

所長崎市大黒町14-5　☎095-828-7228
営11:30～14:30(Lo14:00)
17:00～21:00(Lo20:00)
休火曜日

いけ洲居酒屋 むつ五郎

Cistern Tavern Mutsugoro
활어 이자카야 무쓰고로
鱼塘小酒馆　mutu五郎


長崎刺盛

長崎・九州の地魚、新鮮活魚を手頃価格で提供。生け簀の魚を目の前で調理し、新鮮な味を堪能できる。

所長崎市八幡町9-8　☎095-826-6560
営11:30～14:15(Lo13:45)
17:30～22:00(Lo21:00)
休12月31日～1月4日

居酒屋 ほおずき

Tavern Hozuki
이자카야 호오즈키
酒馆 酸浆


長崎刺盛

長崎駅近くの鮮魚を中心としたメニューを多く揃える居酒屋「ほおずき」。一人でも気軽に訪れられるアットホームさも魅力。

所長崎市大黒町7-10
☎095-828-6496
営17:00～23:00(Lo22:30)
休日曜日

酒菜処 のさ庵

Tavern Nosa-An
일식 주점 노사안
酒菜处　nosa庵


長崎刺盛

新鮮な刺身、魚料理、野菜中心のおばんざいなど、和食のプロの味が居酒屋価格と落ち着いた雰囲気で楽しめる。

所長崎市鍛冶屋町6-54　☎095-824-0031
営11:30～15:00(Lo14:00)
17:00～22:00(Lo21:30)
休無休(年末年始はお休みをいただきます)

NEW

魚店 亜紗

Uodana Asa
우오다나 아사
鱼店 亚纱


長崎刺盛

新鮮な地元の魚介類を活かしたメニューが豊富。特に、刺身盛り合わせやハトシロール、鯨の鹿の子などが人気。

所長崎市大黒町10-2　☎095-832-8220
営17:00～24:00
(Lo[食]23:00、Lo[飲]23:30)
休不定休

焼鳥 みつば

Yakitori Mitsuba
야키토리 미쓰바
烤鸡肉串　三叶


長崎刺盛

毎朝仕入れる新鮮な魚と、丁寧に仕込んだ焼鳥が並ぶ。落ち着いた雰囲気の中でゆっくりと美酒美食を愉しめるのが「みつば」だ。

所長崎市鍛冶屋町1-17 本多ビル1階
☎095-893-8123
営17:30～24:00(Lo23:30)
休日曜日

NEW

海鮮丼 魚〇亜紗

Kaisendon Uomaruasa
해산물 덮밥 우오마루아사
海鲜丼　鱼〇亚纱


魚〇彩丼

長崎駅かもめ市場内の海鮮丼専門店。新鮮な地元の魚介類を活かした多彩なメニューが揃う。個室完備で子連れの方にもおすすめ。

所長崎市尾上町1-67 かもめ市場内
☎095-801-0357
営11:00～22:00(Lo21:15)
休不定休

魚菜創作ダイニング 魚たつ 五島海山

Uo-Tatsu Goto Kaisan Seafoods & Vegetables
어채 창작요리 다이닝 우오타쓰 고토카이산
鱼tatu 五岛海山


長崎刺盛

旬の魚介をはじめ、長崎県産食材にこだわる「魚たつ」の創作料理。豊富なランチの中でも「握り15貫セット」が好評。

所長崎市五島町3-22-1階　☎095-825-6455
営11:30～14:00(Lo13:30)／平日(月～木)17:00～22:00(Lo21:00)金～土17:00～24:00(Lo23:00)
休日曜日

登利亭 長崎本店

Tori-Tei Nagasaki Main Branch
도리테이 나가사키 본점
登利亭　长崎总店

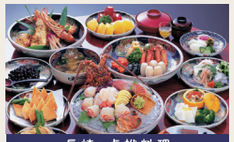

長崎刺盛

長崎の美味を堪能するなら、長崎駅前すぐの登利亭へ。新鮮な魚介と長崎ならではの名物料理を味わえる、地元民にも人気の店。

所長崎市五島町1-6
☎095-818-5001
営17:00～
休不定休

坂本屋

Japanese Cuisine Sakamotoya
사카모토야
日本料理 坂本屋


長崎・卓袱料理

長崎の食文化を代表する、卓袱料理の老舗。趣ある店内で食す、旬の素材を活かした会席や鍋料理もまた、この店の魅力だ。

所長崎市金屋町2-13　☎095-826-8211
営11:30～14:00(Lo13:00)
17:30～21:30(Lo19:00)
休不定休

長崎I・Kホテル

Nagasaki I・K Hotel
나가사키 IK 호텔
长崎I・K酒店


長崎鮮魚のカルパッチョ

長崎駅電停から徒歩5分圏内のレストラン。鮮魚はもちろん、長崎スープカレー、トルコライスなど、長崎グルメを楽しめる。

所長崎市恵美須町7-17
☎095-827-1221
営11:30～13:20／17:30～21:30(Lo21:00)
休日曜日、祝日

NEW

亜紗 本店

Asa Main Branch
아사 본점
亚纱 本店


長崎刺盛

掘りごたつやテーブルに隣同士に座って賑やかに。極上の長崎の海の幸を心ゆくまで満喫できるあったかスポット。

所長崎市恵美須町4-8
☎095-824-9099
営17:00～24:00
休不定休

長崎エリア 01

Nagasaki Area
나가사키 에어리어
长崎地区

長崎市
時津町



寿司割烹 かつら

Sushi Katsura
스시 갓포 가쓰라
寿司　KATSURA


長崎刺盛

長崎駅から約10分の好アクセス。あったかな名物店主が提供する、長崎地魚の一品料理や定食がおすすめ。

所長崎市桜馬場1-4-2　☎095-823-4471
営11:30～14:00(Lo13:40)
17:30～21:30(Lo20:40)
休水曜日(不定休)・木曜日・月2回程度不定休

旬菜桜通り 樽

Seasonal Ingredients Sakura Street Taru
순사이사쿠라도리 다루
旬彩桜街头　桶


長崎刺盛

長崎駅より徒歩5分の居酒屋。長崎県産の新鮮な魚と旬の食材で、「美味しい！」が聞こえる料理を提供している。

所長崎市桜町1-7　☎095-825-2228
営11:45～14:00(Lo13:30)
17:30～23:00(Lo22:00)
休日曜日

麻寿喜(ますき)

Masuki
마스키
麻寿喜


長崎刺盛

昭和から時を刻む、大波止の老舗。長崎の地魚とクジラ料理はまさに絶品。ランチから利用でき、宴会や各種鍋のコースも。

所長崎市元船町11-22　☎095-826-7814
営11:30～14:00
17:00～23:00(Lo22:00)
休日曜日、不定休※土曜日は予約のみ

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

創彩酒膳 風と月

Creative cuisine Wind & Moon
창작 이자카야 가제토쓰키
创彩酒餐　风和月


長崎刺盛

観光通電停、めがね橋近くの小さな居酒屋。長崎県産の食材のほか、店主お気に入りの県産日本酒・焼酎も多数取り揃えている。

所長崎市東古川町1-11
☎070-9287-1130
営17:00～22:10(Lo21:30)
休不定休

ホテルJALシティ長崎 中華料理 桃苑

Hotel JAL City Nagasaki Chinese Restaurant Toh-En
호텔 JAL 시티 나가사키 중화요리 도엔
酒店JALCITY长崎　中国菜　桃苑


鮮魚の香り蒸し

有名店がひしめく中華街の中で、知る人ぞ知る隠れ家的な店。落ち着いたライティングでインパクトのある料理を味わえる。

所長崎市新地町13-10　☎095-825-2580
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:30～21:00(Lo20:30)
休日曜日、不定休

隠れ居坂屋 魚たつ

Hideout Tavern Uo-Tatsu
이자카야 우오타쓰
隐居小酒馆　鱼tatsu


長崎刺盛

「地産地消×産地直送」をコンセプトに、長崎産の鮮魚を使った寿司を振る舞う。リーズナブルでボリューム満点のランチも人気。

所長崎市江戸町1-8-1階　☎095-823-1239
営11:30～14:00(Lo13:30)※ランチ営業日要確認／月～木17:30～22:00(Lo21:00)、金土17:30～24:00(Lo23:00)　休日曜日

旬彩 ながや

Seasonal Ingredients Nagaya
순사이 나가야
旬彩　Nagaya

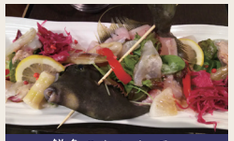

長崎刺盛

関西・長崎の有名ホテルなどで修業した店主が、長崎の鮮魚や野菜のおいしさを再確認し、厳選した旬の食材を提供する。

所長崎市万屋町4-13 二葉屋ビル3階
☎095-827-0077
営11:30～14:00／17:30～23:00
休日曜日

wine kitchen 華花

Wine Kitchen Hana-hana
wine kitchen 하나하나
葡萄酒厨房　华花


鮮魚のカルパッチョ

世界中の９０種のワインと味わう、長崎の味覚の探究。地元産の鮮魚を使った魚料理や、多彩な絶品フレンチが味わえるビストロ。

所長崎市江戸町2-28 リバーフィールドEDO1階
☎095-829-0870
営11:30～14:00／18:00～25:00(Lo23:30)
休不定休

日本料理 更紗

Japanese Restaurant Sarasa
일본요리 사라사
日本料理　印花布


長崎刺盛

日本料理の繊細な味付けと旬の素材をそのまま活かした料理が魅力。マダイ、クエ、ハモ、マグロなど豊富な旬の魚を味わえる。

所長崎市万屋町1-21　☎095-820-4103
営11:00～14:00(Lo13:30)
17:00～22:00(Lo20:00)
休水曜日、ほか不定休あり

NEW

出島 亜紗

Dejima Asa
데지마 아사
出岛 亚纱


長崎刺盛

出島にオープンした「出島 亜砂」は、長崎の鮮魚と地酒を心ゆくまで味わえる店。個室から、大人数の宴会まで幅広く利用できる。

所長崎市出島町13-3
☎095-811-1388
営17:00～24:00
休不定休

酒菜屋ながれ

Tavern Nagare
이자카야 나가레
酒菜店　Nagare


長崎刺盛

長崎自慢の海鮮食材を使ったお酒に合う料理を提供する酒菜処。九州を中心とした旬野菜が豊富な日替わりメニューもあり。

所長崎市万屋町5-26 恵風ビル2階
☎095-824-1003
営昼12:00～17:30／夜17:30～24:00(Lo23:00)
休昼:月曜日、火曜日　夜:無休(変更あり)

NEW

浜口亜紗 嘉門

Hamaguchi Asa Kamon
하마구치아사 가몬
浜口亜纱 嘉门


長崎刺盛

平和公園や長崎スタジアムシティからほど近い「浜口亜紗　嘉門」。リニューアルし、さらに利用しやすくなった。

所長崎市浜口町1-13
☎095-848-0010
営17:00～24:00
休不定休

海鮮居酒屋えびす屋 L'ALA VISTA

Tavern Ebisu-Ya L'ALA VISTA
해산물 이자카야 에비스야 L'ALA VISTA
酒馆 惠比寿屋 L'ALA VISTA


天然地魚活魚盛合せ

長崎の新鮮な魚を使った居酒屋料理や、肉料理を楽しめる店。地酒とワインも多種、思案橋電停から徒歩1分の居心地いい人気店。

所長崎市浜町11-12 七福ビル1階
☎095-820-6060
営17:30～23:00
休日曜日

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

割烹 こじま

Cuisine Kojima
갓포 고지마
烹饪　Kojima


長崎刺盛

長崎の卓袱料理の逸品「角煮」やふぐのコース料理が楽しめる本格割烹料理店。厳選した四季折々の旬の食材が並ぶ。

所長崎市銅座町14-14　☎095-827-1696
営11:00～14:00(Lo13:50)／17:00～22:00(Lo21:00)※日曜日は21:00まで
休月曜日、木曜日

旬彩こころ

Seasonal Ingredients Kokoro
순사이 고코로
旬彩 心


長崎刺盛

五島出身のマスターがつくる新鮮な刺盛、旬の魚介類の一品料理は、美しい逸品ばかり。厳選日本酒との組み合わせも楽しめる。

所長崎市油屋町1-6 植田ビル1階
☎095-822-9071
営18:00～23:00
休水曜日

海鮮市場 長崎港 新地店

Seafood Market Nagasaki Harbor Shin-chi Branch
해산물 시장 나가사키코 신치점
海鲜市场　长崎港　新地店


長崎刺盛

長崎の海の幸を味わうなら、長崎港新地店へ。築地直送の鮮魚と地元魚介を使った料理は、観光で立ち寄るにもおすすめ。

所長崎市銅座町3-15　☎095-895-9179
営10:30～15:00(Lo14:30)
17:00～21:00(Lo20:30)
休無休

美酒佳肴RUBICON

Japanese cuisine Rubicon
미주가효 Rubicon
日本料理　Rubicon


コースの例

旬の鮮魚と、滋味あふれる旬の野菜。完全予約制だからこそ味わえる、極上の逸品を提供している。

所長崎市油屋町1-36-4階
☎095-824-5323
営17:00～24:00
休不定休

ながさき鉄板 赤目(あかめ)

Nagasaki Teppannyaki Akame
나가사키 철판 아카메
长崎铁板烧　赤目


刺身盛り合わせ（長崎刺盛）

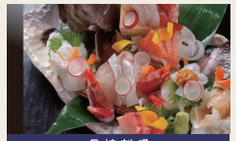
長崎の海が育む、とれたて鮮魚を一品料理・豪快な鉄板焼きでも楽しめる。洗練された空間で美食体験できる店。

所長崎市銅座町9-17銅座ツデイビル1階, 2階
☎095-826-3777
営17:30～23:00(Lo22:30)
休無休

NEW

多ら福 亜紗

Tarafuku Asa
다라후쿠 아사
多福 亚纱


長崎刺盛

「たらふく！」と言わずにはいられない、福が満載の多ら福亜紗。県内５店舗でも美味しい食事と賑わいを感じられる。

所長崎市油屋町2-6
☎095-832-8678
営17:00～24:00
休不定休

NEW

炉端亜紗 喜三郎

Robata Asa Kisaburo
로바타아사 기사부로
炉端亚纱 喜三郎


刺身の盛り合わせ

ごまかしの効かない炉端焼き。徹底した食材へのこだわり、カウンター席では大きなしゃもじに乗せて提供される。

所長崎市銅座町7-9　☎095-825-2000
営17:00～24:00
(Lo[食]23:15、Lo[飲]23:30)
休不定休

すし処 小吉(こきち)

Sushi Kokichi
스시 고키치
寿司处　小吉


長崎刺盛

店主自らの目利きで選ぶ、その日最高の鮮魚を全ての訪れる人を想う気持ちと技で提供。心温まるもてなしも魅力の店。

所長崎市銅座町6-8 七福ビル1階
☎095-821-9482
営18:00～25:00
休日曜日

タイチ寿司

Taichi Sushi
다이치스시
Taichi寿司


長崎刺盛

豊富な県産酒を取り揃え、長崎の新鮮な魚にこだわった店。テレビでも紹介された「白い鉄火巻」はぜひ注文したい。

所長崎市銅座町5-16　☎095-826-2744
営17:00～23:00
休日曜日、月曜日

銅座 呑

Douza Don
도자 돈
铜座　吞


長崎刺盛

クジラをはじめ、新鮮な海鮮や長崎和牛など、長崎の旬の味を好みに応じて調理してくれる。手仕事と心遣いの料理が食通を唸らせる。

所長崎市銅座町14-15 2階　☎095-829-3788
営18:00～22:30(Lo22:00)
日・祝日18:00～22:00(Lo21:30)
休火曜日

いけす料理 肥前屋

Ikesu-Ryori Hizenya
활어요리 비젠야
Ikesu料理 肥前屋



先代から引き継いだ、直接海水が流れ込み魚の鮮度を守る生け簀を設置。熟練の技と盛り付けに加え、絶景の景観も楽しめる。

所長崎市網場町487　☎095-838-3251
営11:30～15:00(Lo14:00)
　17:00～22:00(Lo20:00)
休不定休

食事処 利(とし)

Restaurant Toshi
식당 도시
饭馆　利



地元・戸石のカキやトラフグ、自家製の無農薬野菜を使用した料理を提供。昼は食事処、夜は居酒屋として愛されている。

所長崎市戸石町1300-1　☎095-839-2175
営火～金・日17:30～21:00
　土17:30～22:00
休月曜日・不定休

いけす料理 かね万

Cistern Cuisine Kaneman
활어요리 가네만
鱼塘菜　Kane万



光輝く茂木湾を一望でき、天下一品の包丁さばきで盛り付けられた新鮮活魚料理と美酒が味わえる90年続く老舗店。

所長崎市茂木町2190-6
☎095-836-0069
営11:00～21:00(Lo19:30)
休不定休

西欧亭

Seiou-Tei
세이오테이
西欧亭



ゆうこう真鯛のカルパッチョは女性客や家族連れに大人気! 地元魚介料理、人気パスタ、デザート付ランチが魅力。

所長崎市戸石町704-1　☎095-839-8135
営11:30～14:00
　17:30～Lo食事21:00(平日Lo20:30)
休火曜日、不定休あり

お食事処 いち望

Meal Ichi-Bou
식당 이치보
饭馆　俯瞰



野母崎の恵みを凝縮した「いち望定食」。軍艦島・高島・伊王島を望む絶景を眺めながら、滋味豊かな味わいを堪能できる。

所長崎市以下宿町2924-1
☎095-895-3888
営11:00～15:00(Lo14:30)※夜は要予約
休水曜日、木曜日

海鮮料理 わかすぎ

Seafood Cuisine Wakasugi
해산물 요리 와카스기
海鲜料理　Wakasugi



地元漁協などから仕入れた新鮮魚介を提供している。食の安全を第一に考え、丁寧な仕込みの料理で人気。

所長崎市戸石町681-29　☎095-838-3223
営11:30～14:00／17:30～Lo20:00
　※月・火、夜の部は予約のみ営業
休水曜日(夜の部)、木曜日

長崎水産食堂

Nagasaki Fisheries Restaurant
나가사키 수산식당
长崎海产品餐厅



長崎魚市内の店ならではの新鮮な魚介を、リーズナブルに味わえる。車は入口の守衛に「食堂へ」と伝えて入場を。

所長崎市京泊3-3-1
☎095-850-3751
営6:00～14:30(刺身の提供は9:00より)
休日曜日(長崎魚市の休市日に準ずる)

和泉苑

Izumi-En
이즈미엔
和泉苑



長崎の美味、戸石のとらふぐを堪能できる海鮮料理店。地元産のほか、長崎県産のとらふぐも年中通して味わえる。

所長崎市戸石町1739-9
☎095-830-2101
営11:30～14:00／17:00～21:00
休火曜日

稲佐山観光ホテル

Inasayama Kanko Hotel
이나사야마 관광호텔
稻佐山观光酒店



世界三大夜景を一望する稲佐山の中腹に位置し、その季節の地の食材を使って創作した卓袱料理は地元でも評判が良い。

所長崎市曙町40-23
☎095-861-4151
営11:00～21:00
休不定休

新鮮食彩 市むら

Fresh Foods Ichimura
신선 식채 이치무라
新鲜食彩　市村



新鮮なトラフグ料理を安心価格で提供している。海の見えるお部屋も人気、一品物の料理も豊富で、カップル・家族連れにおすすめ。

所長崎市かき道1-1-34　☎095-838-6011
営月～金11:30～15:00(Lo14:00)／土17:00
　～22:00(Lo21:00)、日祝～21:00(Lo20:00)
休火曜日、水曜日　平日夜は予約のみ営業

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

長崎 炉ばた はち舎(はちや)

Nagasaki Robata Hachiya
나가사키 로바타 하치야
长崎 炉端 Hachiya



思案橋横丁の炉端焼きの店。個室・カウンター・ボックス席で旬の魚介炭火焼きを味わうことができる。長崎名物と県産酒も。

所長崎市本石灰町5-3
☎095-828-6888
営16:00～23:00(Lo22:30)
休無休

海鮮市場 長崎港

Seafood Market Nagasaki Harbor
해산물 시장 나가사키코
海鲜市场　长崎港



出島ワーフの海辺に佇む、絶好のロケーション。新鮮な海の幸をテラス席と、活気ある生け簀のある店内も好みで選べる。

所長崎市出島町1-1
☎095-811-1677
営11:00～22:00(Lo21:00)
休無休

和食 よひら

Japanese Food Yohira
일식 요히라
日菜　Yohira



長崎の象徴「あじさい」の季語「四葩」が店名の由来。長崎独自の食文化を伝える料理で真心を込めたおもてなし。

所長崎市船大工町5-7
☎095-824-3450
営11:30～Lo13:30／17:00～Lo20:00
休不定休、年末年始

味處 こいそ

Dining Koiso
아지도코로 고이소
味处　Koiso



思案橋横丁の小路に位置し、地元客はもちろんのこと県外客にも人気の店。長崎で獲れた旬の魚を味わえる。

所長崎市本石灰町4-3 田中酒店ビル1階
☎095-823-5450
営18:00～23:30
休日曜日、祝日

日本料理 清花和

Japanese Food Kiyokawa
일본요리 기요카와
日本料理　清花和



四季折々の旬の素材を生かした料理を、単品・コース料理で味わえる店。完全個室で、リラックスして料理を堪能できる。

所長崎市船大工町2-13
☎095-822-9233
営18:00～22:30
休日曜日、祝日

旬彩海と…

Seasonal ingredients Kaito
순사이 가이토
旬彩 Kaito



長崎の彩り豊かな魚菜と、地魚の粋。焼酎マイスターが厳選した、至高の味わいを心ゆくまで楽しめる、隠れ家的居酒屋。

所長崎市本石灰町3-9
☎095-825-8515
営18:00～24:00
休日曜日

翔寿司

Sho Sushi
쇼스시
翔寿司



メニュー豊富で、すし盛合せや1人前のにぎり、巻物や押しずしなど天然の活魚寿司が楽しめる。定食や弁当も提供。

所長崎市平山台1-15-2
☎095-879-3271
営11:00～Lo20:00
休月曜日

鮨場 いぶき地

Sushi Bar Ibukichi
스시바 이부키치
寿司 Ibukichi



九州の地酒と食をテーマに生産者と向き合い、至福が息吹くひと皿を皆様に提供する。世界に誇れる九州の食文化を味わえる。

所長崎市本石灰町5-6 1階
☎095-826-5353
営18:00～
休火曜日

居酒屋 ばんざい

Tavern Banzai
이자카야 반자이
小酒馆　万岁



長崎で獲れた種類の豊富な地魚の刺身はぜひ食べてほしい。1階はカウンターとテーブル、2階は座敷席もあり。

所長崎市元船町6-3
☎095-822-7177
営17:00～23:00(Lo22:30)
休日曜日、祝祭日(お盆、正月)

雑魚屋 思案橋店

NEW

Zakoya Shianbashi Branch
자코야 시안바시점
杂鱼屋 思案桥店



直接買い付けた新鮮な地元の魚介類を活かした豊富なメニュー。店内の生け簀から活魚を選んで調理してもらえる。

所長崎市本石灰町5-10 ベルーガビル
☎095-818-3838
営17:00～22:30(Lo22:00)
休日曜日

長崎俵物
長崎県認定基準合格品

NAGASAKI
TAWARAMONO

長崎俵物

鮮度、技術、品質。すべてが美味しさの証です。

詳しくは
こちらを
チェック!

味処 谷ぐち

Restaurant Taniguchi
아지도코로 다니구치
美食 Taniguchi


長崎刺盛

あらゆる年代の人に寄り添う、宿木のような居酒屋「谷ぐち」。カウンター席でくつろぎのひとときを過ごしてみては。

所長崎市浜口町6-11
☎095-848-6720
営17:30～Lo23:30
休日曜日

稲佐山温泉ホテルアマンディ レストランロータス

Mt. Inasa Hotel Amandi Restaurant Lotus
이나사야마 온천호텔 아만디 레스토랑 로터스
稲佐山酒店和平温泉 餐厅 睡莲


特上伊勢海老刺身盛り合わせ（長崎刺盛）

稲佐山の中腹で出逢う、忘れられない夜景とともに、長崎の新鮮な魚介と旬の味を満足いくまで楽しめる。

所長崎市曙町39-38 ☎095-862-5555
営11:30～14:30
17:30～22:00(Lo21:00)
休火曜日

京寿司

Kyo Sushi
교스시
京寿司


長崎刺盛

新鮮魚介の寿司を中心に、高級慶弔料理や寿司割烹の出前も可能。年末の手作りおせち、自家製和菓子も提供中。

所長崎市昭和1-10-15 ☎095-847-6922
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:30～22:00(Lo21:30)
休月曜日(祝祭日の場合は火曜日)

豆富料理 六弥太（ろくやた）

Tofu dishes Rokutaya
두부요리 로쿠야타
豆富菜 六弥太


長崎刺盛と生ゆばのお造り

雲仙の湧水で仕込む、こだわりの豆富が旬の魚と見事に調和する。繊細な豆腐料理の味わいを堪能できる人気店。

所長崎市油木町35-60 ☎095-848-7739
営12:00～15:00(Lo14:30)
17:30～21:00(Lo20:30)
休月曜日※祝日の場合は翌日

NEW

住吉亜紗 藤ノ屋

Sumiyoshi Asa Fujinoya
스미요시아사 후지노야
住吉亜紗 藤之屋


長崎刺盛

定番メニューからオリジナルメニューまで、多彩な料理を提供。特に、新鮮な刺身盛り合わせやエビマヨなどが人気。

所長崎市住吉町6-1
☎095-801-3601
営17:00～24:00
休不定休

鮨安

Sushi Yasu
스시야스
寿司安


長崎刺盛（中央）

長崎産の旬の魚介類を堪能できる寿司店。県産のトラフグ料理、刺身や鍋、雑炊まで余すことなく味わえるコースも自慢。

所長崎市岩川町5-13
☎095-844-9147
営17:00～23:00
休第1・3月曜日

海鮮うまいもん屋 てっぺん

Tasty seafood Teppen Restaurant
가이센우마이몬야 뎃펜
海鮮美味餐厅 Teppen


お刺身階段盛

老若男女問わず楽しめる、豊富なラインナップが魅力。コース料理、一品料理、定食と、選択肢も豊富に揃う。

所西彼杵郡時津町左底郷35-4 ☎095-882-2341
営11:50～14:30(Lo14:00)／18:00～22:00
(金・土は23:00まで)※ラストオーダーは閉店30分前
休月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)

倭からん我零時 浜口店

Wakaran Garage Hamaguchi
와카란가레이지 하마구치점
和华兰车库 滨口店


刺身盛り合わせ

直営鮮魚店が目利きした自慢の鮮魚と、豊富な日本酒を堪能できる。大小個室に掘り炬燵、宴会場も完備し様々なシーンに対応。

所長崎市岩川町7-5-1
☎095-842-5656
営17:00～24:00(Lo23:00)
休日曜日(祝前日の場合は営業)

海鮮居酒屋 みつみ

Seafood Izakaya Mitsumi
해산물 이자카야 미쓰미
海鲜酒馆 Mitsumi


長崎刺盛

時津町国道沿いの海鮮居酒屋。生け簀で泳ぐ魚を、最高の鮮度で味わえる。魚屋直営の美味をお手頃価格で提供している。

所西彼杵郡時津町左底郷95-8 ☎095-882-9567
営月・水～土曜日18:00～23:00(Lo22:00)
日曜日18:00～22:00(Lo21:00)
休火曜日・月2回不定休

和み庵

Nagomian
나고미안
和庵


長崎刺盛

その日最高の旬を味わえる、嬉しい一軒。選び抜いた新鮮な魚と地元産の野菜、地酒をもれなく楽しめる。※完全予約制

所長崎市浜口町7-14
☎095-843-4808
営18:00～24:00(最終入店20:30)
休日曜日

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

だから美味しい！ながさきの魚

刺身盛合せ

マダイやハマチ、「オナガ」と呼ばれるクロメジナなど、地魚をメインにした『お刺身盛り合わせ』(3500円〜/写真は2人前7000円)。内容は旬によって変わるが、大型の生け簀を完備しているため、いつも新鮮な地魚が注文できる



寿し政

宮田正人さん

雲仙市出身。15歳で料理人の世界へ飛び込み、キャリアは約50年。長崎県のほぼ中央に位置し、大村湾や諫早湾、橘湾に囲まれているため、各エリアの魚が手に入りやすいと大村市の立地の良さに胸を張る

新鮮な地魚を新鮮なまま

15歳から長崎市内の寿司と和食の名店で修業し、27歳の若さで独立した宮田さん。長年通い続ける舌の肥えた常連客を相手にするため、新鮮な魚を新鮮なまま提供することを信条としている。大型の生け簀で泳がせた地魚は、捌く前に必ず神経締めを徹底。さらに、自身の目で厳しく見極め、少しでも寿司や刺身に向かないと判断したら賄いなどに回すという。店で扱う魚は、もちろんほぼすべてが長崎産。地元の老舗鮮魚店が長崎魚市場で買い付けたものを中心に、宮田さんの出身地である雲仙で獲れたマカジキなど、独自のネットワークで漁師から直接仕入れる魚も。とびきり新鮮な地魚のおいしさを堪能するなら、まずは刺身を味わってほしい。一口食べれば、上質な鮮魚を見事な一皿に仕上げた匠の手仕事にきっと驚くはず。半世紀の経験に基づくあらゆる技が光る、〆の寿司もお忘れなく。

02 県央エリア

有明海・大村湾・橘湾と、三方を海に囲まれた県央エリア。
それぞれ特性の異なる3つの海に豊かな漁場が広がる。

P25-26
・諫早市
・大村市

地産地消こだわりの店
県産食材を使用した料理を食して長崎県産の良さを知ってもらい、地産地消をより一層推進するために、県産食材を積極的に使用している店舗です。

県産酒指定店
常時3種類以上の長崎県産の清酒、本格焼酎等を提供している店舗です。

長崎和牛指定店
長崎県の恵まれた自然環境の中で、肥育を目的に生産された長崎和牛を常時提供している店舗です。

居酒屋 勘作さん

Tavern Kansaku-San
이자카야 간스케상
酒馆 勘作


長崎刺盛

有明海や大村湾などの、近海で獲れた新鮮な魚介類でつくる、刺身をはじめとした旬を感じられる一品料理を各種取り揃える。

所大村市東本町349　☎0957-54-4839
営18:00～深夜2:00(Lo深夜1:30)
休日曜日(月曜日が祝日の場合、日曜日営業、月曜日休日)

寿司一長田店

Sushi-Ichi Nagata Branch
스시이치 나가타점
寿司一 長田店


長崎刺盛

諫早の地で、長崎近海の鮮魚を味わうことができる「寿司一長田店」。毎朝仕入れる、新鮮な魚を使った、刺身と寿司が自慢。

所諫早市小豆崎町317-3
☎0957-22-1037
営12:00～13:30／17:00～22:00
休木曜日

駅前酒場 肴や

Stationside Tavern Sakanaya
역앞 술집 사카나야
车站酒馆 Sakanaya


長崎刺盛

旬の素材と地酒を、アットホームな空間で満喫できる。肩の力を抜いて、リーズナブルに楽しめる大村駅近くの大衆酒場。

所大村市東本町2-1
☎0957-53-9798
営18:00～23:00
休日曜日

吾妻鮨

Azuma Sushi
아즈마스시
吾妻寿司


長崎刺盛

諫早市役所多良見支所すぐの味自慢の寿司店。店主がじっくり吟味した鮮魚をランチから食べられる満足感の高さが魅力。

所諫早市多良見町化屋880-1
☎0957-43-3063
営11:30～14:00／17:00～21:00
休水曜日

喰い処 飲み処 寿司 一角

Sushi Ikkaku
구이도코로 노미도코로 스시 잇카쿠
寿司　一角


長崎刺盛

その日獲れた、とびきり新鮮な地元の魚介を職人が丹精込めて握る寿司と、多彩な料理。中でも名物、穴子姿寿司は格別。

所大村市久原2-999-10　☎0957-52-6716
営11:30～14:00
17:00～23:00※木曜日は夜のみ営業
休水曜日

鮨どころ しょうぶ

Shobu Sushi Restaurant
스시 쇼부
寿司店“菖蒲”


長崎刺盛

長崎空港ターミナルビル2階に位置し、空と海が出会う場所。旅の始まりと終わりに、長崎の海の幸を手軽に味わえる。

所大村市箕島町593　☎0957-52-5554
営11:30～20:30(Lo20:00)
※営業時間変更あり
休無休

てん新

Ten-Shin
덴신
Ten-新


長崎刺盛

大村湾の雄大な景色とともに、生け簀の新鮮な魚介を味わう。気軽なランチから、特別な個室コースまで多彩なニーズに対応する。

所大村市西本町541-17
☎0957-52-6188
営10:00～21:30(Lo21:00)
休水曜日※予約により変動あり

寿し政

Sushi Masa
스시마사
寿司政


特上ちらし

大将の確かな目利きで厳選された、長崎の極上鮮魚。生け簀の鮮魚を、こだわりのシャリとともに食す贅沢は格別。

所大村市杭出津3-361-15　☎0957-54-5568
営11:00～14:00(Lo13:30)
16:00～22:00(Lo21:00)
休火曜日

ながさきの魚コラム vol.1

養殖マグロの刺身品評会を毎年開催。



長崎県産の養殖クロマグロの品質向上とPRを目的に、2012年度から県まぐろ養殖協議会などが開催。専門家と一般県民約30人により「味」「色味」「脂の乗り具合」などを審査し、高品質なマグロの維持を図っている。

「豊かな海が与えてくれる水産品」長崎の海は多彩な魚の宝庫。



長く変化に富んだ海岸線に面した広大な海域には、九州西方を北上する対馬暖流に加え、済州島方面からの黄海冷水、沿岸水が流入。多くの島々や複雑な海底地形により、生物が来遊し増殖しやすい海洋環境が作り出され、天然の好漁場が形成されている。

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

日本料理 花ぎり

Japanese Food Hanagiri
일본요리 하나기리
日本料理　花Giri


ふぐコース（梅・竹・松）

東京なだ万で修行した料理人が贈る、長崎の粋を感じる日本料理。県産フグと地元鮮魚が織りなす、極上の味わいを提供する。

所諫早市高城町8-2　☎0957-23-1514
営11:00～14:30(昼は5名様以上の予約で営業)／17:00～22:00
休不定休

ホテルグランドパレス諫早 レストランプルニエ

Hotel Grand Palace Isahaya Restaurant Prunier
호텔 그랜드 팰리스 이사하야 레스토랑 프루니에
谏早大皇宫酒店 餐厅Prunier


フルコースディナートレゾール

長崎の旬を、箸で味わう独創的な欧仏料理。地元食材を使った洋風懐石は、特別な日はもちろん、普段使いのランチにも最適だ。

所諫早市宇都町3-35　☎0957-24-3929
営11:00～15:00(Lo14:30)
17:00～21:00(Lo20:00)
休月曜日

イタリア料理 ぽるとふぃーの

Italian Cuisine Portofino
이탈리아요리 포르토피노
意大利菜 波托菲诺


ひらあじのカルパッチョ

諫早駅を降りてすぐにあり、イタリア国旗がひときわ目を引く。地元の漁港から届く、新鮮な魚介を存分に味わえる店。

所諫早市永昌東町16-4 1階　☎0957-21-2058
営11:30～15:00(Lo14:00)
18:00～23:00(Lo22:00)
休月曜日

蔵屋敷 いぶき地

Cellar Ibukichi
구라야시키 이부키치
藏大厦 Ibukichi


長崎刺盛

九州の地酒と海鮮、郷土料理の専門店だからこその、美食体験。水揚げされたばかりの旬の魚から厳選した自慢の刺身がおすすめ。

所諫早市永昌東町12-25 ミヤザキビル1階
☎0957-21-5353
営17:00～24:00(Lo23:30)
休日曜日

竹野鮮魚

Takeno Sengyo (fresh fish store)
다케노 선어
Takeno鲜鱼



海鮮ケーキ

鮮魚店の中で食す「魚屋のまかない飯ランチ」や、ケーキ箱から飛び出す「海鮮ケーキ」は目でも楽しめると人気の一品だ。

所諫早市永昌東町3-13
☎0957-23-1795
営10:30～15:00(食事可能時間)
休日曜日

県央エリア 02

Central Prefecture Area
현 중앙 에어리어
县中央地区

諫早市
大村市



心込地食　いぶき地

Restaurant Ibukichi
이부키치
全心地餐　Ibukichi


長崎刺盛

水揚げ直後の新鮮な魚と、採れたて野菜の滋味。職人の目利きと技が光る、九州・長崎の美食を豊富なメニューで味わえる。

所諫早市八天町3-10-1階
☎0957-21-5050
営17:00～24:00(Lo23:30)
休火曜日

鮨 海治

Sushi Kaiji
스시 가이지
寿司　Kaiji


長崎刺盛

天然の恵みを最大限に活かした、ひと手間かけた魚料理が味わえる。江戸前鮨の技がつくる対馬産煮あなごに酔いしれる。

所諫早市八天町2-5
☎0957-24-5040
営17:00～23:00(Lo22:30)
休不定休

割烹 多な可

Restaurant Tanaka
갓포 다나카
餐厅　Tanaka


長崎刺盛

諫早にある、落ち着きある和風割烹。魚の造りや盛合せだけでなく、「多な可」ならではの創作料理を堪能することができる。

所諫早市東小路町12-1
☎0957-23-1760
営17:30～24:00(Lo23:30)
休日曜日

だから美味しい！ながさきの魚

崎戸の伊勢海老

全国的にもトップクラスの漁獲量を誇る長崎のイセエビを使用する『伊勢海老造り』(1万円～/写真は1万2000円)。西海橋の絶景とともに味わってもらいたい。名物のイセエビがそのまま丼になった『伊勢海老丼』もある



魚魚の宿レストラン

船津大輔さん

創業50年のホテルで料理長を務めて15年。長崎、福岡、熊本で和食の経験を積み、さらに趣味は魚釣りと、九州の魚を知り尽くす。周辺の海は潮の流れが速く、常に海水が入れ替わるため臭みのない身質の魚が獲れるという

「大ぶりで身質もバツグンです」

新旧2つの西海橋を眺めながら、ゆったりと宿泊できる『魚魚の宿』の中にあり、食事のみの利用も可能なレストラン。アラカブ(カサゴ)やヒオウギガイなどの特産品を使ったメニューもあるが、何といっても名物は、長崎県内でも有数の水揚げ量を誇るイセエビ。特に西海市の最西端に位置する崎戸の沖合では、2キロを超える大物が網にかかることもあるという。五島灘の急流に揉まれ、水深が深い崎戸沖で育った大型のイセエビは、足までしっかり身が詰まっている。そんなイセエビを豪快に活締めにした刺身は、淡いピンク色の締まった身に、プリップリとした歯触りとほのかな甘みが絶品。敷地内には490坪の売場面積を誇る鮮魚店があり、毎日佐世保魚市場で仕入れているため、魚の鮮度には絶対の自信を持つ。すべて長崎産で揃える『長崎刺盛』や種類豊富な丼物など、地魚を使った料理は他にも多彩に揃う。

03 県北エリア

日本本土の最西端に位置し、点在する多くの島々と複雑な海岸線によって数多くの魚介類に恵まれたエリア。

P29-32
・佐世保市
・東彼杵町
・平戸市
・松浦市
・西海市

地産地消こだわりの店
県産食材を使用した料理を食して長崎県産の良さを知ってもらい、地産地消をより一層推進するために、県産食材を積極的に使用している店舗です。

県産酒指定店
常時3種類以上の長崎県産の清酒、本格焼酎等を提供している店舗です。

長崎和牛指定店
長崎県の恵まれた自然環境の中で、肥育を目的に生産された長崎和牛を常時提供している店舗です。

魚市場もったいない食堂

Fish market Restaurant Mottainai
우오이치바 못타이나이쇼쿠도
鱼市场 “Mottainai食堂”


朝獲れふわとろアジフライ定食

地元産の有機減農野菜、無添加調味料にこだわった料理を提供。「体と自然にやさしく、心においしい」を目指している。

所佐世保市相浦町1563 佐世保魚市場内 市場棟3階
☎0956-48-8455
営7:00～14:00(Lo13:30)
休日曜日・祝日(魚市場休市日)

ワイン食堂 イオ・ロ・マネッジョ

Wine dining Io Lo Maneggio
와인 식당 Io Lo Maneggio
葡萄酒食堂 Io Lo Maneggio


長崎刺の前菜セット

「イオ・ロ・マネッジョ」のおすすめは、長崎県産魚介を使った前菜とアクアパッツァ。自然派ワインとの相性も抜群だ。

所佐世保市下京町10-7 シネマ太陽ビル7-201
☎0956-22-3415
営18:00～25:00
休日曜日

居酒屋 うみ

Tavern Umi
이자카야 우미
酒馆 Umi


長崎刺盛

和・洋・創作料理に加え、沖縄料理も豊富で、すべての年代に居心地の良い居酒屋。40名まで収容可能な宴会場もある。

所佐世保市広田1-40-19
☎0956-38-9080
営17:30～23:50(Lo23:30)
休月曜日

鼎鮨(かなえずし)

Kanae-Zushi
가나에즈시
丁寿司


長崎刺盛

創業六十余年の佐世保の老舗寿司店。地物・天然極上魚介が織りなす、洗練された美味さの白身、青魚、イカ、ウニは特に秀逸だ。

所佐世保市塩浜町2-2
☎0956-22-8308
営17:00～24:00(Lo23:30)
休火曜日

海鮮市場 魚壱

Seafood Market Uoichi
해산물 시장 우오이치
海鲜市场 “魚壱”



ほかにもシーズンに合った海鮮メニューが味わえる

ハウステンボス海鮮市場「魚壱」の名物は、産地直送の新鮮魚介を使った丼や寿司。長崎の海の恵みを豪快に味わえる。

所佐世保市ハウステンボス町1-1
☎0570-064-110
営11:30～21:00(変動あり)
休不定休

木楽屋

Kiraku-Ya
기라쿠야
Kiraku馆


長崎刺盛

佐世保の地酒と、旬の肴を味わうなら「木楽屋」へ。とれたて地魚と、相性抜群の地酒を心ゆくまで堪能できる。

所佐世保市山県町1-23
☎0956-22-9042
営18:00～23:30(Lo23:00)
休日曜日

一魚一会

Ichigyoichie
이치교이치에
一鱼一会


特上刺盛 4,000円

四季の移ろいを映す庭園を眺めながら、地元産の新鮮な海の幸を堪能できる。7種の刺身が、語らいのひとときを彩る。

所佐世保市針尾東町2371-1 ☎0956-20-2525
営平日11:30～14:30(Lo14:00)
土日11:30～15:00(Lo14:30)／17:00～21:30(Lo20:30)
休不定休

いけす割烹 水月

Ikesukappou Suigetsu
활어 갓포 스이게쓰
鱼塘日式餐馆 水月


刺身盛り合わせ

天ぷらや刺身など、新鮮な海鮮料理が自慢の和食店。店内活き締めならではの鮮魚は、抜群の食感が楽しめる。

所佐世保市山県町1-16
☎0956-25-7594
営11:30～14:00／18:00～23:00
休日曜日・月曜祝日の場合日曜営業(月曜休)

お食事処みっこ『本土最西端ビアホール』

Restaurant Mikko “The Westernmost Beer Hall of Mainland Japan”
식당 밋코 “일본 본토 최서단 비어 홀”
餐厅MIKKO “本土最西端啤酒屋”


本土最西端地神崎の鰺

ビアホールであるも魚貝がうれしい店！写真は、大人気の本土最西端地・神崎ブランド化推進中の鰺！

所佐世保市鹿町町土肥ノ浦147-8
☎0956-65-2522
営17:00～23:00(Lo21:30)
休月・火・第1水曜日 ※12/29～1/5休

うおいち食堂

Uoichi-Shokudo
우오이치쇼쿠도
鱼市场饭馆


海鮮丼 1,350円

佐世保魚市場内にあり、市場直送の新鮮な魚をリーズナブルに味わえる。活気も満点で家族連れにもおすすめ。

所佐世保市相浦町1563 佐世保魚市場内
☎0956-48-7897
営6:30～15:00(Lo14:30)
休毎週日曜日、月1回月曜日

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

いけ洲 博多屋

Ikesu Hakata-Ya
활어요리 하카타야
养鱼笼 Hakataya


長崎刺盛

カウンターが大型生け簀を囲う躍動感あふれる店内で、西海の幸を味わう。手軽な定食から豪快な活き造りまで幅広く提供。

所佐世保市三浦町4-1 佐世保グリーンホテル1階
☎0956-25-6261
営17:00～22:00(Lo21:00)
休火曜日・水曜日、12月31日、1月1日

レオプラザホテル佐世保 滝の茶屋鯉太郎

Leo Plaza Hotel Sasebo Takinochaya Koitaro
레오플라자 호텔 사세보 다키노차야코이타로
Leo Plaza 酒店 Sasebo 茶馆 鲤太郎


刺身盛り合わせの一例

伝承の知恵と、磨き上げられた技の結晶が魅せる四季折々の日本料理。旬の素材が匠の手によって目にも美味しい一皿に。

所佐世保市三浦町4-28 ☎0956-22-4141
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:00～22:00(Lo21:30)
休12月31日、1月1日

海鮮処 京町

Seafood Restaurant Kyo-Machi
해산물 요리 교마치
海鲜酒店 京町


特上海鮮ちらし

佐世保・京町パス停に降り立てば、地元の味が待っている。新鮮な魚の刺身、寿司、丼を、手頃な値段で満喫できる。

所佐世保市上京町1-2
☎0956-25-1161
営11:30～20:30(Lo20:00)
休火曜日

季節の味処 しぐれ茶屋

Seasonal restaurant Sigure-Chaya
계절 아지도코로 시쿠레차야
赛季味处 时雨茶馆


長崎刺盛

新鮮な地魚の刺身を中心に、季節の美味を単品からコースまで取り揃える。個室や宴会場を備え様々なシーンにおすすめ。

所佐世保市下京町7-8
☎0956-25-1194
営17:00～22:00(Lo21:00)
休日曜日・不定休

庶民の料亭 ささいずみ

Popular restaurant Sasaizumi
서민 료테이 사사이즈미
普通人的餐厅 Sasaizumi


長崎刺盛

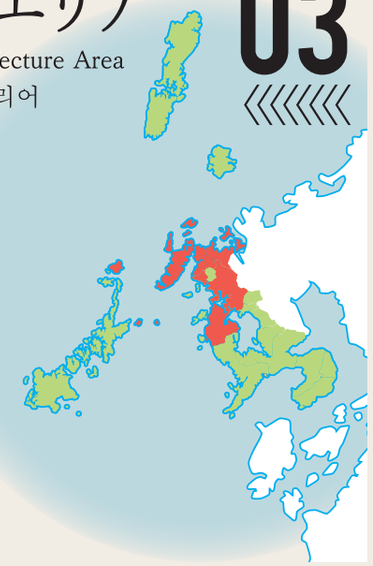
長崎近海の活魚を、料理人が一から仕立てる「ささいずみ」。気軽な値段で、ここでしか味わえない本物の味を提供する。

所佐世保市下京町4-4
☎0956-23-3933
営11:30～23:00(Lo[食]22:00[飲]22:30)
休年末年始(12月31日、1月1日)

県北エリア 03

Northern Prefecture Area
현 북부 에어리어
县北地区

- 佐世保市
- 東彼杵町
- 平戸市
- 松浦市
- 西海市



味処 米春(よねはる)

Restaurant Yone-Haru
아지도코로 요네하루
味处 米春


長崎刺盛

アーケードから一歩入った路地裏で、朝獲れの鮮魚と、冬の「九十九島かき」の濃厚な味わいの、五感を満たす旬の美味に出会える。

所佐世保市栄町3-19
☎0956-22-2977
営11:00～22:00(Lo20:00)
休火曜日

ふじなが本店

Fujinaga Main Branch
후지나가 본점
Fujinaga本店


長崎刺盛

佐世保の食文化を伝える、「ふじなが本店」。佐世保魚市場が誇る、九十九島産の極上魚介と名物「かから葉すし」が自慢。

所佐世保市大野町50-14 ☎0956-49-2487
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:00～21:00(Lo20:30)※前日まで要予約
休火曜日

Jazz Bar & Restaurant フラットファイブ

Jazz Bar & Restaurant Flat Five
Jazz Bar & Restaurant 플랫 파이브
爵士酒吧和饭馆 Flat Five


長崎県産の魚のお刺身

佐世保の夜に響くジャズの音色とともに、きらめく夜景を眺めながら新鮮な海の幸とカクテルが味わえる老舗バー。

所佐世保市光月町2-3
☎0956-22-8100
営18:00～Lo26:00
休日曜日

お食事の店 萬福

Restaurant Man-Puku
식당 만푸쿠
饭馆 萬福


刺身定食 竹

平戸魚市場で水揚げされた新鮮な魚介類の「お刺身おかわり放題」が人気。自家農園のこだわりサラダバーと一緒に味わえる。

所平戸市田平町山内免344-22
☎0950-57-1788
営11:00～16:00
休不定休

和洋ダイニング 松花（松浦シティホテル内）

Japanese & Western-Style Restaurant Matsuhana (Matsuura City Hotel)
일식·서양식 다이닝 마쓰하나(마쓰우라 시티 호텔 내)
日式西餐　松花（松浦City Hotel内）


長崎刺盛

海の幸、里の幸を活かした料理が自慢の「松花」。用途に応じた上質空間で味わう料理は、どれも心を満たす一品ばかり。

所松浦市志佐町浦免1782-1　☎0956-72-5000
営11:30～14:30(Lo14:00)
17:00～22:00(Lo21:30)
休無休

平戸市漁協 旬鮮館

Hirado City Fishery Cooperative Syun-Sen-Kan
히라도시 어협 슌센칸
平户渔业合作社 旬鲜馆


長崎刺盛

平戸・獅子沖合の自営定置で獲れたばかりの魚は全て浜値！というご奉仕価格。天然平目定食や長崎刺盛はリピーター続出。

所平戸市宮の町655-13
☎0950-22-4857
営10:00～15:00(食事は11:00～14:00)
休火曜日、第4月曜日、時化により入荷のない日

食味酒処 あじ彩

Restaurant Aji-Sai
쇼쿠미사케도코로 아지사이
味道酒处　Aji-Sai


長崎刺盛

地元漁港から直送される地魚の刺身盛は鮮度抜群。『いけすのハーブ鯖』は季節問わず注文可能。『松浦アジフライの刺身付』は大人気!

所松浦市志佐町浦免1311-1　☎0956-72-2955
営11:30～14:00(Lo13:30)
18:00～22:00(Lo21:00)
休不定休

囲炉裏料理 エビス亭

Japanese Hearth Cooking Ebisu-Tei
이로리요리 에비스테이
地炉菜EBISU亭


コースでのお刺身

平戸の山懐に抱かれた隠れ家「エビス亭」。囲炉裏を囲み、神経締めされた天然魚を食す、自然と美食の調和を堪能できる。

所平戸市戸石川町新杉山7-3　☎0950-23-3244
営11:30～14:00(Lo13:30)
18:00～21:30(Lo21:00)
休火曜日

居酒屋 雅

Tavern Miyabi
이자카야 미야비
酒馆 雅


アジフライ定食

店内にある生け簀から、その場で3枚おろしにして料理する「アジフライ」は別格の美味しさ。鮮度の極みを味わえるのが自慢。

所松浦市志佐町浦免1528
☎0956-72-3844
営11:30～14:00／17:00～22:00
休日曜日

大敷食堂

Restaurant Ohshiki
오시키쇼쿠도
饭馆　大敷


刺身定食

漁港の活気と共に運ばれる、とれたての海の幸と旬の野菜が魅力。日替わりで提供される惣菜が何度訪れても食欲をそそる。

所平戸市生月町舘浦287-3
☎0950-53-3177
営11:00～14:00
休月曜日

大漁レストラン 旬（とき）

Big catch Restaurant Toki
다이료레스토랑 도키
渔业丰收餐厅 旬


旬（とき）あじ定食

松浦魚市場内でアジフライや季節の刺身を中心に提供中。1年を通して市場直送の魚介類を手ごろな価格で楽しめる。

所松浦市調川町下免695
☎0956-59-6544
営10:30～14:00(Lo13:30)
休松浦魚市場休市日に準ずる

お食事処 ひといき

Restaurant Hitoiki
식당 히토이키
饭馆　Hitoiki


刺盛定食

生月大橋から車で1分。生月島の舘浦港で獲れた新鮮魚介を贅沢に使った海鮮丼定食がおすすめ。ごはんおかわり1杯無料。

所平戸市生月町南免4432-42
☎0950-53-0300
営11:00～14:00／18:30～23:00(Lo22:30)
休火曜日

平戸瀬戸市場レストラン

Hirado-Seto Market Restaurant
히라도 세토이치바 레스토랑
平户濑户市场餐厅


平戸刺身セット

平戸大橋を間近に望む田平港にたたずむ「平戸瀬戸市場」は、平戸の旬を凝縮した美食の宝庫。展望デッキで味わう料理はまた格別。

所平戸市田平町山内免345-15　☎0950-57-1057
営11:00～17:00(Lo15:00)
休第2水曜日　直売所：1月1日～1月3日、
レストラン：12月31日～1月3日

割烹旅館 呼子

Inn Yobuko
갓포 료칸 요부코
烹饪一家酒店 呼子


長崎刺盛

自然の恵みと、料理人の技が織りなす味の芸術。その日に仕入れた鮮魚を使用し、鮮度にこだわった料理を提供している。

所西海市西海町中浦北郷1736
☎0959-32-9545
営11:30～15:00※15:00以降は要予約
休木曜日

魚徳

Uotoku
우오토쿠
鱼德


長崎刺盛

長崎が誇る「そのぎの鯨料理」は素材と技が織りなす、至福の味わい。魚市場直送の鮮魚を、良心的な価格で提供する。

所東彼杵郡東彼杵町彼杵宿郷606
☎0957-47-0753
営11:00～14:00／17:00～21:00
休月曜日

オーベルジュあかだま

Auberge Akadama
오베르주 아카다마
Auberge酒店　Akadama


海の幸のサラダ

オーベルジュとは、食と宿泊を愉しむ施設のこと。美しい風景と静かな時間の中で、美食とワインが旅の思い出を彩ってくれる。

所西海市大島町1383-4
☎0959-34-2003
営18:00～21:00(Lo19:00)
休不定休

鮨政

Sushi Masa
스시마사
鮨政


西海丼コラボ

地元民に愛される地魚が食べられる寿司屋。刺身５種盛り、えび天丼、あらかぶ汁がセットの「西海丼コラボ」が人気。

所西海市西彼町喰場郷1302
☎0959-27-0237
営11:00～14:30／17:00～21:00
休水曜日

レストラン オリーブ

Restaurant Olive
레스토랑 올리브
餐厅 油橄榄


刺身盛り合わせ

建築家・隈研吾氏設計のレストランは天井まで全面ガラス。明るく開放的な空間の中で、長崎五島灘の新鮮料理を堪能しよう。

所西海市大島町1577-8(オリーブベイホテル内)
☎0959-34-5511
営昼11:30～14:30(Lo14:00)
夜17:30～21:30(Lo21:00)　休無休

魚魚の宿レストラン

Toto-no-Yado Restaurant
도토노야도 레스토랑
鱼鱼的宿餐厅


長崎刺盛

西海市・魚魚の宿の長崎刺盛は、まさに海の宝石箱。鯨ベーコン、サザエ、そして旬の地魚が華やかに彩る自慢の一品。

所西海市西彼町小迎郷96-2
☎0959-28-0345
営11:30～14:30(Lo14:00)
休無休

旅亭 吉乃や

Inn Yoshino-Ya
료테이 요시노야
旅馆 吉乃家


とらふぐ刺身

明治創業の「旅亭吉乃や」鷹島のトラフグを存分に活かした「とらふぐと地魚のコース」はボリューム満点。大満足。

所松浦市鷹島町阿翁浦649　☎0955-48-2030
営木～日ランチ11:00～Lo14:00
※夜はコースのみ（要予約）
休不定休

活魚料理 小安丸

Live fish cuisine Koyasumaru
활어요리 고야스마루
活鱼菜 小安丸


よくばり丼

青い海と空の下、大島大橋を望む最高のロケーションで食す、色とりどりの「よくばり丼」。美味しさと栄養価に注目した究極の一品。

所西海市西海町太田和郷3852-12
☎0959-32-9500
営11:00～15:00(Lo14:00)夜は予約のみ
休月曜日、不定休

旅館 鷹島センター

Inn Takashima Center
료칸 다카시마센터
一家酒店　鹰岛中心


長崎刺盛

新鮮な海の幸をたっぷり満喫できる宿。地元で獲れた安心安全な食材をふんだんに使用し、至福のひとときを提供している。

所松浦市鷹島町中通免1894
☎0955-41-5011
営10:00～22:00(Lo21:00)
休無休

海の駅 船番所

Seaside station Funa-Bansho
우미노에키 후나반쇼
海边站　船岗哨所


長崎刺盛

かつての南蛮貿易港、横瀬浦の歴史を感じる場所で、西海の美味と出会える。バリエーション豊かな料理を提供している。

所西海市西海町横瀬郷3550-3　☎0959-29-4120
営平日11:00～最終入店13:30、土日祝11:00
～最終入店14:00／17:00～最終入店19:30
休火曜日・金曜日・不定休

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

だから美味しい！ながさきの魚

島原の幸

近海物を中心とした10種の鮮魚に、地元産のクルマエビ、ウニやイクラが入る『スペシャル海鮮丼』(2200円)。内容は仕入れ次第だが、地元では「キャーメ」と呼ばれ、親しまれているサカタザメなど変わったネタが入ることも



04 島原エリア

有明海、橘湾に囲まれた自然豊かな島原半島。
多くの魚種と魚影を惹き寄せる。昔から漁業が盛んな地域。

P35-36
・雲仙市
・島原市

地産地消こだわりの店
県産食材を使用した料理を食して長崎県産の良さを知ってもらい、地産地消をより一層推進するために、県産食材を積極的に使用している店舗です。

県産酒指定店
常時3種類以上の長崎県産の清酒、本格焼酎等を提供している店舗です。

長崎和牛指定店
長崎県の恵まれた自然環境の中で、肥育を目的に生産された長崎和牛を常時提供している店舗です。



地魚専門店 平野鮮魚店

平野義二さん

代々続く鮮魚店に生まれる。福岡の鮮魚店で修業し、さらに刺身の引き方を学ぶためスーパーや寿司店でも経験を積む。2009年、家業を引き継ぐ際、現在の場所へ移転。それに伴い、飲食店も開業した

「魚屋自慢の地魚丼です」

約100年続く歴史ある鮮魚店。しかも、一般客よりもホテルなどプロを主な顧客とするため、目利きと腕には絶対の自信を持つ。以前から高級な魚が半身だけ残ることがあり、「どうせなら、おいしく食べてもらいたい」と、ランチ限定で自慢の魚をふるまう食事処を併設した。刺身や天ぷら、煮付けをメインにした定食や海鮮丼など、もちろん主役は魚たち。すると、新鮮な魚が安くておいしいとたちまち評判に。一番人気の『海鮮丼』は、季節によって変わる10種の魚が入る。「できればすべて地魚にしたいところですが、彩りも考えて。それでも、8割は地元の市場で仕入れた地魚です」と平野さん。贅沢したい時は、ぜひクルマエビ付きの『スペシャル海鮮丼』を。旬の時期には天然物、それ以外の時期も深江町で養殖されている新鮮なクルマエビを使用する。目の前には穏やかな有明海が広がり、テラス席では絶景のロケーションも楽しめる。

地魚専門店 平野鮮魚店

Local Fish Restaurant Hirano Sengyoten
현지생선 전문점 히라노 선어점
当地鱼专门店 平野鲜鱼店

海鮮丼

鮮魚店が営む地魚専門の食事処。店主の目利きにかなった新鮮な魚介を丼や刺身、塩焼き、フライなどにして提供している。

所島原市中組町257-1
☎0957-62-4644
営11:30～14:30(Lo14:15)
休水曜日

天下の味処 ほうじゅう

酒

Tenka No Ajidokoro Hoju
덴카노아지도코로 호주
天下美食 Hoju

長崎刺盛

名物は、シソと梅干しで味付けた「ガンバ(ふぐ)寿司」。店内を流れる湧水のせせらぎを聴きながら食事ができる。

所島原市新町2-243
☎0957-64-2795
営11:00～23:00(Lo22:30)
休無休

HOTEL シーサイド島原

長崎和牛

Hotel Seaside Shimabara
HOTEL 시사이드 시마바라
酒店 岛原海滨

長崎刺盛

四季折々の海の恵みが詰まった彩り美しい「海鮮重」。5匹のエビのかき揚げ「島原海老重」。島原の海の幸をいただこう。

所島原市新湊町1-38-1
☎0957-64-2000
営11:30～14:00／17:30～21:00
休不定休

とっとっと食堂

Cuisine Tottotto
돗똣토쇼쿠도
Tottotto餐厅

長崎刺盛

江戸時代の藩主が使用していた「米蔵」をそのまま活用した食堂で、地元の新鮮な魚介類を使った料理が楽しめる。

所島原市湊新地町451
☎0957-63-9911
営11:00～15:00(Lo14:30)
休木曜日

ながさきの魚コラム vol.2

長崎県産「天然」水産物の旬の時期



※一般的な傾向であり、年や地域により差があります。

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

東園

酒

Azuma-En
아즈마엔
东园


長崎刺盛

自然が育んだ滋味豊かな料理を、有田焼の器で提供。和風と洋風を織り交ぜた献立は、幅広い年代に好評だ。

所雲仙市小浜町雲仙181
☎0957-73-2588
営17:30～21:00※完全予約制
休不定休

会席料理 はしもとや

酒

Banquet Hashimoto-Ya
가이세키요리 하시모토야
日式餐馆 Hashimotoya


長崎刺盛

島原ではガンバと呼ばれるフグを郷土料理の「がねだき」に。梅干しと醤油で甘辛く煮た一品。会席料理でも味わえる。

所島原市城内3-991 ☎0957-64-0012
営11:30～15:00
17:00～22:00※完全予約制
休月曜日

寿司レストラン 鬼へい島原店

Conveyor belt sushi Onihei Shimabara Branch
엄선 회전초밥 오니헤이 시마바라점
寿司 Oni-Hei 岛原店


長崎刺盛

毎日、魚市場で買い付けた鮮魚に合わせるのは、オリジナルの合わせ醤油。厳選素材を自家栽培の米と握る贅沢体験ができる店。

所島原市城内3-1596-1
☎0957-63-8822
営11:00～21:45(Lo21:30)
休無休

海鮮さかなや

Seafood restaurant Sakanaya
가이센 사카나야
海鲜Sakanaya


長崎刺盛

鮮魚店直営、自慢の魚料理に加え、元中華料理人の店主の本格中華も楽しめる。チャンポンと海鮮丼のセットなど。

所雲仙市千々石町甲486-1 ☎0957-37-3182
営11:30～14:00(Lo13:30)／17:30～21:30
※ディナーの閉店時間は仕入れ状況で変わることがございます 休月曜日

恒 本店

酒 長崎和牛

Tsune Main Branch
쓰네 본점
恒 总店


長崎刺盛

地産地消にこだわり、有明海の魚介類から長崎和牛まで豊富な品揃え。「刺身盛り合わせ」や「クジラ三点盛り」などもある。

所島原市今川町1300-1 金子ビル1階
☎0957-64-1888
営18:00～22:00(Lo21:30)
休不定休

旅館 國崎

酒 長崎和牛

Inn Kunisaki
료칸 구니사키
一家酒店 国崎


長崎刺盛

島原産の野菜や橘湾で獲れた魚介類を活用した地物料理でおもてなし。宿泊者以外の貸切風呂の利用は事前確認が必要。

所雲仙市小浜町南本町10-8
☎0957-74-3500
営18:00～21:00(宿泊者限定)
休不定休

いけす料理ろばた焼 網元

酒

Fish preserve Amimoto
활어요리 로바타야키 아미모토
鱼塘餐厅 網元


長崎刺盛

地元島原で獲れた魚を食べられる店。創業以来一貫して地の素材にこだわり、新鮮で上質な魚介類を提供している。

所島原市高島2-7215-1
☎0957-62-5185
営17:30～22:00
休不定休

くつろぎの宿 旅館 山田屋

酒

Inn Yamada-Ya
구쓰로기노야도 료칸 야마다야
放松一家酒店 山田屋


長崎刺盛（手前）

ヒラメ、カニ、伊勢海老、それぞれをメインとした会席や、旬の魚の姿造りほか全12品「マル得プラン」などを提供している。

所雲仙市小浜町北本町905-7
☎0957-75-0505
営17:30～21:00
休不定休

島原エリア 04

Shimabara Area
시마바라 에어리어
岛原地区

雲仙市
島原市



05 離島エリア

南から北上する対馬暖流と北から南下するリマン海流がぶつかる長崎県離島エリア。餌も豊富に多彩な魚が集まってくる。

P39-44
・壱岐市
・対馬市
・五島市
・新上五島町
・小値賀町

地産地消こだわりの店
県産食材を使用した料理を食して長崎県産の良さを知ってもらい、地産地消をより一層推進するために、県産食材を積極的に使用している店舗です。

県産酒指定店
常時3種類以上の長崎県産の清酒、本格焼酎等を提供している店舗です。

長崎和牛指定店
長崎県の恵まれた自然環境の中で、肥育を目的に生産された長崎和牛を常時提供している店舗です。



すし処 慎一

築城順一郎さん

大阪や福岡の寿司屋で30年の経験を持つ。兄・慎一さんが獲ってきたアナゴのおいしさを伝える場として2016年オープン。今や対馬を代表する一軒となり、日本全国はもとより韓国からも客が訪れ、行列ができるほどの人気

「対馬で獲れる穴子は別格です」

対馬の北の玄関口・比田勝にある人気の寿司処。寿司を握る築城順一郎さんの兄・慎一さんは、アナゴ漁を専門とする腕利き漁師。それゆえ、名物は当然アナゴを使ったメニューになる。とびきり新鮮で状態の良いアナゴだけを選りすぐり、刺身や天ぷら、白焼き、珍しい『あなごカツ』など、あらゆる料理でアナゴのおいしさを伝えてくれる。『穴子の一本にぎり』は、煮穴子をまるごと1本使用するため、シャリが見えない状態に。アナゴのふっくらとした食感と濃厚な旨みに香ばしさがプラスされ、なんとも贅沢な気分になる。対馬のアナゴのおいしさを知ってもらいたいと、握りのセットやランチの寿司定食には必ずアナゴを入れるのが順一郎さんのこだわり。アナゴの他にも、息子さんが獲ってくるアマダイや近海で獲れるタチウオなど、上対馬ならではの旬の魚介を使用する。わざわざ食べに行く価値のある名店だ。



だから美味しい！ながさきの魚
対馬の穴子

シャリにアナゴをぐるりと巻き付けた、名物の『穴子の一本にぎり』(1320円)。特製だれは、アナゴの煮汁に長崎の2種の醤油や砂糖などを合わせた秘伝の味。たれを塗って炙ることで、香ばしさがグッと引き立つ

食堂 よしもと

Cafeteria Yoshimoto
식당 요시모토
餐厅　Yoshimoto


長崎刺盛

「漁師さんの町」勝本にある食堂。地元の人々や観光客で賑わう。勝本産の新鮮魚介を使ったこだわりのメニューが味わえる。

所壱岐市勝本町勝本浦279　☎0920-42-0007
営11:30～14:00／18:00～20:00
（日曜は昼のみ）
休不定休

繁屋 千賀荘（はんや ちがそう）

Japanese-Style Guesthouse Hanya Chigaso
한야 지가소
房屋　千贺庄


長崎刺盛（中央）

展望風呂から砂浜と玄界灘が一望できる。お造りや煮物・焼き物のセット「グルメプラン」（4名～）では魚三昧の料理が楽しめる。

所壱岐市石田町筒城東触1085
☎0920-44-5294
営18:00～20:30

お食事処 海神

Restaurant Watatsumi
식당 와타쓰미
饭馆　Watatsumi


刺盛の一例

壱岐の海底の良質な海藻をたっぷり食べて育った「うに」はとても濃厚。自社加工場で良質なものだけ選別し提供している。

所壱岐市勝本町勝本浦201
☎0920-42-2345
営11:00～15:00(Lo14:30)
休不定休

民宿 宝来荘

Inn Horaisoh
민박 호라이소
房屋　蓬莱庄


長崎刺盛

壱岐空港近くの民宿。石田町の海水浴場、筒城浜・大浜・錦浜からは徒歩圏内。壱岐近海で水揚げされた魚料理が楽しめる。

所壱岐市石田町筒城東触1837-1
☎0920-44-5306
営17:30～22:00(Lo21:00)
休不定休

深山苑

Japanese Restaurant Miyamaen
미야마엔
日本料理　Miyamaen


刺盛の一例

新鮮な魚介類を無煙ロースターで快適にいただける。アワビの踊り焼きのぷりぷり食感と香ばしさがたまらない。

所壱岐市勝本町勝本浦575-35
☎0920-40-0891
営17:30～22:00(Lo21:00)
休不定休

旅館 網元

Inn Amimoto
료칸 아미모토
旅馆 網元


長崎刺盛

5名様以上の宿泊では「船盛り」や地場産「あわびの踊り焼き」を追加注文できる。食事のみは予約制。十二分に満足できる。

所壱岐市石田町印通寺浦176-21
☎0920-44-5887
営要、電話予約（当日不可）
休不定休

割烹 一富士

Restaurant Ichi-Fuji
갓포 이치후지
餐厅　一富士

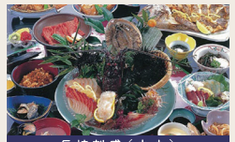

長崎刺盛（手前）

玄界灘の幸を堪能できる和食店。タイ、イカ、サザエなど豪華な海鮮丼は醤油ベースのタレとわさびで召し上がれ。

所壱岐市勝本町大久保触1827-5　☎0920-42-0072
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:00～22:30(Lo22:00)
休火曜日（変更あり）

旅館ニュー長州

Inn New Choshu
료칸 뉴 초슈
一家酒店　新长州


長崎刺盛（中央）

「漁師会席」ほか各コース、「うにめし」「鯛めし」「磯めし」のいずれかを選択。船の行き来を眺められる展望浴場がある。

所壱岐市石田町池田東触984-2
☎0920-44-5038
休不定休

いけす 寿司 割烹 しな川

Sushi Shinagawa
활어 스시 갓포 시나가와
寿司 Shinagawa

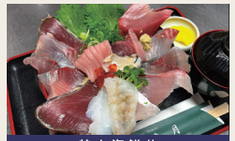

長崎刺盛

毎日市場で壱岐産の鮮魚を仕入れ、安くおいしく提供。定食やにぎり寿司だけでなく、お弁当の販売も行っている。

所壱岐市勝本町湯本浦1　☎0920-43-0567
営12:00～Lo13:30
18:00～Lo20:00
休月曜日（予約次第で変更あり）

割烹 豊月

Restaurant Hou-Getsu
갓포 호게쓰
餐厅　丰月


特上海鮮丼

創業51周年を迎える老舗割烹。地元の魚のみを使った「特上海鮮丼」や「特上寿司」が人気。独自の味付けをした煮魚は通好み。

所壱岐市芦辺町瀬戸浦256　☎0920-45-3265
営11:30～14:00(Lo13:30)
18:00～21:00(Lo20:30)
休火曜日

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

髭達磨

Hige—Daruma
히게다루마
胡子不倒翁


長崎刺盛

酒のキープボトルが並ぶ地元の憩いの場。壱岐の新鮮な海産物は刺身にしても天ぷらにしても大当たり。生うに丼は季節限定。

所壱岐市郷ノ浦町郷ノ浦281-6 郷ノ浦港ターミナル2階
☎0920-48-1222
営11:00～14:00／15:00～24:00(Lo23:30)
休火曜日

まる辰（まるたつ）

Marutatsu
마루타쓰
Marutatsu


壱岐産とらふぐの薄造り

陸上養殖された壱岐産の『とらふぐ』は肉質がよく弾力も旨味も最高。鯛の甘みとダシの風味が絶妙の『特製鯛茶漬け』もおすすめ。

所壱岐市郷ノ浦町郷ノ浦47
☎0920-47-6607
営18:00～22:30
休日曜日

居酒屋 ときわ

Tavern Tokiwa
이자카야 도키와
酒馆　TOKIWA


すりみ揚げと焼酎グラス1杯（1000円）

地元で獲れた新鮮な魚介類を使った料理と壱岐の焼酎が楽しめるお店。魚料理以外にも串焼きや中華料理、鍋物も提供。

所壱岐市郷ノ浦町郷ノ浦164
☎0920-47-0006
営17:00～Lo22:00
休日曜日

味処 角丸（かどまる）

Restaurant Kadomaru
아지도코로 가도마루
酒馆　角圆

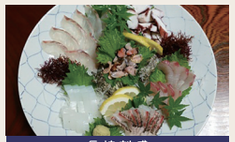

長崎刺盛

壱岐産の魚介類を使用した季節の魚の刺身盛合せのほか、和洋の創作料理は141種類。壱岐では珍しい個室、広間完備。

所壱岐市郷ノ浦町郷ノ浦9
☎0920-47-3733
営18:00～23:00(Lo22:00)
休日曜日

乃もと寿司

Sushi Nomoto
노모토스시
寿司 NOMOTO


長崎刺盛

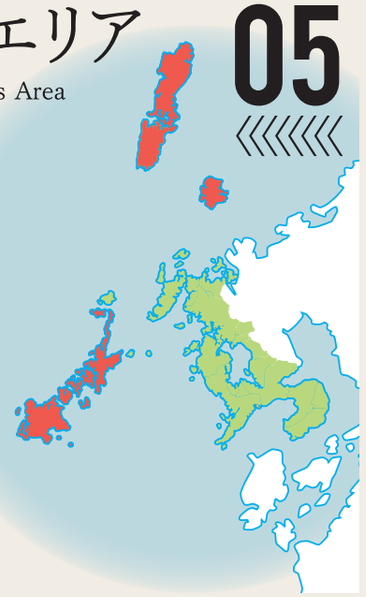
壱岐の魚を使ったネタを味わえる寿司店。初来店でも「おまかせ」注文が可能。ユーモアのある大将のネタも楽しんで。

所壱岐市郷ノ浦町郷ノ浦25-3
☎0920-47-0153
営12:00～21:00(Lo20:00)
休不定休

離島エリア 05

Remote Islands Area
낙도 에어리어
离岛地区

- 壱岐市
- 対馬市
- 五島市
- 新上五島町
- 小値賀町



寿司 割烹 魚よし

Sushi Uo-Yoshi
스시 갓포 우오요시
寿司 角YOSHI


長崎刺盛

おすすめは「刺身盛合わせ」「焼鳥盛合わせ」「天ぷら定食」が地元に愛される居酒屋。アットホームで家族連れも多い。

所壱岐市郷ノ浦町東触171-1
☎0920-47-1290
営17:30～23:00(Lo22:00)
休月曜日

大衆割烹 太郎

Restaurant Taro
대중 갓포 다로
餐厅　太郎


刺身盛り合わせ（長崎刺盛）

刺身、焼き魚はもちろん、自慢の壱州豆腐と合わせた煮魚も絶品。季節の素材を活かした一品料理や定食もおすすめ。

所壱岐市郷ノ浦町本村触519　☎0920-47-4038
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:00～24:00(Lo23:30)
休日曜日

おつくり家 壱岐 旨勘

Restaurant Umakan
오쓰쿠리야 이키 우마칸
酒馆　旨勘


長崎刺盛

地物を中心に四季折々の魚・旬菜料理を提供。刺身や塩焼き、鯛茶漬け、カルパッチョなど和洋の魚料理がある。

所壱岐市郷ノ浦町庄触720-1
☎0920-47-5553
営18:00～23:00(Lo22:00)
休不定休

みなと寿し

Sushi Minato
미나토스시
寿司　Minato


長崎刺盛

昼は寿司、刺身、海鮮ちゃんぽんなど、夜は日本酒のすすむ酒の肴料理を提供。自家製豆腐、自家製ポン酢がおいしい鍋も。

所対馬市上対馬町比田勝843-12
☎0920-86-3710
営12:00～14:00／18:00～22:00(Lo21:30)
休月曜日

すしやダイケー

Sushi Daike
스시야다이케
寿司 Daike


長崎刺盛

魚の仲卸業者直営の回転寿司屋。「生あなごの胡麻和え」や「あなご出汁の特製ラーメン」など人気商品目白押し。

所対馬市厳原町久田道1659
☎0920-52-8088
営11:00～21:00(Lo20:30)
休火曜日、水曜日

三楽寿し

Sanraku Sushi
산라쿠스시
三乐寿司


長崎刺盛

「カンパチの皮付き炙り」の皮は香ばしく、しっとりとした身が楽しめる絶品。店主おまかせのにぎり寿司と一緒にどうぞ。

所対馬市上対馬町比田勝836-2　☎0920-86-2143
営11:30～13:30／18:00～22:00(Lo21:00)
休不定休※ランチでご来店の予定の方は必ず事前にご連絡ください

肴や えん

Tavern En
사카나야 엔
酒馆　En


サバの刺身

看板メニューの対馬産サバ料理は脂の乗った絶品。サザエ、イカ、ヒオウギ貝やアラカブなど対馬海産物のオンパレード。

所対馬市美津島町鶏知乙332-1
☎0920-54-5081
営11:00～14:00／17:00～21:30(Lo21:00)
休月曜日

おかべ食堂

Okabe Restaurant
오카베쇼쿠도
OKABE食堂


季節の刺盛

対馬の旨いがここにある！ふぐ取扱責任者が作る「ふぐポン酢」ほか、貴重価値の高い「対馬西あなご」が味わえる。

所対馬市上対馬町比田勝835
☎0920-86-2551
営11:00～15:00／18:00～22:00
休不定休

対馬グランドホテル

Tsushima Grand Hotel
쓰시마 그랜드 호텔
对马大酒店


玄海膳

カンパチやタイなど地元産の旬の魚を刺身、天ぷら盛り合わせにした一番人気の御膳。対馬の海の幸を心ゆくまで堪能しよう。

所対馬市美津島町雞知甲41-10
☎0920-54-9100
営11:00～14:00／17:00～21:30(Lo20:30)
休無休

まほろばの里 ももたろう

Tavern Momotaro
마호로바노사토 모모타로
酒馆　MOMOTARO


長崎刺盛

アナゴ料理専門店。新鮮なアナゴならではの刺身やつみれ鍋、肉厚で弾力のある食感と豊かな旨味を味わってほしい。

所対馬市上対馬町古里1-2
☎0920-86-3907
営11:00～21:00(※要予約)
休不定休

つしま亭 さと

Tsushimatei Sato
쓰시마테이 사토
对马茶室　SATO


トロの華サイコロステーキ

醤油ベースのソースでいただく「クロマグロ(トロの華)サイコロステーキ」は旨味が凝縮されて、美味しさが際立つ一品。

所対馬市美津島町久須保661-3
☎0920-54-2009
営11:00～17:00(夜は予約制)
休木曜日

すし処 慎一

Sushi Shin-Ichi
스시 신이치
寿司处　慎一


穴子重

天然アナゴを中心に対馬の旬の魚介類を最高の状態で提供。隠し味噌が利いた「あなご箱寿司」は通販でも購入可能だ。

所対馬市上対馬町古里13-3　☎0920-86-3749
営11:30～14:00(Lo13:30)
18:00～22:00(Lo21:30)
休火曜日

勝幸寿司（まさこうすし）

Sushi Masakoh
마사코스시
胜幸寿司


長崎刺盛

豊玉町西岸の定置網で水揚げされた新鮮なネタを極上の一貫と贅沢な刺盛に。海の恵みを存分に味わえる。

所対馬市豊玉町仁位1205　☎0920-58-0133
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:00～21:00(Lo20:30)
休月曜日、不定休

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

お食事処 八丁

Restaurant Haccho
식당 핫초
餐处　八丁


長崎刺盛

郷土料理「いりやき鍋」や、熱々の石英斑岩で魚介、野菜を焼く「石焼」が食べられる。どんこしいたけの天ぷらもおすすめ。

所対馬市厳原町大手橋1094-6　☎0920-52-1264
営11:00～14:00(Lo13:30)
17:00～21:30(Lo21:00)
休不定休

国民宿舎 壱岐島荘

National Residence Ikijimaso
고쿠민슈쿠사 이키시마소
国民宿舎　壹岐岛庄


長崎刺盛（左）

潮の香りが漂うレストラン。調理長厳選、壱岐の旬の食材がすべて味わえる贅沢な「大漁会席」でスペシャルな時間を。

所壱岐市勝本町立石西触101
☎0920-43-0124
営11:30～14:00
休不定休

居酒屋めしや

Tavern Meshiya
이자카야 메시야
酒馆　Meshiya


長崎刺盛

対馬市厳原町の歓楽街、味自慢の居酒屋。楽しく飲んで食べて！「ヒラスのしゃぶしゃぶ」の歯ごたえと〆のおじやが最高！

所対馬市厳原町大手橋1046
☎0920-52-0066
営17:00～23:00
休年末年始

うどん茶屋

Udonchaya
우동차야
乌冬面茶馆


長崎刺盛

店内の生け簀から水揚げされたイカの活き造りは鮮度が抜群。対馬の海産物と地元に愛されるうどんとのコラボが楽しめる。

所対馬市厳原町小浦91-2　☎0920-52-7177
営11:00～14:30(Lo14:00)
17:00～20:30(Lo20:00)
休水曜日

居酒屋 対玄（たいげん）

Tavern Taigen
이자카야 다이겐
酒馆 对玄


長崎刺盛

7種類の調理法でいただく「あなごフルコース」はバラエティ豊かな食体験が楽しめる。またカワハギの唐揚げもおすすめ。

所対馬市厳原町大手橋1094
☎0920-52-2521
営18:00～22:30(Lo22:00)
休不定休

味処 けい

Tavern Kei
아지도코로 게이
味处　KEI


長崎刺盛

朝、水揚げされた魚を丁寧に調理した「煮魚定食」。ふっくらとした身に染み込んだ醤油のタレがほっとするおふくろの味。

所対馬市厳原町天道茂507
☎0920-52-1827
営17:30～21:00
休不定休

海風商事

Kaifu Corporation
가이후쇼지
海风商业公司


アナゴ丼と旬の刺身定食

1年中楽しめるバーベキューは季節ごとのおいしさが魅力。新鮮な海鮮を豪快に焼き上げて、ビールと一緒に乾杯！

所対馬市厳原町大手橋1220-2
☎0920-52-1037
営11:00～22:00
休不定休

つしにゃんキッチン

Tsushinyan Kitchen
쓰시냥키친
tsushinyan厨房

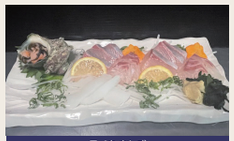

おさかなづくしプレート

旬の刺身も！厚みのあるあなごカツも！あなごのミリン干しも！食べたい。そんな日は「おさかなづくしプレート」に決まり。

所対馬市厳原町今屋敷672-1（ふれあい処つしま内）
☎0920-52-1566
営10:00～16:30(Lo15:30)※一部メニュー16:00
休木曜日、年末年始、お盆

おおてばし酒場 六角堂

Otebashi Bar Rokkakudo
오테바시 주점 롯카쿠도
手桥酒馆 六角堂


長崎刺盛

地元の新鮮魚介類を使用した創作料理を日々考案。地酒と一緒に楽しんでほしい。厳原港から徒歩6分、アクセス良好。

所対馬市厳原町大手橋1050
☎0920-52-8060
営17:00～23:00(Lo22:30)
休月曜日

味処 千両

Restaurant Senryo
아지도코로 센료
味处　千两


長崎刺盛

刺身・一品料理・定食・丼・寿司・郷土料理など、地魚をふんだんに使用している。長崎刺盛はご予算に応じて。

所対馬市厳原町大手橋1079　☎0920-52-4406
営11:00～14:00(Lo13:30)
17:00～23:00(Lo21:00)
休不定休

離島エリア

すし処 嶋

Sushi Shima
스시 시마
寿司　岛


上寿司 2,000円

丁寧に仕込んだ大きなネタの寿司が人気。上寿司はトロ、イカなど全8貫。店内飲食だと味噌汁付。

所南松浦郡新上五島町奈摩郷162-34
☎0959-52-3977
営12:00～23:00(Lo23:00)※昼時間帯は要予約
休水曜日(予約があれば営業可)

寄り処 満(みつ)

Tavern Mitsu
요리도코로 미쓰
酒馆 满


長崎刺盛

ボリュームのある「刺身盛り合せ」はハーフサイズでの注文可。自家製さつま揚げは刺身でも食べられる新鮮な魚を使用している。

所南松浦郡新上五島町有川郷2618-2
☎0959-42-0319
営18:00～23:30(Lo23:00)
休木曜日

酔道蔵(すいどうこ)

Suidoko
스이도코
醉道藏


長崎刺盛

五島産の新鮮な海の幸や山の幸。こだわりの地酒にぴったりの刺身盛り合わせは鮮度と食感が自慢の一品。

所南松浦郡新上五島町浦桑郷1298
(ホテルメリッサ内)
☎0959-54-2001
営18:00～22:00(Lo21:30)　休日曜日

cafe nanami

cafe nanami
cafe nanami
咖啡厅nanami


ヒラマサのカルパッチョ

自館で陸上養殖や畜養を行った高級魚クエの鍋は、素材の旨味と深い味わいを最大限に引き出した絶品。

所南松浦郡新上五島町有川郷2426-16
☎0959-42-5242
営11:00～21:00
休木曜日

古民家レストラン 藤松

Restaurant Fujimatsu
고민가 레스토랑 후지마쓰
住宅餐厅　藤松


長崎刺盛

捕鯨・酒造りで小値賀の富を築いた旧藤松家を改修した古民家レストラン。この島ならではの滋味深い旬の魚料理を楽しめる。

所北松浦郡小値賀町前方郷3694　☎0959-56-2646
営11:00～14:00／18:00～21:00
完全予約制(前々日まで)
休毎週火曜日・第2・第4水曜日

居酒屋 花菜丸

Tavern Hanamaru
이자카야 하나마루
酒馆　花菜圆

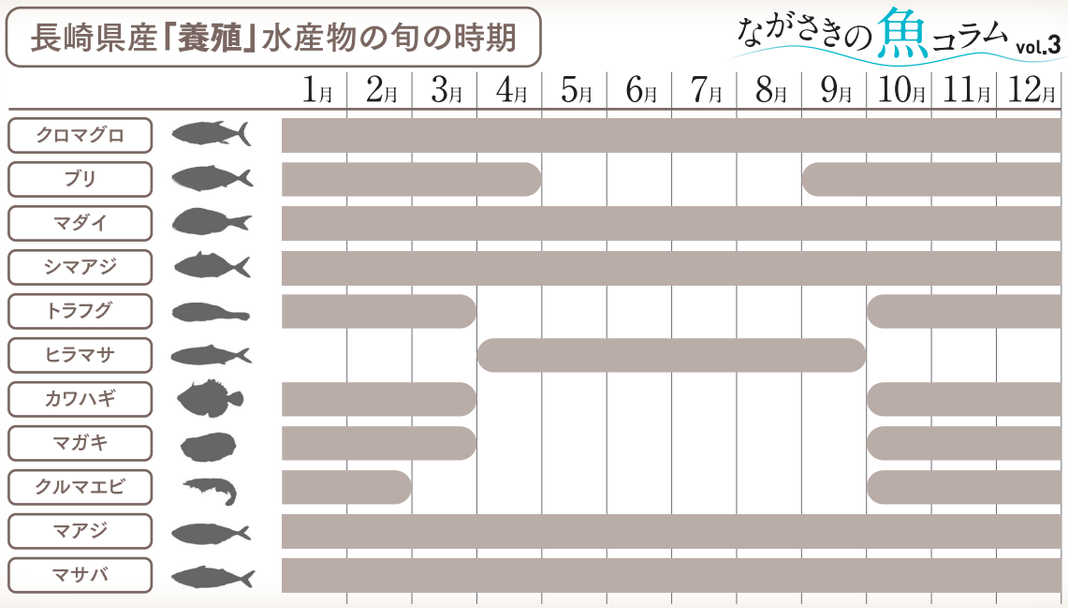

長崎刺盛

予算に応じて提供する「朝獲れ鮮魚の刺身盛り」は当日見てのお楽しみ。過去にはクジラ、マンボウが登場したことも。

所南松浦郡新上五島町七目郷1030-9
☎090-4584-4164
営18:00～22:00(Lo21:30)
休水曜日

長崎県産「養殖」水産物の旬の時期

ながさきの魚コラム vol.3



※一般的な傾向であり、年や地域により差があります。

※全ての写真はイメージです。※県産魚料理のメニューや内容は、季節やその店舗の仕入れにより異なります。

離島エリア

五島地魚旬菜居酒屋 こんねこんね

Goto Tavern Konne-Konne
고토 현지생선과 제철요리 이자카야 곤네콘네
五岛酒馆Konne-Konne


長崎刺盛／五島炭火焼き牡蠣

こだわった五島の旬の食材。ヒラマサ、ブリなど5、6種類の刺盛や、潮の風味残る水イカとアオサのパスタが女性客に好評。

所五島市東浜町1-9-17　☎090-9959-0053
営平日18:00～21:30
土日祝17:30～21:30
休火曜日(月・水曜日不定休)

島めし家 北斗

Shimameshiya Hokuto
시마메시야 호쿠토
岛饭家 北斗


穴子カツ定食

穴子漁師直営の食事処で、店主自らが漁獲する穴子を中心とした料理が評判。穴子釜めしや穴子天ぷらがおいしい。

所対馬市上対馬町古里13-3
☎0920-86-4516
営11:00～14:00(Lo13:30)
休水曜日

稲よし(いなよし)

Inayoshi
이나요시
稻YOSHI


刺身定食

にぎり寿司や揚げ物など五島の味覚を存分に味わって。刺身定食はボリュームと鮮度から、多くの観光客が大絶賛。

所五島市新港町11-7
☎0959-72-8447
営12:00～14:00／17:00～22:00
休日曜日

GOTO TSUBAKI HOTEL TSUBAKI KITCHEN

Goto Tsubaki Hotel Tsubaki Kitchen
Goto Tsubaki Hotel Tsubaki Kitchen
五島椿酒店　Tsubaki Kitchen


五島産旬魚のカルパッチョ

五島の海が育てた魚介をたっぷり使ったイタリアン。ランチセット、3つのコースディナーのほか一品料理も充実。

所五島市栄町1-57　☎0959-74-5600
営6:30～9:00(宿泊者のみ)
11:30～14:00／17:30～21:00
休月曜日

和食処 味彩

Japanese Cuisine Ajisai
일식 아지사이
日本料理　味绚


長崎刺盛

有川港に近く、船の到着を待つ間や観光の合間にぴったり。五島うどんとクジラのセット「くじらうどん」は観光客人気No.1。

所南松浦郡新上五島町有川郷2610　☎0959-42-3765
営11:30～14:00(Lo13:30)／17:00～22:00(Lo21:20)※要予約(状況に応じて早じまいの可能性有り)　休水曜日・第3火曜日

いけす割烹 心誠

Fish preserve　Shin-Sei
활어 갓포 신세이
鱼塘日式餐馆 心诚


長崎刺盛

五島近海の恵みを享受した魚を最高級の刺身で食す。五島の特産「かっとっぽ(はこふぐの味噌焼き)」もおすすめ。

所五島市福江町10-5
☎0959-74-3552
営11:30～13:30／17:00～22:00
休水曜日

いろは鮨

Sushi Iroha
이로하스시
IROHA 寿司


長崎刺盛

当日水揚げの鮮魚を使った正統派寿司。シンプルながら新鮮さにこだわった、地元の常連客に愛される店。

所南松浦郡新上五島町有川郷700-12
☎0959-42-0168
営11:00～14:00(Lo13:00)／17:00～21:00(Lo20:00)　休月曜日

旬鮮喰間 一登(いっと)

Restaurant Itto
순센쇽칸 잇토
新鲜酒馆　一登


長崎刺盛

朝、定置網で水揚げした海の幸は鮮度抜群。おすすめは旨味が凝縮された「魚介の蒸籠蒸し」。予約必須の大人気店。

所五島市福江町12-1
☎0959-74-6050
営17:30～
休不定休

たまり茶屋 し喜

Café Shiki
다마리차야 시키
茶馆　Shiki


長崎刺盛

ペンション1階の居酒屋はひとりでも気軽に利用しやすいスタイル。弾力のある刺身もふっくらとした焼き魚も絶品。

所南松浦郡新上五島町有川郷700-1
☎0959-42-0933
営17:00～23:00(Lo22:00)
休日曜日

カンパーナホテル 和食処 萬葉

Campana Hotel　Japanese Restaurant Man-Yo
캄파나호텔일식만요
钟酒店　和食处　万叶


萬葉一品メニュー御造里盛合せ

地魚を食材としたコース料理から定食まで。五島牛と新鮮な魚介が堪能できる「五島会席」は人気ナンバーワン。全室個室。

所五島市東浜町1-1-1　☎0959-72-8111
営11:30～14:00(Lo13:30)
17:30～21:00(Lo20:00)※夏休み期間は20:30
休木曜日

長崎県内のホテル・旅館・飲食店のみなさまへ

「長崎県の魚愛用店」募集

あなたも「長崎県の魚愛用店」になりませんか。 **登録無料**

長崎が、まるごと
美味しい!

1 主な認定要件は…

共通
- 県内のホテル、旅館、飲食店が対象。
- 県産魚の料理にこだわっていることをセールスポイントとし、県産魚メニューをPRすること。
- 常時、長崎県産魚（長崎県産の魚介類及び水産加工品）を提供すること。

和食店
- 県産魚を常時5種類以上提供できること。
- 3種類以上の地元の魚介類だけの**「長崎刺盛」**を提供できること。

洋食店 中華料理店
- 県産魚を常時3種類以上提供できること。
- 地元の魚介類を使った「洋風刺身」「カルパッチョ」「中華風刺身」等を提供できること。

専門店
- フグ、カキ、マグロ、アナゴ等**「地域ブランド魚」**や**地域で積極的に振興している魚介類**を常時取り扱う店舗は1種類でも可。

2 愛用店に登録すると…

- 長崎県から認定証を交付します。
- 長崎県公式ホームページにて店舗を詳しくご紹介します。
（店舗・県産魚料理の写真、地図、営業時間、コメントなど）
- 「長崎県の魚愛用店」マップを作成し、店舗をご紹介します。
- 波佐見焼の玄関用陶板を配布します。
- 長崎県の魚愛用店PRキャンペーンで店舗をご紹介します。





3 登録方法は…

- 申込書に以下の関係書類を添えて、下記メールアドレスまたはFAXまたは郵送にてご提出ください。
・写真（店舗1枚、長崎刺盛1枚、その他の県産魚料理1枚）　・メニュー表（写）　・納品書等書類（写）
- 認定要領、申込書様式は「ながさき地産地消ＨＰ」に掲載しています。
http://www.pref.nagasaki.jp/tisan/pref/detail.php?id=9

【提出・問合先】
長崎県 水産部 水産加工流通課
〒850-8570　長崎市尾上町３－１
tel. 095-895-2871（ダイヤルイン）　fax.095-895-2585
e-mail　s06130@pref.nagasaki.lg.jp

