

働き方改革 × 休み方改革 (第2・4土曜) × 住めば 宮古

食べ物編～三陸寿司&焼肉～



歴史と伝統 風格ただようすし店

宮古の寿司といったらこのお店は絶対に外せない。温かみのある木造の店内は座った瞬間にほっとさせられる。

親方のこだわりは全ての職人に伝わり、確かな技術でお客様に最高の寿司を提供し続けている。旬の地魚を使った握りはもちろん、趣向を凝らした一品料理も魅力的な品ばかりだ。敷居の高さを全く感じさせず、地域内外の方からこよなく愛されている名店。

よし寿司

〒027-0074 岩手県宮古市保久田4-27
☎0193-62-1017

営業時間 11:30～14:00
夜 16:30～21:30
定休日 日曜日
席数 60席
駐車場 10台



有名人も訪れる 魚市場すぐ近くの名店

古くから漁師として栄えていた鎌倉崎で店を開業して32年。宮古魚市場に水揚げされた新鮮な魚介を使ったにぎりにこだわりの寿司を数多く提供している。カウンター、テーブル、個室を用意されており宴会や法事も最適な。また誰もが気軽に寿司を楽しめるように5種類の中から選べるランチメニューも人気となっている。

寿司 魚正

〒027-0006 岩手県宮古市鎌倉崎上町6-26
☎0193-62-7885

営業時間 11:30～13:30LO
16:30～21:30LO
定休日 日曜日
席数 15席
駐車場 10台



旨さと安さの限界に挑戦！ 職人が目の前で握ってくれる 自慢の回転寿司

その日仕入れた新鮮な魚介類を元気に職人さん達が目の前で握ってくれる。幅広い店内にはカウンター席の他ゆったりとしたボックス席もあり、子供連れの家族にも人気がある。般付きウエー等の旬のネタ、ケキやピザも提供される。大人も子供も楽しめる。新鮮なネタをお手頃価格でお腹いっぱい食べられる。上気配りも行き届いた見事な名店だ。

回転寿司 海宝

〒027-0055 岩手県宮古市長根2丁目6-9
☎0193-64-7755

営業時間 11:00～14:15LO
17:00～20:30LO
定休日 火曜日
席数 カウンター20席
テーブル4×4
テニール6×4
駐車場 48台



地元で愛される名店

震災で一度は店をたたんだが18年間開業して来たのが大将が、まともな寿司は握れないと奮起し再開した。

にぎり寿司やちらし寿司にまで付いたセットも用意されている。握り寿司は、焼き魚も人気で、旬の素材を丁寧に仕込み提供している。お酒も豊富で15種類の取り揃えている。地元で愛され続けているお客様に支えられながら今日も大将は寿司を握り続けている。

すし処 まとい寿し

〒027-0083 岩手県宮古市大通1-1-14
☎0193-62-0262

営業時間 17:00～22:00
（その日の曜日に応じて）
定休日 木曜日
席数 カウンター6席
小上がり 10席
駐車場 3台



熱い談議が飛び交う 集会場的寿司屋

5分もかからず見知らぬ隣席の人と仲良くなってしまう。そんなお洒落な空気が流れるお店。お酒と会話とお腹も満足してもらいたいという思いで出される寿司セットは握りと煮物、揚げ物、酢物が付いて600円。酢もかき足す看板メニューだ。

寿司セットからシャリを抜いたお肉セットは、飲みやすいにおススメ。鉄道とゴルフ好きの店主に会いに行ってみてはどうだろうか。

寿司 うちだて

〒027-0083 岩手県宮古市大通4-3-3
☎0193-63-4334

営業時間 17:30～23:00
定休日 日曜日
席数 なし
駐車場 20席



宮古名物 さらめく海鮮ちらし

宮古駅前寿司といえは、このお店。新鮮な魚介を堪能してください。

なんと言ってもオスメはマグロウニ、イクラを豪華に盛り付けた「北三陸ごはん」や「上ちらし」ご飯の上でこれでもか！と乗せられた彩り豊かな魚介は天然の極彩色。写真も撮って誰かに自慢したくなる。間違いない。お洒落ランチメニューも充実しております。是非お立ち寄りください。

蛇の目本店

〒027-0076 岩手県宮古市保町2-8
☎0193-62-1383

営業時間 10:00～20:30LO
定休日 水曜日
席数 1階40席、2階約60席
駐車場 2000円以上で1時間無料



飲み会帰りのお楽しみ 今宵はガッツリ焼肉で

締めつけのメニューもいろいろと、じゅわっと焼肉で小腹を満たすのもオツなも。

ここは上質な肉をリクエスト可能な焼肉を提供している。新鮮な肉をじっくりと焼く。新ホムロムで高級前沢牛、人気の冷焼、隠れフアの多い豚足など充実のラインナップだ。

お肉と相性抜群のオイシムチは数量限定、定番の白菜キムチも絶品の味。飲み会メニューも種類豊富でついついお酒が進むこと間違いなし。

秋田屋

〒027-0083 岩手県宮古市大通4-2-1
☎0193-63-0608

営業時間 18:00～23:00
定休日 日曜日
席数 60席
駐車場 提携駐車場有



別格の近海本マグロの 握りをご賞味あれ！

お客様へ対し「サービス」を究極まで徹底したくない。と語る本マグロ。マグロは、本マグロ（クマノシ）の「腹」の部分しか使わない。マグロの部位の中で最も脂が強く、一番値が張るのが腹だ。シャリの温度にも徹底的なこだわりを持っている。舌に絡みつくマグロの濃厚な旨味を、ほんのりと引き立てる。

志むら寿し

〒027-0083 岩手県宮古市大通1-5-9
☎0193-62-2890

営業時間 11:30～13:30
17:00～21:30LO
（土曜日のみ営業）
定休日 火曜日
席数 カウンター6席
テーブル4席
産産 18席
駐車場 10台（併用駐車場あり）



寿司職人伝統の技と 革新的な創作の融合

地元をはじめ全国各地のファンが訪れる「ここぞか味わえない味」に舌鼓をうつ。

こだわりの「シャリ」一握り。一握り握り上げられるように広がる。②「時代」に合わせた寿司づくり。変化し続ける食文化や食材の流通。大将の伝統を守りつつ、新しい技術や調理法を探求し洗練された伝統の技と創造性。柔軟性に富んだ料理も魅了してやまない。

大寿し

〒027-0061 岩手県宮古市西町2丁目1-8
☎0193-62-7417

営業時間 11:00～14:00
17:00～23:00
定休日 不定休
席数 カウンター5席
小上がり 8席
2階席数 10名
駐車場 3台



アットホームな 雰囲気愛情のこもった 本格握り

宮古市民文化会館のすぐそば、夫婦二人アットホームな雰囲気のお店。小さい頃からお寿司が好きで24年大震災で被災後、平井営業を再開した。店内には握りごとの小上がりがあり、お家飲みでもゆるやかに握りごとの小上がりがあふれる。旨い素材をただ握るだけ、と語る6代目の大将が握る肉厚なネタを使ったお寿司は、豪快な中にも丁寧な新鮮な素材への愛情が溢れている。

ふく留

〒027-0023 岩手県宮古市磯崎沖10-1
☎0193-77-3531

営業時間 11:30～13:30
17:00～20:30LO
定休日 水曜日
席数 カウンター6席
小上がり 16席
テーブル 5台
駐車場 5台



創業80年。 田老で磨いた技と味を ここ宮古の地で

かつて田老地区で、と歴史のある民権者寿司店として営業していたが、東日本大震災で被災後、平井営業を再開した。店内には握りごとの小上がりがあり、お家飲みでもゆるやかに握りごとの小上がりがあふれる。旨い素材をただ握るだけ、と語る6代目の大将が握る肉厚なネタを使ったお寿司は、豪快な中にも丁寧な新鮮な素材への愛情が溢れている。

鮭丸仙

〒027-0054 岩手県宮古市太田2丁目3-4
☎0193-77-4581

営業時間 11:30～13:30
17:00～22:00
（日・祝・21:00まで）
定休日 水曜日
席数 カウンター7席
テーブル7席
小上がり 3×3
駐車場 7台



創業80年。 田老で磨いた技と味を ここ宮古の地で

かつて田老地区で、と歴史のある民権者寿司店として営業していたが、東日本大震災で被災後、平井営業を再開した。店内には握りごとの小上がりがあり、お家飲みでもゆるやかに握りごとの小上がりがあふれる。旨い素材をただ握るだけ、と語る6代目の大将が握る肉厚なネタを使ったお寿司は、豪快な中にも丁寧な新鮮な素材への愛情が溢れている。

若尾寿司

〒027-0091 岩手県宮古市市町5-17
☎0193-62-8042

営業時間 10:00～19:00
夜 18:00～LO21:00
定休日 月曜日
席数 26席
駐車場 3台



肉質バツグンうまさ直撃

「いわて和牛」取扱推奨店である地元の精肉店「太田屋肉店」直営のお店。お肉さんならほのほの上品なお肉がリクエスト可能な焼肉を味わう。

七輪で炙られた肉は説明不要の美味さ。また店内に入ると真っ先に目に飛び込んできたのは、壁一面に書き込まれたサインの数々。復興のために立ち上がったライブハウス「クラブカウラ」の運営にも携わっているオーナーと、ミヨシヤンの繋がりが垣間見える。

七輪焼肉 もりもり

〒027-0083 岩手県宮古市大通3-1-31
☎0193-77-3929

営業時間 17:30～22:00
定休日 水曜日
席数 33席
駐車場 5台



漢方と牛・漢方三元豚が 味わえるのは 県内でここだけ！

大自然の中14種類のハーブを合わせたのびのび育った上質な和牛と三元豚。肉本来の旨味と食感を存分に味わうことができる。ヘルシーな脂は喉が乾かないように、食す人の体にも優しい。一頭丸ごと仕入れる事で、鮮度抜群の様々な部位を提供できる。毎週木曜日は大サービンス。500円ワンコインランチ。女性限定でデザートが付く。デザートが同時に開催される。

亀蔵家

〒027-0055 岩手県宮古市長根2-6-4
☎0193-77-3994

営業時間 12:00～14:00LO
17:00～LAST
（土・日・祝日 17:00～LAST）
定休日 月曜日
席数 100席
駐車場 48台