



where to eat

レストラン・カフェ

伝統食や特産品、
山の恵みを召し上がれ



① いろは堂

〒 鬼無里1687-1
☎ 0120-168-041
🕒 8:30-17:30
📌 火曜定休

拡大マップ



小麦粉にそば粉を混ぜた特製の皮に、ナスや野沢菜、カボチャなど旬の味を包み込んだ、おばあちゃんのぬくもり伝える「炉ばたのおやき」です。

③ そば処 鬼無里

〒 鬼無里1690
☎ 026-256-2428
🕒 10:00-16:00
📌 木曜定休(4月から11月は無休)

拡大マップ



地元のお母さん方が心を込めてつくる素朴な十割そば屋。奥裾花ダムにちなんだ「ダムカレー」も人気です。各種えごま商品のお土産も揃っています。

⑤ 野生酵母パン ソノマノ

〒 鬼無里日影419
☎ 026-256-1819
🕒 11:00-17:00
📌 水・土曜営業

MAP H-6



鬼無里で採れた野生の桑の実酵母を使い、鬼無里の薪を使った石窯でパンを焼いています。カフェでは醤油麹の石窯ピザや、サラダプレート、スープも提供。

⑦ 農家レストラン 素そばな亭

〒 鬼無里日影5947
☎ 026-256-3019
🕒 予約時のみオープン

MAP F-5



素朴な農家の一軒家で、手打ちそばや鬼無里に古くから伝わる乾燥野菜を使った料理が楽しめます。

② カフェ&ギャラリー いろはな

〒 鬼無里1687-1
☎ 026-256-2033
🕒 9:00-16:00
📌 冬季休業、その他の休日はいろは堂に準ずる

拡大マップ



いろは堂敷地内に併設されたカフェでは、おやきの生地をアレンジしたドーナツ「Oyakiji」やコーヒー、スイーツもご用意しています。

④ ホワイトタイム

〒 鬼無里1678-3
☎ 026-256-2232
📌 水曜定休
(春/秋季無休、冬季不定休)

拡大マップ



地元の山菜、きのこをつかった季節料理、すいとん定食、ダムカレーなどメニュー豊富なローカルレストランです。

⑥ 岳 -DAKE-

〒 鬼無里5933-1
☎ 026-256-2478
🕒 予約時のみオープン

MAP I-2



戸隠に抜ける県道36号線、大望峠近くのログハウス。ランチには、手づくりリーブシチューやチキンドリアもおすすめです。

⑧ 鬼無里の湯 レストラン大の一

〒 鬼無里日影8855
☎ 026-256-2140
🕒 11:00-14:00(休日-15:00)、
17:00-20:00
📌 年中無休(臨時休業あり)

MAP C-5



鬼無里の特産・えごまを使ったえごま御膳やダムカレー、そばや定食などとりどりのメニューでお待ちしております。日帰り温泉とあわせてご利用ください。



where to stay

宿泊

山菜料理や温泉、
もてなし方は宿それぞれ



こますや ② 古満寿屋旅館

〒 鬼無里286
☎ 026-256-2007

拡大マップ



ワラジの時代から旅籠を営む老舗旅館。戸隠と白馬のほぼ中間地点にあるため、旅の途中基地としても便利です。アルピコバス「松巖寺」バス停そば。

④ 山城屋館

〒 鬼無里392
☎ 026-256-2029

拡大マップ



街の中心に近い、こじんまりとした民宿。採りたての山菜やきのこ料理など鬼無里の味を十分に味わえます。アルピコバス「鬼無里仲町」バス停そば。

① 奥裾花温泉 鬼無里の湯 ホテル&コテージ

〒 鬼無里日影8855
☎ 026-256-2140

MAP C-5



本館はゆったりとした和室と洋室。長期滞在やグループ旅行には、キッチン付きのコテージを。薪で沸かした掛け流しの温泉は日帰り利用もできます。

③ 裾花館

〒 鬼無里13976-3
☎ 026-256-2137

MAP E-5



鬼女紅葉ゆかりの地やフットパス・谷の都コースを歩くのに便利。春は山菜料理、秋はきのこ料理が自慢。心をこめた手づくりの味を堪能できます。

⑤ 信州古民家の宿 燕 -EN-

〒 鬼無里日影6730-1
☎ 070-3392-1022

MAP E-5



築140年の古民家で、ゆったりゆったりした至福の時間。囲炉裏での箱膳、お風呂は檜。非日常の空間をお楽しみください。送迎は要相談。



where to buy

買い物

みんなの味方、
暮らしを支える商店



① そば処 鬼無里 拡大マップ

〒 鬼無里1690(旅の駅鬼無里内)
☎ 026-256-2428

えごま製品や「鬼無里の水芭蕉」、
山菜加工品などお土産販売。

③ 市星酒店 拡大マップ

〒 鬼無里271-4
☎ 026-256-2048

「鬼無里の水芭蕉」ほか各種酒
類やつまみ類、調味料を販売。

② e-store 鬼無里店 拡大マップ

〒 鬼無里228-1
☎ 026-256-2428

食料品、日用品販売の地元スー
パー。酒類も販売しています。

④ 山城屋商店 拡大マップ

〒 鬼無里392
☎ 026-256-2029

食料品、日用品販売の地元商
店。民宿山城屋館の隣です。