

あかもく

こだわり
新しい発見



**健康食品として
注目の海藻「あかもく」**
健康食品として注目の「あかもく」、実は色々な食品と合うんです。特製佃煮「おみごと」はご飯はもちろん、あんな意外な食べ方も…？

7 三陸味処 三五十(みごと)

所 山田町川向10-6
営 11:00~14:00、17:00~23:00
休 月曜 ※臨時休業・営業あり
☎ 0193-82-3510

メニュー例

- ★あかもくラーメン
- ★生うにどんぶり(夏)
- ★生いくらどんぶり(冬)

うどん

こだわり
地産地消
素材のうまさ



**素材本来の
風味を活かしたうどん**
自家製麺も出汁も、山田産・県産というこだわりっぷり。素材の良さを生かしたうどんはどんな具材とも相性抜群です。震災前から地元で愛される理由は、食べればわかるはず。

8 釜揚げ屋

所 山田町山田4-5-1
営 11:00~15:00(うどんがなくなり次第、閉店)
休 月曜 ※日曜 不定休
☎ 0193-82-2173

メニュー例

- ★釜揚げうどん ★焼うどん
- ★生のうどん(春)
- ★牛肉うどん(県産牛肉)

蒸し焼きカキ

こだわり
旬の味わい



山田づくしのかき小屋
カキは織笠地区でその日に水揚げ。あつあつ・ぷりぷりの身がお出迎え！カキのオフシーズンには内陸では食べられない珍しいお刺身も堪能できます。

9 山田かき小屋

所 山田町船越9-270
営 11:00~14:00 ※蒸し焼きカキは予約制
休 水曜・木曜(祝日の場合は営業)、年末年始
☎ 0193-65-7901(山田町観光協会)

メニュー例

- ★海鮮塩焼きそば ★はたて玉子丼
- ★海鮮鉄板焼き(夏・予約制)
- ★刺身定食(夏)

山田へアクセス!

盛岡南I.C.~山田
花巻I.C.~宮守~山田
北上江釣子I.C.~山田
共に約2時間20分

東京~盛岡
東北新幹線:約2時間30分
盛岡~宮古
JR山田線:約2時間

盛岡~山田(船越)
106急行バス:約3時間
宮古~山田
路線バス:約50分
釜石~山田(船越)
路線バス:約1時間



山田の海 旬の食材

旬の時期(目安)

名前	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ワカメ	★											
ウニ						★						
ホヤ												
スルメイカ												
サケ												
ホタテ												
しゅうり												
アワビ												
カキ												

◎磯の香りが豊かな生わかめはしゃぶしゃぶでどうぞ!
うんめえ! 和え物、酢の物、汁物

◎生うニは飲む感覚で。味噌をつけると濃厚に!
うんめえ! 生、塩うニ、焼きうニ

◎クセになる大人の味♡ キモが少ない10月も実は美味
うんめえ! 生、蒸し焼き、酒蒸し

◎アミスルメよりツリスルメ!!
うんめえ! 刺身、一夜干し、塩辛

◎海鮭は脂が多く、川鮭はさっぱり!
うんめえ! 新巻、塩焼

◎春は卵巣が特にクリーミー。やわらかい貝柱は絶品!
うんめえ! 刺身、焼き、フライ

◎身と出汁のおいしさが光る! アツアツが最高
うんめえ! 蒸し焼き

◎歯ごたえ抜群! トシロ(トシル)も美味
うんめえ! 刺身、焼き、酒蒸し

◎プリプリの身は、生はもちろん、カレーでも大活躍!
うんめえ! 生、蒸し、フライ



企画・制作 全国生涯学習ネットワークフォーラム2013
「山田発! 食のこだわりマップづくり」グループ
2014年2月24日発行(2018年1月改定) ©山田町観光協会 All Rights Reserved.



食べたい! 会いたい!
また来たい!

おでんせえ!



お問い合わせ

一般社団法人 山田町観光協会

〒028-1311 岩手県下閉伊郡山田町大沢2-19-1 やまだ観光物産館とっとA棟

☎ 0193-65-7901
jimukyoku@yamada-kankou.jp

山田で食べたい!

パン

こだわり
無添加
天然酵母



**地元材料や石割桜の
酵母を使ったパン**
県産小麦「ゆきちから」、石割桜(盛岡)由来の「石割桜酵母」など数種類を使いこなし焼き上げた無添加のパン。酵母が変わると味も香りも違います。あなたのお気に入りにはどれ?

1 山田湾ベーカリー

所 山田町大沢2-19-1 やまだ観光物産館「とっと」内
営 9:00~16:00(売り切れの場合は閉店)
休 火曜
☎ 0193-81-1003

メニュー例

- ★石割桜パン ★あんブレッド
- ★いかルツォーネ ★フルーツサンド
- ★ベーコンエビ

海鮮焼き

こだわり
網焼き体験
海の幸



**手間と愛情をそそいだ
海の恵み**
大沢地区の豊かな海で育った、漁師自慢の海の幸を自分で網焼きにできる!初めてでも大丈夫、丁寧に教えてくれますよ。美味しく楽しく体験型の物産館です。

2 やまだ観光物産館 とっと

所 山田町大沢2-19-1
営 9:00~17:30(A棟)
休 火曜
☎ 0193-77-4890

メニュー例

- ★カキ ★ホタテ ★しゅうり貝
- ★ウニ ★アワビ ★ホヤ
- ★赤血貝

豆すつとぎ

こだわり
ふるさとの味
素材の甘さ



山田の味、豆すつとぎ
青豆と米粉でできた郷土菓子。粘りのある地元の青豆を、よく摺りつぶして練っているののでしっとり食感。素材の甘さを楽しめます。

お団子

こだわり
“しなみ”



「しなみ」のある、お団子
もち米粉より米粉が多めの生地を、蒸さずに茹でるひと手間がかかっています。自家製のおんこと作り手の愛情がたっぷり詰まった山田のお団子、めしあがれ。

その他お土産の郷土菓子

- ★ひゅうず ★きりせんしょ
- ★むしまんじゅう ★小麦だんご

販売店

3 びはん オール店

所 山田町川向町7-15
営 9:00~21:00
休 なし ☎ 0193-82-3881

4 ホームワンサトー

所 山田町豊間根2-43-6
営 7:00~19:00(日曜 8:00~18:30)
休 なし ☎ 0193-86-2164

5 びはん 豊間根店

所 山田町豊間根2-70-2
営 9:30~21:00
休 なし ☎ 0193-83-5411

6 道の駅やまだ

所 山田町船越6-141
営 9:00~18:00
休 なし(臨時休業あり) ☎ 0193-89-7025

山田発！ 食のこだわりマップ



山田で
会いたい！

豆すつとき
にもなるよ！



織笠地区

三陸味処 三五十

「邪魔もく」とも言われていた「あかもく」を商品化してコンクール最優秀賞。山田のあかもくを全国に広げたい！おっと、あれも新商品になるぞ！

おすすめ あかもくの佃煮「おみごと」はソフトクリームと食べても、これが結構うまいんです。

大杉 繁雄さん

「あかもく」って海藻なんだ！赤いのか？！

春にはここで「アサリかき」すたあもんだあ。

道の前やまだ 長林

船越地区

山田かき小屋

浦の浜

山田南I.C

船越漁港

山の内漁港

岩手船越駅 (休止中)

鯨と海の科学館

調理場のお母さんたち

山田に戻ってみると、東京にはない魅力が沢山！この素晴らしい、伝えたいな。

魚はとれたてが一番おいしい？「本当においしい食べ方」は私たちが知ってるのさ。

沼崎 真也さん

山田かき小屋

山田に戻ってみると、東京にはない魅力が沢山！この素晴らしい、伝えたいな。

魚はとれたてが一番おいしい？「本当においしい食べ方」は私たちが知ってるのさ。

沼崎 真也さん

山田湾

大浦崎

大浦漁港

カキ漁師(大沢地区) 中村 敏彦さん

手間をかければ味も良くなる。子どもたちが「漁師になりたい！」って思える仕事がしたい。いろんな人と関わるって楽しいですよ。

おすすめ カキは生食用よりも加熱用の方がうまみが多いよ。

山田では「カゼ」と呼んでね♡

マンボウは横になって昼寝するんだ！

釜揚げ屋

地産食材のうまさを引き出す。生のり、カキ…季節の具材もいけど、うどんとダシの本当のおいしさを味わうなら「素うどん」だね。

おすすめ 2品食べるのがうどん屋に行く醍醐味！つるっと食べられる。

川村 芳宏さん

荒川農産物加工組合

ふるさとの懐かしい味をいつまでも。「豆しとき」ではなく「豆すつとき」と言うの。山田の辺りではこう呼ぶって覚えてね。

おすすめ 作る人によって味や甘さが微妙に違うもの。食べ比べたら地元の人みたいに「すつとき」を語れるかも。

「豆すつとき」食の匠 斎藤 みつ子さん

荒川地区

「食の匠」のふたりはここで手づくりしてるんだね。

豆すつときの青豆はどこで採れるんだろう？

山田北I.C

5 びはん豊間根店

4 ホームワンサトー

豊間根地区

豊間根

ローソン

豊間根駅 (休止中)

荒川農産物加工組合

荒川農産物加工組合

毎朝4時起きでつくるのよ。この「しなみ」がないとだめ、というお客さんが沢山いて。もちろんあんこもこだわりの手作りね。

おすすめ 少し硬くなっても焼くと香ばしくておいしくなりますよ。

「お団子」食の匠 佐藤 ミノリさん

山田地区

山田町役場

大杉神社

宝来橋

山田漁港

山田魚市場

山田郵便局前

山田町役場

山田I.C

釜揚げ屋

山田線 (現在休止中)

山田八幡宮

交番

◎山田町役場

五箇丸水産

三日町

セブンイレブン

山田中央

山田駅

山田線 (休止中)

陸中山田駅

境田

三陸自動車道

山田南I.C

船越地区

山田かき小屋

浦の浜

山田南I.C

船越漁港

山の内漁港

岩手船越駅 (休止中)

鯨と海の科学館

調理場のお母さんたち

山田に戻ってみると、東京にはない魅力が沢山！この素晴らしい、伝えたいな。

魚はとれたてが一番おいしい？「本当においしい食べ方」は私たちが知ってるのさ。

沼崎 真也さん

大沢地区

山田町一番の魅力は人柄の良さ！声をかけてくれれば、ホヤのさばき方だって教えますよ。

おすすめ 新巻鮭の頭を黒砂糖としょうゆで煮込むと骨まで食べられる。氷頭(ひず)という軟骨部分は絶品！

佐藤 博子さん

やまだ観光物産館 とつと

大沢漁港

大沢川

魚賀波間神社

「周利」って何だかわかる？

これって何て読むの？

もう邪魔モノじゃない。

オランダと関係あんだあよ。

山田湾のこの形。山と川、静かな波が恵みを育てたあよ。

大島 (オランダ島)

小島

大浦崎

大浦漁港

カキ漁師(大沢地区) 中村 敏彦さん

手間をかければ味も良くなる。子どもたちが「漁師になりたい！」って思える仕事がしたい。いろんな人と関わるって楽しいですよ。

おすすめ カキは生食用よりも加熱用の方がうまみが多いよ。

山田では「カゼ」と呼んでね♡

マンボウは横になって昼寝するんだ！

荒川農産物加工組合

毎朝4時起きでつくるのよ。この「しなみ」がないとだめ、というお客さんが沢山いて。もちろんあんこもこだわりの手作りね。

おすすめ 少し硬くなっても焼くと香ばしくておいしくなりますよ。

「お団子」食の匠 佐藤 ミノリさん

山田湾ベーカリー

酵母が違うと香りや甘み、膨らみ方まで違うんです。山田町の皆さんにこのおいしさを知ってほしい！

私の気に入りは「クリームパン」♪ 見ただけで「大町さんのパン」って言われるようなパンを作りたいな。

おすすめ 「あんブレッド」をこんがり焼いてマーガリンと！

堂田 祐輔さん

大町 邦子さん



詳しくは
WEB版もチェック！

<http://gourmet.yamada-kankou.jp>

スマホのGPSで道案内もできる！



山田だから味わえる「食」。それにこだわる「人」の想いを知ると、おいしさ無限大！
食べるだけじゃ、もったいない。まちで声をかければ「また来たい」と感じる自分だけの出会いが待っています。