東京版

いらっしゃいませ

TAKE FREE

長野県ゆかりの飲食店 GUIDE

Guide to restaurants associated with Nagano Prefecture



しあわせ信州

銀座NAGANO
しあわせ信州シェアスペース

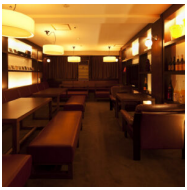
長野県PRキャラクター「アルクマ」©長野県アルクマ



23区東部 和食 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身 信州人集

神田 木花（かんだ このはな）

北信、中信、東信、南信、信州地酒を数多くご用意しております。諏訪（下諏訪）出身オーナーの和食店です。お仲間さんと気軽な会食にも、ご接待など特別なお席にも是非ご利用ください。郷土料理のお店ではありませんが、信州の食材やお料理もご提供しております。全国各地より日々届く素晴らしいお酒とともに、木花（このはな）の職人たちがひと手間もふた手間も惜しまずにお作りする一品一品のお料理を是非ご堪能ください。是非お飲みいただきたい一本や季節のおススメなどなど、日々80種類ほどご用意する日本酒の中から、あなたのお好みのお酒を見つけてみてください。
■〒101-0047東京都千代田区内神田3-5-3 矢萩第二ビル１F■営業時間：ランチ 11:30～14:00（LO13:30） 夜 17:00～22:00（LO21:00)■休日：土・日・祝日 その他：お正月・GW・お盆■電話：03-3254-4533■Web：https://www.kono-hana.com/



23区東部 洋食・レストラン 肉料理 信州食材

OSAKAきっちん銀座本店

鉄板焼お好み焼きの飲食店です。カウンターの鉄板を使ったお料理はダイナミックにシェフが調理いたします。季節の素材を使った焼き野菜や日本各地から取り寄せた旬の食材をOSAKA スタイルでアレンジしてお出しします。お好み焼きはレストランガイドブックで過去に認定された一級品。本場大阪の味を職人が丁寧に焼き上げます。また、鉄板焼の代表メニューである国産和牛のステーキは日本全国から仕入れておりますが、特に長野県産の信州牛がオススメ。

■〒104-0061東京都中央区銀座4-14-19 グレートビル２F■営業時間：月曜日～金曜日17:00～23:00（ラストオーダー22:00）土曜日曜祝日ランチタイム11:30～15:00（ラストオーダー14:00)ディナータイム17:00～22:00（ラストオーダー21:00)■休日：なし■電話：03-6228-4951■Web：https://osaka-kitchen.com/



23区東部 洋食・レストラン 肉料理 信州食材

OSAKAきっちん虎ノ門店

鉄板焼お好み焼きの飲食店です。カウンターの鉄板を使ったお料理はダイナミックにシェフが調理いたします。季節の素材を使った焼き野菜や日本各地から取り寄せた旬の食材をOSAKA スタイルでアレンジしてお出しします。お好み焼きはレストランガイドブックで過去に認定された一級品。本場大阪の味を職人が丁寧に焼き上げます。また、鉄板焼の代表メニューである国産和牛のステーキは日本全国から仕入れておりますが、特に長野県産の信州牛がオススメ。

■〒105-0001東京都港区虎ノ門3-4-7 36森ビルB1F■営業時間：月曜日～金曜日ランチタイム11:30～14:00 ディナータイム17:00～23:00（ラストオーダー22:00）■休日：土曜日、日曜日定休日■電話：03-6450-1898■Web：https://osaka-kitchen.com/



23区西部 洋食・レストラン 肉料理 信州食材

神楽坂OSAKAきっちん

鉄板焼お好み焼きの飲食店です。カウンターの鉄板を使ったお料理はダイナミックにシェフが調理いたします。季節の素材を使った焼き野菜や日本各地から取り寄せた旬の食材をOSAKA スタイルでアレンジしてお出しします。お好み焼きはレストランガイドブックで過去に認定された一級品。本場大阪の味を職人が丁寧に焼き上げます。また、鉄板焼の代表メニューである国産和牛のステーキは日本全国から仕入れておりますが、特に長野県産の信州牛がオススメ。

■〒162-0825東京都新宿区神楽坂2-20■営業時間：月曜日～土曜日17:00～23:00（ラストオーダー22:00)■休日：日曜日定休日■電話：03-6457-5950■Web：https://osaka-kitchen.com/



23区東部 洋食・レストラン 肉料理 信州食材

OSAKAきっちん人形町店

鉄板焼お好み焼きの飲食店です。カウンターの鉄板を使ったお料理はダイナミックにシェフが調理いたします。季節の素材を使った焼き野菜や日本各地から取り寄せた旬の食材をOSAKA スタイルでアレンジしてお出しします。お好み焼きはレストランガイドブックで過去に認定された一級品。本場大阪の味を職人が丁寧に焼き上げます。また、鉄板焼の代表メニューである国産和牛のステーキは日本全国から仕入れておりますが、特に長野県産の信州牛がオススメ。

■〒103-0013東京都中央区人形町3-3-10 日本橋TECビルB1F■営業時間：月曜日～土曜日17:00～23:00（ラストオーダー22:00) ■休日：日曜日定休日■電話：03-6661-1613■Web：https://osaka-kitchen.com/



23区東部 洋食・レストラン 肉料理 信州食材

maido OSAKAきっちん　コレド室町テラス店

鉄板焼お好み焼きの飲食店です。カウンターの鉄板を使ったお料理はダイナミックにシェフが調理いたします。季節の素材を使った焼き野菜や日本各地から取り寄せた旬の食材をOSAKA スタイルでアレンジしてお出しします。お好み焼きはレストランガイドブックで過去に認定された一級品。本場大阪の味を職人が丁寧に焼き上げます。また、鉄板焼の代表メニューである国産和牛のステーキは日本全国から仕入れておりますが、特に長野県産の信州牛がオススメ。

■〒103-0022東京都中央区日本橋室町3-2-1 コレド室町テラスB1F■営業時間：ランチタイム11:30～15:00ディナータイム17:00～23:00（ラストオーダー22:00) ■休日：なし ■電話：03-6665-0996■Web：https://osaka-kitchen.com/



多摩北部 洋食・レストラン 信州食材 信州出身

ヴィネリアハーヴェスト

吉祥寺でイタリア料理と自然派ワインを取り扱うお店です。地元長野県の食材やお酒を取り入れて独創的なイタリア料理を提供しております。小さいお店ですのでご来店の際はご連絡頂けますよう宜しくお願いします。

■〒180-0004東京都武蔵野市吉祥寺本町2-10-2田中ビル地下1階■営業時間：18:00～24:00■休日：火曜定休と不定期連休■電話：0422227688■Web：https://instagram.com/vineria_harvest?igshid=YmMyMTA2M2Y=



23区西部 洋食・レストラン 信州お酒 信州出身

カジュアルダイニング　Granna/グランナ　新宿中村屋

世界各国の料理を中村屋のエッセンスを加えてご提案するレストランです。国内ワイナリーを歩いて集めたソムリエおすすめの70種類以上の日本ワインもご堪能いただけます。お好みのワインを片手に、シェフ自慢のお料理をお楽しみください。

■〒160-0022東京都新宿区新宿3-26-13 新宿中村屋ビル8F■営業時間：月～土 11:30～22:00（LO 21:00）日・祝 11:30～21:00（LO 20:00)■休日：1月1日■電話：03-3352-6167 ※ご予約を承ります■Web：https://www.nakamuraya.co.jp/granna/



23区西部 洋食・レストラン カフェ・スイーツ 信州お酒 信州出身

レストラン＆カフェ　Manna/マンナ 新宿中村屋

“恋と革命の味”純印度式カリーをはじめとした、中村屋を代表するメニューを提供するレストランです。時を越えて伝わる伝統の味をお楽しみください。

■〒160-0022東京都新宿区新宿3-26-13 新宿中村屋ビルB2F■営業時間：11:00～22:00（LO 21:30）■休日：1月1日■電話：03-5362-7501 ※ご予約はお受けしておりません■Web：https://www.nakamuraya.co.jp/manna/



23区西部 | カフェ・スイーツ | 信州お酒 | 信州出身

スイーツ＆デリカ　Bonna/ボンナ　新宿中村屋

店内で菓子職人が仕上げる和洋菓子や揚げたての特製カリーパン、シェフが作るレストラン仕様の本格的な総菜などをお届けする食のショッピングフロア。

■〒160-0022東京都新宿区新宿3-26-13 新宿中村屋ビルB1F■営業時間：10:30～19:30■休日：1月1日■電話：03-5362-7507■Web：https://www.nakamuraya.co.jp/bonna/



23区東部 | 和食 | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

すきやきの若松

【87.9%の方がリピートする"すきやき"をこよなく愛する人のための隠れ家名店】松阪牛と赤身の短角和牛、厳選した24種の極上ブランド和牛の3種食べ比べ。天然素材のみで作った「琥珀」の割り下は甘すぎず上品な味わい。野菜ソムリエが毎月こだわり抜いた12種類の旬野菜をご提供。ご飯は天然軟水で炊いた食味ランク8年連続最高特Aプラチナ米。「お肉と野菜を違う種類の卵で食べるこんなに美味しいすき焼きは初めて」と喜びの声を頂いております。

■〒104-0045東京都中央区築地2-12-16 イースト銀座ビル2階■営業時間：11:00-14:30（LO14:00）、17:00-22:00（最終入店 20:00）■休日：毎週日曜日■電話：03-6264-2825■Web：https://www.ftofork.com/



23区東部 | 居酒屋・バー | 信州お酒 | 信州出身

日本橋 三度

上田市出身の店主が「地域に根差す和食の美味しいお店」をコンセプトに手間ひまかけて仕込んでおります。季節の食材の素材を活かしたお料理と和食に合う店主の出身地である「信州」の地酒はもとより長野ワインやシャンパーニュなど多種揃えております。

■〒104-0033東京都中央区新川2-6-14 新川2-6ビル1F■営業時間：17:00 - 22:00 （ラストオーダー 料理21:00 ドリンク21:30）■休日：土日祝日 ※長期休暇に関しましては都度調整■電話：03-6262-6320■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1302/A130203/13252696



23区西部 和食 肉料理 信州出身

とんかつ　まい泉　青山本店レストラン

「とんかつ まい泉」は長野県出身の一介の主婦が立ち上げました。1965年の創業以来「箸で切れるやわらかなとんかつ」をお届けしている東京・青山のとんかつ店です。職人が一枚一枚丁寧にパン粉をつけて、お客様の美味しい笑顔のために揚げています。お子様からお歳を召された方まで、最近では外国のお客様も多く来店されています。

■〒150-0001東京都渋谷区神宮前4-8-5■営業時間：11:00～22:00 ※変更となる場合があります■休日：土日祝営業 ※変更となる場合があります■電話：050-3188-5802■Web：https://mai-sen.com/



23区東部 居酒屋・バー 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身 信州人集

水天宮酒場 ゴチ

信州食材郷土料理と地酒・旬の食材の居酒屋「信州をもっと東京で広めたい！」をスローガンに掲げ、2016年にオープンした居酒屋です。松本山賊焼・まつもと鍋・川中島納豆・安曇野わさび漬等々ここに来れば信州を体験出来る！そんな空間作りを目指しています。既に山雅サポーターさんを始め在京の方も多数御来店中！ 飲み会に、記念の宴に、旅行の際に、あらゆるシーンで御利用ください。

■〒103-0013東京都中央区日本橋人形町1-13-9■営業時間：17:30～22:30■休日：日・祝日■電話：03-3664-1139■Web：https://gochi2016.gorp.jp



23区東部 和食 居酒屋・バー 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒

信州松本ヒカリヤ

信州産蕎麦粉を使用した十割蕎麦をご提供する【信州松本ヒカリヤ】。風味の良い蕎麦は、店舗自家製の打ち立てにこだわっております。また、信州の郷土料理「山賊焼き」やお酒のお供にぴったりな逸品料理、名物料理が味わえる宴会コースもご用意。和の趣き溢れる温かい雰囲気の店内は貸切にも対応しておりますので、仕事帰りの一杯や団体宴会にもご利用いただけます。信州の地酒を愉しみながら、お寛ぎのひと時をお過ごしください。

■〒100-7005東京都千代田区丸の内2－7－2 JPタワーKITTE 5階■営業時間：11：00～14：30、17：00～21：00（LO20：30）※変動あり■休日：元旦



23区東部 | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身 | 信州人集

正味亭 尾和

店主は上田市育ちで、東信と南信のハーフです。信州の食材とお酒をできる限りご提供するように努めております。常時ご提供しているのは上田名物美味だれ鳥焼きと、信州味噌でやさしい味わいのもつ煮込みです。そのほかにも、時期によって春山菜や野沢菜などもご提供しております。飯田市の幻の高級食材、「千代幻豚」とレタスのしゃぶしゃぶがあるときはぜひご賞味ください。席料を頂く代わりに、お料理とお酒の価格を抑えております。

■〒105-0004東京都東京都港区新橋２－２０－１５ 新橋駅前ビル1号館2階■営業時間：ランチ１２時～１３時１５分 ディナー１７時～２３時■休日：日曜祝日 土曜は不定休■電話：０３－６２６４－５０３３■Web：https://www.facebook.com/shomitei



23区東部 | 和食 | 信州食材 | 信州お酒

はも・天然ふぐ 銀座福和

「大切な人の大切な日に」四季折々の旬の食材を日本全国から選び抜き、心を込めて満足のいくお料理に仕上げました。心ゆくまでご賞味ください。

■〒104-0061東京都中央区銀座7-2-8 高谷銀座ビル7階■営業時間：AM11:45～PM14:00 PM17:00～22:00■休日：日曜日・祝日■電話：03-3572-5290■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1301/A130101/13156139/



23区西部 | カフェ・スイーツ | 信州食材

ブランジェ浅野屋 自由が丘店

東急東横線自由が丘駅から歩いて2分、軽井沢に本店を構えるブランジェ浅野屋自由が丘店です。店内のショーケースには、併設する工場で焼いた焼き立てのパンがずらりと並び、香ばしい香りが広がります。2階のイートインスペースも広く、お選びいただいたパンはもちろん、モーニングメニューやランチメニューもございます。窓際のカウンター席からは電車がよく見え、行き交う電車を眺めながらパンを召し上がるお客様が多く、ゆっくりと過ごしたいときにおすすめです。

■〒152-0035東京都目黒区自由が丘2-13-1 Trainchi D棟■営業時間：8:30～20:00■休日：無休■電話：03-5731-6950■Web：https://b-asanoya.com/



23区西部 | 和食 | 麺料理 | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身 | 信州人集

佳蕎庵 くぼた

本格手打ちそばを信州の地酒とともに上質な国内産そば粉と北海道の小麦粉を使用した、コシのある二八そば。つゆは長崎枕崎の本枯節を使った江戸前の辛口仕立て。手打ちそばのほか、信州の生クルミを入れた「そば焼き味噌」、「蔵王鴨の陶板焼き」、「信州の漬物」、築地仕入れの旬の魚介など。また、春には山菜、秋にはキノコと松本出身の店主自らが採取して調理する、季節を感じるそば前も充実。60種類以上揃えられた信州の地酒と合せてどうぞ。

■〒160-0007 東京都新宿区荒木町7番地 森戸ビル2階■営業時間：月～金 17:30～22:30（L.O.21:30）土 17:30～22:00（L.O.21:00）■休日：日・祝 月と土で各曜日1日ずつ■電話：090-1054-9102■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1309/A130903/13160722/



23区東部 | 和食 | 居酒屋・バー | 麺料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

発芽十割蕎麦の店　湯島春近

上田市（おお西）ゆかりの「発芽蕎麦」を独自の方法で、旨い、甘い、栄養価の高い「発芽十割蕎麦」に仕上げました。蕎麦は炭水化物のほか、タンパク質、ビタミン、ミネラル、ルチンなどを多く含み、しかも抜き実を2日間水に浸すことでGABA（γ-アミノ酪酸）値は30倍から40倍になります。また、発芽の際に炭水化物が糖化されるため、甘い蕎麦に変貌します。湯島春近はいわゆる蕎麦前料理も和食以外にも広げたのが特徴。酒類も各種。和気あいあい楽しめる店です。

■〒113-0034東京都文京区湯島3-47-10 湯島桃林堂ビル1階■営業時間：水、木、金曜日17:30-25:00 土、日、祝日12:00-15:00 17:30-23:00■休日：月、火曜日■電話：090-7733-3408



23区東部 | 居酒屋・バー | 麺料理 | 肉料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

焼肉居酒屋みのわ

「焼肉居酒屋みのわ」は長野県箕輪町出身の2人が心を込めて運営するお店です。店内には箕輪町の豊かな自然と地域の温かさ、故郷の愛と情熱が込められています。この場所で笑顔と会話が溢れ、皆様に心地よいひと時を過ごしていただければ幸いです。ご来店をお待ちしております。

■〒130-0002東京都東京都墨田区業平2-12-1 1F■営業時間：昼11時30分～15時 夜17時～23時土日は11時30分～23時 火曜は17時～23時■休日：無し ※臨時店休の場合は、インスタグラムや店頭にてその都度告知■電話：03-4210-2042■Web：https://yakinikuminowa.owst.jp/



多摩北部 | 居酒屋・バー | 信州お酒

よなよなビアワークス 吉祥寺店

日本NO.1のクラフトビール「よなよなエール」をつくるヤッホーブルーイングのドラフトビールを最も多く味わうことができる、ビアレストランです。2013年、赤坂見附に1号店をオープンし、現在では都内に8店舗展開しています。お料理は、クラフトビールとの相性が良いローストチキンやクラフトソーセージ、契約農家から取り寄せた産直野菜を使ったメニューなど、豊富に取り揃えています。

■〒180-0004東京都武蔵野市吉祥寺本町1-8-10 吉祥寺ビル B1F■営業時間：平日 11:30～23:00 土日祝 11:30～23:00■休日：年末年始■電話：050-3116-8633■Web：https://yonayonabeerworks.com/



23区西部 | 洋食・レストラン | 肉料理 | 信州食材 | 信州出身

LODGE BISTRO SARU（学芸大学）

山の別荘で食事をしてるような楽しさと温かさを味わえるアットホームなビストロです。お料理は日本食材を使い、ハムやパテなどお肉の凝縮した味わいが楽しめるシャルキュトリーをはじめ、信州サーモンのカルパッチョや安曇野ニジマスのコンフィといった前菜メニューが充実。それに合わせるワインはロゼワインを多く取り揃えました。そしてメインディッシュには溶岩石で豪快にグリルした肉料理。なかでも安曇野放牧豚のグリルはオープン時から不動の人気です。

■〒152-0004東京都目黒区鷹番2丁目16−12 エスケイリビングビル1F■営業時間：LUNCH 11:30～15:00(L.O.14:00) DINNER 月～金 17:30～23:00(L.O.22:00)、土 17:00～23:00(L.O.22:00)、日・祝 17:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：050-5266-0493■Web：https://saru-gakugeidaigaku.jp



23区西部 | 居酒屋・バー | 信州お酒

よなよなビアワークス 恵比寿東口店

日本NO.1のクラフトビール「よなよなエール」をつくるヤッホーブルーイングのドラフトビールを最も多く味わうことができる、ビアレストランです。2013年、赤坂見附に1号店をオープンし、現在では都内に8店舗展開しています。お料理は、クラフトビールとの相性が良いローストチキンやクラフトソーセージ、契約農家から取り寄せた産直野菜を使ったメニューなど、豊富に取り揃えています。

■〒150-0013東京都渋谷区恵比寿1-8-4 COCOSPACE 恵比寿 1F■営業時間：平日 14:00～23:00 土日祝 11:30～23:00■休日：年末年始■電話：050-3116-8678■Web：https://yonayonabeerworks.com/



23区西部 洋食・レストラン 信州食材 信州お酒

キッチン＆ワイン　AGARIS神楽坂

日本全国各地の食材を丁寧に和食出身のシェフが日仏ビストロ料理に！長野県美ヶ原ジビエの「鹿」料理や信州サーモン、高知県宿毛産の鮮魚や神奈川県三浦市の契約農家から届く野菜など素材本来の良さを楽しめます。そして日本全国各地のワインも自慢で、現在300種以上の日本ワインを用意しております。

■〒162-0825東京都新宿区神楽坂4-3 楽山ビルB1F■営業時間：11:30～15:00(lo14:00) 18:00～23:00(lo22:00)■休日：定休日なし 不定休■電話：03-5229-0141■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1309/A130905/13118584/



23区西部 居酒屋・バー 信州食材 信州お酒 信州出身 信州人集

学芸大学BAR　CHA爛PO走

松本市出身の店主が本格窯焼きピザやお酒と相性のよいおつまみを豊富にご用意。各地のワインや信州の日本酒・クラフトビールとともにお愉しみください。テレビモニターではスポーツ観戦もできます。テラス席もあり、デートや女子会、ママ会やサク飲みなどシーンにあわせてお気軽にご利用いただけます。

■〒152-0004東京都目黒区鷹番2-21-4 ホワイトハイム鷹番101■営業時間：１２：００～１５：００，１７：００～０：００■休日：不定休■電話：03-6412-8551■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1317/A131702/13114495/



多摩北部 カフェ・スイーツ 信州食材 信州お酒 信州出身 信州人集

FAVERS

信州の食を発信するローカルフードの専門店。南信州の旬の果物や野菜を産地直送にて販売いたします。

■〒190-0014東京都立川市緑町3-1 GREEN SPRINGS 105■営業時間：AM10:00～PM7:00■休日：終日営業 施設休館日のみ休み■電話：042-595-8688■Web：https://www.instagram.com/favers_from_shinano/



23区東部 | 居酒屋・バー | 信州お酒

よなよなビアワークス 新虎通り店

日本NO.1のクラフトビール「よなよなエール」をつくるヤッホーブルーイングのドラフトビールを最も多く味わうことができる、ビアレストランです。2013年、赤坂見附に1号店をオープンし、現在では都内に8店舗展開しています。お料理は、クラフトビールとの相性が良いローストチキンやクラフトソーセージ、契約農家から取り寄せた産直野菜を使ったメニューなど、豊富に取り揃えています。

■〒105-0004東京都港区新橋4-1-1新虎通りＣＯＲＥ 2F■営業時間：平日11:30～15:00 17:00～23:00 土日祝 12:00～22:00■休日：年末年始■電話：050-3116-8721■Web：https://yonayonabeerworks.com/



23区東部 | 和食 | 信州食材 | 信州お酒

GINZA 豉 KUKI

銀座駅近の隠れ家的空間で頂く日本料理。旬の食材と味噌をはじめ様々な発酵食品を使って身体に優しい料理に仕上げました。じっくりとゆったりとお過ごしいただける空間、そして料理のストーリーを奏でる器。長野の地で八十年余に渡り、味噌の醸造にひたすら向き合ってきた「ひかり味噌」が発酵と熟成を「豉」という新たな形に変え心を尽くしおもてなし致します。こだわりの日本酒、ワイン、オリジナルドリンクなど、50種類以上のお飲み物を取り揃えております。お一人お一人のお客様に合わせたサービスで、大切な方との貴重な時間をお過ごしください。
■〒104-0061東京都中央区銀座５－９－１６ GINZA A-5 4階■営業時間：平日：17:30～22:00 土曜日：17:00～22:00■休日：日曜、祝日、第２、第４月曜日 夏季、GW、年末年始■電話：03-3572-5433■Web：https://ginzakuki.com/



23区西部 | 洋食・レストラン | 肉料理 | 魚料理 | 信州食材 | 信州お酒 | 信州出身

MAEN Sake pairing restaurant

『日本酒の新しい魅力を伝えたい』日本酒をこよなく愛する二人が繰り出す料理と日本酒の新感覚のペアリング。二人のルーツである長野・徳島の食材を使用した創作料理は現地に足を運び、生産者の想いまで知った上で大切に調理。それに合わせるは、提供する温度帯にまでこだわった厳選日本酒。料理と日本酒の美味しさが重なり、今までにない口福が…美味しさのその先の「感動体験」をお楽しみ下さい。

■〒150-0012東京都渋谷区広尾1-16-1 EbisuHirooSquare7階■営業時間：12:00～15:00 17:00～23:00(LO22:30)■休日：毎週水曜日 その他不定休有り■電話：070-8547-7054



23区東部 | 洋食・レストラン | 肉料理 | 信州食材 | 信州出身

MK Farmers ＆ Grill

Farm to kitchenスタッフ自ら訪ねることで出会える食材を求めて地方を旅して見つけた人のこだわりや美味しい食材を直接仕入れることにより生産者とお客様を料理で繋ぎます。長野県東御市の信州プレミアム牛の峯村牛や八ヶ岳の麓で育ったボヌムテッレの野菜など、食材にこだわり料理が楽しみになる街イタリアン。

■〒103-0014東京都中央区日本橋蛎殻町2-14-4■営業時間：Lunch 11:30～14:30 Dinner 17:00～23:00■休日：毎週月曜、隔週火曜■電話：03-3527-2239■Web：https://www.rustic-kitchen.net/mk



23区西部 | 居酒屋・バー | 信州お酒

よなよなビアワークス 新宿東口店

日本NO.1のクラフトビール「よなよなエール」をつくるヤッホーブルーイングのドラフトビールを最も多く味わうことができる、ビアレストランです。2013年、赤坂見附に1号店をオープンし、現在では都内に8店舗展開しています。お料理は、クラフトビールとの相性が良いローストチキンやクラフトソーセージ、契約農家から取り寄せた産直野菜を使ったメニューなど、豊富に取り揃えています。

■〒160-0022東京都新宿区新宿3-28-10 ヒューマックスパビリオン新宿東口 B1F■営業時間：平日 12:00～23:00 土日祝 11:30～23:00■休日：年末年始■電話：050-3116-8547■Web：https://yonayonabeerworks.com/



和食 | カフェ・スイーツ | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州出身

OYAKI CAFE キイロ

信州のソウルフード、おやきが楽しめるカフェ。生地には長野県産の地粉、きび糖、自然塩、天然酵母を使用しています。定番「肉味噌となす」の他、「キーマカレーとチーズ」、生野菜たっぷりの「バジルチキンサンド」など、様々な年代の方に喜ばれるおやきメニューと、よもぎ を使った「和ハーブレモネード」やルイボスティーをベースにした「チャイ」などのオリジナルドリンクも人気です。看板犬のムギ副店長（ラブラドールレトリバー）とお待ちしております。

■〒184-0002東京都小金井市梶野町5-9-8■営業時間：10:30~18:00■休日：日・月■電話：042-316-3109■Web：https://kiiro.superball.jp/



23区東部 | 居酒屋・バー | 信州お酒

よなよなビアワークス 神田店

日本NO.1のクラフトビール「よなよなエール」をつくるヤッホーブルーイングのドラフトビールを最も多く味わうことができる、ビアレストランです。2013年、赤坂見附に1号店をオープンし、現在では都内に8店舗展開しています。お料理は、クラフトビールとの相性が良いローストチキンやクラフトソーセージ、契約農家から取り寄せた産直野菜を使ったメニューなど、豊富に取り揃えています。

■〒101-0041東京都千代田区神田須田町1-24-6 ACN神田須田町ビル1F■営業時間：平日16:00～23:00 土日祝11:30～23:00■休日：年末年始■電話：050-3116-3173■Web：https://yonayonabeerworks.com/



23区東部 | 居酒屋・バー | 信州お酒

よなよなビアワークス 青山店

日本NO.1のクラフトビール「よなよなエール」をつくるヤッホーブルーイングのドラフトビールを最も多く味わうことができる、ビアレストランです。2013年、赤坂見附に1号店をオープンし、現在では都内に8店舗展開しています。お料理は、クラフトビールとの相性が良いローストチキンやクラフトソーセージ、契約農家から取り寄せた産直野菜を使ったメニューなど、豊富に取り揃えています。

■〒107-0062東京都港区南青山3-18-20 松本ビル B1F■営業時間：平日16:00～23:00 土日祝11:30～23:00■休日：年末年始■電話：050-3032-2169■Web：https://yonayonabeerworks.com/



23区東部 | 和食 | 麺料理 | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

KAWAKAMI-AN TOKYO

気の利いた肴とともに地酒を楽しみ、そばでしめる。そんな粋な"蕎麦屋酒"を、今の暮らしに。そばは信州産に加え、国内外の良質な蕎麦の実を集めて石臼で自家製粉し、粗挽きのそば粉ときれいな水で打つ「二八そば」を提供。軽井沢発祥の店として信州産の豆腐、有機野菜を用いた料理、日本酒からワインまで料理も酒も豊富です。

■〒107-0061東京都港区北青山2-14-4 the ARGYLE aoyama 2F■営業時間：昼11：00～17：00 / 夜17：00～22：30（21：30 LO）■休日：なし■電話：03-6432-9011■Web：https://www.kawakamian.com/shops/tokyo.php



23区東部 和食 麺料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身

青山 川上庵

気の利いた肴とともに地酒を楽しみ、そばでしめる。そんな粋な"蕎麦屋酒"を、今の暮らしに。そばは信州産に加え、国内外の良質な蕎麦の実を集めて石臼で自家製粉し、粗挽きのそば粉ときれいな水で打つ「二八そば」を提供。軽井沢発祥の店として信州産の豆腐、有機野菜を用いた料理、日本酒からワインまで料理も酒も豊富です。

■〒107-0062東京都港区南青山3-14-1■営業時間：昼11：00～16：00 / 夜16：00～22：30（21：30 LO）■休日：なし■電話：03-5411-7171■Web：https://www.kawakamian.com/shops/aoyama.php



23区東部 和食 居酒屋・バー 信州お酒 信州出身 信州人集

押上文庫

長野市出身、松本市に実家のある店主の店です。信州の有名なものからあまり見かけないお酒まで最高の器でお楽しみいただけます。信州関連や文化的なイベントを定期的に開催いたしております。お酒と文化の融合を楽しんでいただければ嬉しく思います。

■〒131-0045東京都墨田区押上３－１０－９■営業時間：平日18時から２３時まで、土日祝１７時から２３時まで■休日：月火■電話：03-3617-7471■Web：https://oshiagebunco.jimdosite.com



23区東部 和食 麺料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身

麻布 川上庵

気の利いた肴とともに地酒を楽しみ、そばでしめる。そんな粋な"蕎麦屋酒"を、今の暮らしに。そばは信州産に加え、国内外の良質な蕎麦の実を集めて石臼で自家製粉し、粗挽きのそば粉ときれいな水で打つ「二八そば」を提供。軽井沢発祥の店として信州産の豆腐、有機野菜を用いた料理、日本酒からワインまで料理も酒も豊富です。

■〒106-0045東京都港区麻布十番3-5-7 カジタビルB1F■営業時間：昼11：00～16：00 / 夜16：00～22：30（21：30 LO）■休日：なし■電話：03-5439-5757■Web：https://www.kawakamian.com/shops/azabu.php



23区西部 | 和食 | 麺料理 | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

酢重 Indigo 渋谷ストリーム

蕎麦、和食、酒を柱に和の食空間を提案するレストラン。ランチには田舎太打ち麺をさまざまな具材で楽しめる蕎麦と、十穀玄米を用いた身体に優しいメニューを。夜はアジア各地の調味料を効かせた一品料理を。信州の銘酒やワインとともに、酢重の新しい和の提案を、モダンで開放的な空間とともにお楽しみいただけます。

■〒150-0002東京都渋谷区渋谷3-21-3 渋谷ストリーム2F■営業時間：11：00～22：30（21：30 LO）■休日：なし■電話：03-3400-8850■Web：https://www.suju-masayuki.com/shops/indigo.php



23区東部 | 居酒屋・バー | 信州お酒 | 信州出身 | 信州人集

いずみ

ずっとそこにある。それは長らく『いずみ』が皆様よりご愛顧いただき、憩いの場であり続けたということ。本物の『昔ながら』がここにあります。今日も帰りに一杯いかがですか

■〒112-0005東京都文京区水道2-4-4■営業時間：平日17-23.30土曜日17-23.00■休日：日曜日、祝日（土曜日祝日は営業の可能性有り）■電話：03-3815-6594■Web：http://i-zu-mi.jp



23区東部 | 和食 | 魚料理 | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

酢重ダイニング 新丸の内ビル

信州の風土が香る料理と銅釜で炊くご飯を、先端の街を舞台に、モダンな雰囲気で楽しむ。江戸時代からの屋号"酢重"を冠し、味噌・醤油など調味料を中心に信州の食材を使った和食を提供する食事処。軽井沢で活躍する鍛造作家、寺山光廣氏による姿も美しい手打ちの銅釜で炊かれるご飯はツヤと米の立ち方が違うと好評で、その白米と玄米に合う料理と酒が巧みに組み合わされています。

■〒100-6505東京都千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビル5F■営業時間：昼11：00～16：00 / 夜16：00～22：30（21：30 LO）■休日：なし■電話：03-5224-8686■Web：https://www.suju-masayuki.com/shops/marunouchi.php



23区東部 和食 肉料理 信州食材 信州お酒

人形町今半　人形町本店

１階『喜扇亭』では鉄板焼ステーキを、２階『人形町今半』ではすき焼・しゃぶしゃぶをはじめとした日本料理をご提供しております。近隣に精肉店、惣菜店もございますので、人形町にお越しの際は是非お立ち寄りくださいませ。
＜都内店舗もご利用ください＞上野広小路店／新宿髙島屋店／新宿小田急第一生命ビル店／有楽町店／銀座店／池袋東武店／東京ガーデンテラス紀尾井町店／日本橋髙島屋S.C.店／羽田空港第3ターミナル店／池上本門寺店／今半万窯 新宿サザンタワー店／喜扇亭 東京ミッドタウン店／芳味亭 人形町本店
■〒103-0013東京都中央区日本橋人形町2-9-12■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00（L.O.21:00）■休日：不定休■電話：03-3666-7006■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区東部 和食 魚料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身

酢重ダイニング 六角 東京ミッドタウン

信州の風土が香る料理と銅釜で炊くご飯を、先端の街を舞台に、モダンな雰囲気で楽しむ。江戸時代からの屋号"酢重"を冠し、味噌・醤油など調味料を中心に信州の食材を使った和食を提供する食事処。軽井沢で活躍する鍛造作家、寺山光廣氏による姿も美しい手打ちの銅釜で炊かれるご飯はツヤと米の立ち方が違うと好評で、その白米と玄米に合う料理と酒が巧みに組み合わされています。

■〒107-0052東京都港区赤坂9-7-4 東京ミッドタウン ガレリアガーデンテラス2F■営業時間：昼11：00～16：00 / 夜16：00～23：00（22：00 LO）■休日：なし■電話：03-5785-1717■Web：https://www.suju-masayuki.com/shops/roppongi.php



23区東部 居酒屋・バー 信州お酒

日本ワインの店　かくはち

日本ワインがグラスで楽しめるお店です。 カウンター6席、テーブル2つのこじんまりしたお店ですので、ゆっくりとワインを楽しむことができます。 日本のクラフトビールも常時3種類揃えています。 お一人様でも気軽に立ち寄れるお店です。

■〒108-0023東京都港区芝浦2−16−10 ラナビル3階■営業時間：月～金曜日 17時～23時/土曜日 15時～22時■休日：日・祝日■電話：03-6271-9618■Web：http://kakuhati-nihonwine.com/



多摩北部 和食 信州お酒

和食たか田

当店は長野の銘酒《大信州》をこよなく愛する和食店です。常時40アイテム程の日本酒をご用意し、その内10アイテム程が大信州酒造です。蔵元とも頻繁に連絡をしてその時々の旨し大信州をお楽しみ頂けます。時には蔵元秘蔵の酒も!当店主は築地料亭《新喜楽》で10年間修行、師事した村島調理長はその昔、赤坂の料亭《星岡茶寮》にて北大路魯山人の右腕でした。魯山人からみて私は直系の孫弟子に当たります。たか田でも魯山人ゆかりの料理をお出ししております。

■〒183-0056東京都府中市寿町2-3-1 レールサイド寿 1F■営業時間：11:30～13:30 17:30～22:30（L.O 21:30）■休日：定休日 日曜日■電話：042-366-4199■Web：http://www.washoku-takada.com/



23区東部 和食 麺料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身

酢重正之 楽 新丸の内ビル

酢重ダイニングを手がける信州の味噌醤油屋・酢重正之商店の、気軽にさっと立ち寄れる新業態。ランチには田舎太打ち麺をさまざまな具材で楽しめる蕎麦や、夜はつまみで一杯。

■〒100-6590東京都千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビルB1F■営業時間：昼11：00～17：00 / 夜17：00～21：00（20：30 LO）■休日：なし■電話：03-5218-5050■Web：https://www.suju-masayuki.com/shops/raku.php



23区東部 和食 麺料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身 信州人集

銀座 真田 SIX

洗練された空間に、調和する酒と料理。信州の大自然を感じながら上質なひとときを。広い店内はガラス張りで開放感があり、少人数はもちろん、歓送迎会などでもお寛ぎいただけます。豊富な信州地酒、ワインと美味しい料理、〆の蕎麦までお楽しみいただけます。中央通りに面し、4丁目の時計台を眺めることができる銀座ならではの景色を信州の季節の食材をふんだんに使ったお料理とともに。

■〒104-0061東京都中央区銀座6-10-1 GNZA SIX6F■営業時間：昼11：00～16：00 / 夜16：00～23：00（22：00 LO）■休日：なし■電話：03-3573-8871■Web：https://www.ginza-sanada.com/shop/ginzasix.php



23区東部 和食 居酒屋・バー 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒

信州酒房 蓼科庵 ～たてしなあん～

都内の中心で信州を楽しむ！！【おすすめポイント①】信州より直送の蕎麦！しっかりしたコシとつるつるののどごしが自慢の蕎麦。鰹出汁がベースのそばつゆとも相性抜群です。【おすすめポイント②】こだわりのお酒！長野を代表する日本酒・焼酎はもちろん定番としつつ、利き酒師が旬のお酒を厳選します。【おすすめポイント③】雰囲気自慢の店内！木目調の落ち着いた店内ですが連日大賑わい！もちろん個室あります。周りを気にせず宴会をお楽しみください！

■〒100-0011 東京都千代田区内幸町２丁目１－１ 飯野ビルディング B1■営業時間：[ランチ] 11:30～14:00(L.O.13:30)[ディナー] 17:00～23:00(L.O.22:00、ドリンクL.O.22:15)■休日：土日祝■電話：03-6268-8344■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1308/A130802/13132963/



23区東部 和食 麺料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒

信州蕎麦 蓼科庵 北千住マルイ店

北千住駅前マルイ9階のレストランフロアにあり、信州から直送の打ちたて蕎麦をご提供。しっかりとコシがあり、喉ごしの良い蕎麦と、甘さのある柔らかい味わいの蕎麦つゆは世代を超えてお楽しみ頂けます。お子様連れも大歓迎！子供用のメニューもご用意しております。おつまみメニューや厳選した日本酒も揃えているのでそば呑みデビューにもぴったり。カジュアルに信州蕎麦とお酒をお楽しみ頂けます。

■〒120-0034東京都足立区千住３丁目９２ 北千住マルイ9階■営業時間：11:00～23:00(L.O.22:00)■休日：不定休(北千住マルイに準ずる)■電話：03-5284-8575■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1324/A132402/13204061/



23区東部 和食 麺料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身 信州人集

銀座 真田 本店

銀座の中心で、信州の郷土料理とそばと地酒をそろえ、長野の風土を五感で感じられる大人の食空間。日本酒は信州の酒蔵から選りすぐり、ワインも信州産を中心に、料理と酒も調和を奏でています。豚、鹿、羊の肉、豆腐も信州産、くらかけ豆など郷土食や野沢菜も本場の味。真田のそばは粗挽きそば。土鍋でふっくら炊き上げるカキや季節の具による炊き込みご飯も好評です。

■〒104-0061東京都中央区銀座5-6-5 NOCOビル3F■営業時間：昼11：00～16：00 / 夜16：00～22：00（21：00 LO）■休日：なし■電話：03-5537-7355■Web：https://www.ginza-sanada.com/shop/ginza.php



23区東部 | 居酒屋・バー | カフェ・スイーツ | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒

Café and Snack HARMONIA

長崎を中心に、信州や地方の素材を大切にしたお酒の飲めるカフェプレイスです。地元のいい素材を使って、ホッとできるものを提供したい、という視点でメニューをそろえており、信州の木島平で作られている美味しい野沢菜を使った、おやきをイメージしたパニーニや、五一わいんの赤・白ワイン、アルプスワインのスパークリングなど、信州の美味しい食材やメニューをご用意しています。隣にはセレクトショップを併設しており、イベントやエコ活動にも力を入れています。

■〒106-0047東京都港区南麻布1-6-5 麻布十番ハルモニアビル 1階■営業時間：平日…8:00-21:30 土曜日…10:00-21:30 日曜日…10:00-20:00■休日：不定休■電話：050-1331-4970■Web：https://espring.co.jp/



23区東部 | 洋食・レストラン | カフェ・スイーツ | 肉料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

ブレッド＆タパス 沢村 広尾

“沢村だけのパン”を届けるため、原料を選び抜き、技と工夫を尽くしたパンを、豊富な料理とともに。沢村のパンの特色は、約30種もの国内外の粉をパンの個性に応じて使い分け、低温で長時間発酵させ、粉の旨みを最大限に引き出していること。パンやコーヒーのテイクアウトはもちろん、パンに合う料理として肉や魚、タパス、パスタもメニューに並びます。

■〒106-0047東京都港区南麻布5-1-6 ラ・サッカイア南麻布1F・2F■営業時間：【ベーカリー】7：00～21：00 【レストラン】7：00～22：00（21：00 LO）■休日：なし■電話：03-5421-8686■Web：https://www.b-sawamura.com/shops/hiroo.php



23区西部 | 洋食・レストラン | 魚料理 | 信州食材 | 信州出身

Fresh Seafood Bistro SARU（代々木上原）

日本近海で獲れるフレッシュな魚介を味わうビストロです。不動の人気メニューである「マグロステーキの瞬間燻製」には長野県産のリンゴの木のチップ、付け合わせの山葵タプナードのワサビは安曇野産を使用しています。旬の上質な魚介を仕入れて、魚の持ち味を活かす個性的なお料理が豊富。鮮魚は主に愛媛や石川、北海道などから、その日水揚げされたものが空輸で届きます。それらと合わせるワインはソムリエが厳選したものが並び、お料理との相性も抜群です。

■〒151-0062東京都渋谷区元代々木10-8 1F■営業時間：LUNCH：11:30～15:00(L.O.14:00) DINNER：月～金 17:30～23:00(L.O.22:00)、土 17:00～23:00(L.O.22:00)、日・祝 17:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：050-5266-0491■Web：https://saru-yoyogiuehara.jp



23区西部 洋食・レストラン カフェ・スイーツ 肉料理
信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身

ベーカリー＆カフェ 沢村 広尾プラザ

“沢村だけのパン”を届けるため、原料を選び抜き、技と工夫を尽くしたパンを、豊富な料理とともに。沢村のパンの特色は、約30種もの国内外の粉をパンの個性に応じて使い分け、低温で長時間発酵させ、粉の旨みを最大限に引き出していること。パンやコーヒーのテイクアウトはもちろん、沢村スペシャルモーニングをはじめ、ランチやカフェメニューも豊富にラインナップしています。

■〒150-0012東京都渋谷区広尾5-6-6 広尾プラザ2F■営業時間：7：00～21：00■休日：なし■電話：03-6450-2255■Web：https://www.b-sawamura.com/shops/hirooplaza.php



23区西部 洋食・レストラン 肉料理 魚料理 信州食材
信州出身

SARU -Apero Bistro-（自由が丘）

フレンチ＆中東料理を楽しむワインビストロです。店名にある「アペロ」とは夕食前に軽く一杯楽しむ時間のこと。気軽に楽しめる小皿料理から、ワインがすすむ前菜料理が充実。そして豪快にグリルしたお肉やお魚のメインディッシュまで、楽しみ方は自由です。お料理は日本食材を使い、スパイスとハーブでさらにその美味しさや個性を際立たせています。安曇野放牧豚を使った前菜料理やメインディッシュ、長野県産のきのこを使ったお料理が特に人気。

■〒152-0035東京都目黒区自由が丘1-3-14■営業時間：【月～金】Apero & Dinner：17:00～23:30(L.O.22:30) 【土】Lunch：12:00～L.O.15:00、Apero & Dinner：15:00～23:30(L.O.22:30) 【日・祝】Lunch：12:00～L.O.15:00、Apero & Dinner：15:00～22:30(L.O.21:30)■休日：不定休■電話：050-5266-0440■Web：https://saru-gakugeidaigaku.jp



23区東部 洋食・レストラン カフェ・スイーツ 肉料理
信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身

ベーカリー＆グリル 沢村 虎ノ門

“沢村だけのパン”を届けるため、原料を選び抜き、技と工夫を尽くしたパンを、豊富な料理とともに。沢村のパンの特色は、約30種もの国内外の粉をパンの個性に応じて使い分け、低温で長時間発酵させ、粉の旨みを最大限に引き出していること。パンやコーヒーのテイクアウトはもちろん、パンに合う料理として肉や魚、タパス、パスタなどをご用意しています。

■〒105-6302東京都港区虎ノ門1-23-3 虎ノ門ヒルズ 森タワー2F■営業時間：7：30～20：00■休日：なし■電話：03-6206-7477■Web：https://www.b-sawamura.com/shops/toranomon.php



23区西部 洋食・レストラン 肉料理 魚料理 信州食材 信州出身

Smoke ＆ Vegetable Bistro SARU（白金）

恵比寿、白金、広尾などの地元客で賑わう大人が楽しめるカジュアルビストロです。アットホームな雰囲気の中、お料理とワインは上質なものを楽しんでいただけるよう、シェフやソムリエのこだわりが詰まっています。オープン当時から看板メニューはメイン料理「瞬間スモーク」で仕上げるお肉やお魚。また前菜やパスタなど、全国の生産者さんから直接届く旬の食材を堪能できるお料理が充実。特に長野県からの食材は豊富で、四季折々様々なメニューが楽しめます。

■〒150-0013東京都渋谷区恵比寿3-49-1■営業時間：平日 Lunch：11:45～15:00(14:30L.O.)、Dinner：17:30～22:30(21:30L.O.) 土・日・祝 Brunch：11:45～15:00(14:30L.O.)、Dinner：17:00～22:30(21:30L.O.)■休日：不定休■電話：050-5266-0428■Web：https://saru-shirokane.com

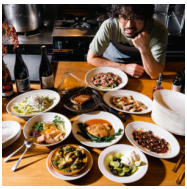


23区西部 洋食・レストラン カフェ・スイーツ 肉料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身

ベーカリー＆レストラン 沢村 新宿

“沢村だけのパン”を届けるため、原料を選び抜き、技と工夫を尽くしたパンを、豊富な料理とともに。沢村のパンの特色は、約30種もの国内外の粉をパンの個性に応じて使い分け、低温で長時間発酵させ、粉の旨みを最大限に引き出していること。パンやコーヒーのテイクアウトはもちろん、野菜をふんだんに使った欧風料理、こだわりのワインなどのお食事を気軽にお楽しみいただけます。

■〒151-0051東京都渋谷区千駄ヶ谷5-24-55■営業時間：【ベーカリー】7：00～21：00 【レストラン】11：00～23：00（22：00 LO）■休日：なし■電話：03-5362-7735■Web：https://www.b-sawamura.com/shops/shinjuku.php



23区西部 洋食・レストラン 肉料理 信州食材 信州出身

COZARU（尾山台）

「季節を楽しむイタリア料理」をテーマにしたカジュアルイタリアンレストランです。日本各地の採れたてのお野菜、新鮮なお肉や魚介など、生産地から直接届く食材を使ったメニューがラインナップ。研究熱心なシェフが食材の味を最大限に引き立たせたます。安曇野放牧豚や長野県中野市たけうちキノコ園のバイリングを使ったメニューが人気。四季折々で変化するお料理、そして来るたびに新しい発見に出会えるお店です。

■〒158-0086東京都世田谷区尾山台3-34-2 シエルデブルージュ尾山台1F■営業時間：LUNCH 11:30～15:00(L.O.14:00) DINNER 月～金 17:30～22:30(L.O.21:30)、土 17:00～22:30(L.O.21:30)、日・祝 17:00～21:30(L.O.20:30)■休日：不定休■電話：03-5760-6353■Web：https://cozaru.jp



23区西部 | 洋食・レストラン | カフェ・スイーツ | 肉料理
信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

ベーカリー＆レストラン 沢村 中目黒

“沢村だけのパン”を届けるため、原料を選び抜き、技と工夫を尽くしたパンを、豊富な料理とともに。沢村のパンの特色は、約30種もの国内外の粉をパンの個性に応じて使い分け、低温で長時間発酵させ、粉の旨みを最大限に引き出していること。パンやコーヒーのテイクアウトはもちろん、彩り豊かで栄養バランスのとれたサンドイッチが並びます。

■〒153-0042東京都目黒区青葉台1-14-4 コントラル中目黒1F■営業時間：8：00～19：00■休日：なし■電話：03-5422-3088■Web：https://www.b-sawamura.com/shops/nakameguro.php



23区西部 | 和食 | 肉料理 | 信州お酒 | 信州出身

とんかつ太志

南箕輪出身の店主がやっている「家庭的」で「ライブ感」あるとんかつ専門店。「おいしかった」のひと言を何よりも大切にし、「揚げたて」を味わっていただける店づくりをしております。当店が使用する豚肉の1つ・信州飯田の千代幻豚は、かつて日本の主要品種であった中ヨークシャー種を25年以上にわたり改良を重ね、豚肉本来の味にこだわり続けた養豚職人「岡本陸身」が作り上げた「脂の旨み、香ばしさ、肉のきめの細かさ・甘味、歯ごたえ」がそろった幻の豚肉です。

■〒155-0032東京都世田谷区代沢4-34-12■営業時間：11:00～14:00、17:30～20:00■休日：毎週火曜日、第3水曜日 ※不定休あり■電話：03-6450-8635■Web：http://park17.wakwak.com/~tonkatsutaishi/



23区東部 | 洋食・レストラン | カフェ・スイーツ | 肉料理
信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

欧風小皿料理 沢村 丸の内

フレンチ、イタリアン、スパニッシュなど各国の欧風小皿料理を満喫いただけます。ランチメニューは17：00までゆっくりとお楽しみいただけます。

■〒100-6507東京都千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビル7F■営業時間：昼11：00～17：00 / 夜17：00～22：00（21：00 LO）■休日：なし■電話：03-3240-0033■Web：https://www.b-sawamura.com/shops/marunouchi.php



23区西部 | 居酒屋・バー | カフェ・スイーツ | 信州食材 | 信州お酒 | 信州出身

yukigaya wine + cafe ogosso(ユキガヤワイン＋カフェ　オゴッソ)

雪谷商店街を抜けた静かな場所に佇む小さなワインカフェ"ogosso"（オゴッソ）。「おごっそ」とは信州の方言で「ごちそう」という意味。ごちそうは何も高級料理や一流ワインに限ったものではなく、人それぞれの美味しいものを意味するという思いから、ogossoという店名になりました。ワインはヨーロッパと長野ワインを中心にお楽しみいただけます。フードはワインに合うお惣菜や、故郷の長野から届く食材を使った家庭料理などジャンルレスです。

■〒145-0066東京都大田区南雪谷2-9-16■営業時間：17:00-23:00 (L.O. 22:30) ※日曜・月曜 22：00 クローズ■休日：毎週火曜日＋不定休■電話：080-9020-0550■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1317/A131714/13275508/



23区東部 | 和食 | 居酒屋・バー | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身 | 信州人集

海山和酒　なるたか

店主が松本出身。信州サーモンや鹿肉、福味鶏や信州ポークなど信州から取り寄せた食材を使った信州郷土料理と毎日豊洲市場から仕入れる新鮮な魚が食べられる和風居酒屋です。ビールや日本酒、ワインやウイスキーなどの飲み物も信州に拘っております。東京ドームのすぐそばなのでイベントや観光の後にも気楽にお立ち寄りください。

■〒113-0033東京都文京区本郷1-15-2 三澤ビル1F■営業時間：16:00～23:30（LO23:00）■休日：日曜日 年末年始■電話：03-5844-6775■Web：http://narutaka.gorp.jp



23区東部 | カフェ・スイーツ | 信州食材 | 信州出身

Cawaii Bread & Coffee（カワイイブレッドアンドコーヒー）

東京・八丁堀のベーカリー＆コーヒーショップ。パンは国内で収穫された小麦のみを使用し、自家培養発酵種（ルヴァン）を用いて伝統的なアルチザンブレッドを製造しています。長野県南信州にある善積農園のりんごや大原農園の卵を贅沢に使用したヴィエノワズリもおすすめです。中深ヤキのコーヒー豆は京都のKAFE工船から月替わりで届きます。エスプレッソマシンで１杯ずつ丁寧に淹れたコーヒーとこだわりのパンをぜひお楽しみください。

■〒104-0032東京都中央区八丁堀2-30-16 T&Yビル１F■営業時間：8:00-15:00■休日：月曜・火曜■電話：03-3523-5040■Web：https://www.cawaiibreadandcoffee.com/



23区西部 和食 魚料理 信州お酒

酒膳　蔵四季

松本の大信州6～7種類を始め、メニューの入れ替えで、岡谷の豊香、川中島の幻舞などなどその他の日本酒も多数お取り扱いございます。日本酒にピッタリのお料理もご用意してお待ちしてます。

■〒176-0012東京都練馬区豊玉北6-14-2 ゴールドハイツ101■営業時間：平日17:30～22:00ラストオーダー土曜17:00～22:00ラストオーダー日曜17:00～21:00ラストオーダー■休日：不定休(月曜日のお休みが多いです)■電話：03-3991-2223■Web：https://ggrt600.gorp.jp/



23区東部 和食 麺料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州人集

信州そばきりみよ田　虎ノ門ヒルズ店

信州産蕎麦粉を使用した蕎麦をご提供する「みよ田」。風味の良い蕎麦は、店舗自家製の打ち立てにこだわっております。 自慢のそばは、季節によりそば粉の産地を変え、信州各地の味をお楽しみいただけます。また、信州の郷土料理「山賊焼き」やお酒のお供にぴったりな逸品料理、名物料理が味わえる宴会コースもご用意。また、飲み物も地酒、ワインと信州にゆかりのあるものを取り揃えております。

■〒105-6303東京都港区虎ノ門1-23-3 虎ノ門ヒルズ森タワー３F■営業時間：11:00～15：00（LO.14:30）17：00～22：00（LO.21：00）■休日：日曜日■電話：03-6273-3433■Web：https://r.gnavi.co.jp/413gzjw50000/



23区東部 和食 居酒屋・バー 肉料理 信州食材 信州お酒

串焼き専門店　山鶏　湯島本店

地下鉄千代田線湯島駅の2番出口よりすぐ、ビルの3階に店を構える【山鶏 湯島本店】。全国各地から取り寄せた鮮度抜群の地鶏を使った炭火焼鳥や、旬素材を味わえる料理の数々。中でも、長野県の地鶏「真田丸」は、通常の地鶏より飼育期間が長いため、歯ごたえのあるジューシーな味わいが特徴。また、厳選した全国の地酒や焼酎を取り揃えており、希少な銘柄もございますので、料理と併せてお愉しみください。

■〒113-0034東京都文京区湯島3-38-10 ハニービル３階■営業時間：17:00～24:00■休日：年末年始■電話：03-6803-0290■Web：http://yamadori-honten.com



23区西部 | 洋食・レストラン | 信州食材 | 信州出身 | 信州人集

グット ド レザン　Goutte de Raisin

ワインの深遠な世界、美味しい以上の感動の味わいをお楽しみ頂けます。南信州、中川村から届く大島農園のオーガニック野菜や野生の鹿など、季節素材を生かしたワインに合うフランス料理と共にお楽しみ下さいませ。グラスワインはフランスを中心に常時15種ボトルワインは100種以上ソムリエ歴31年、シェフ歴28年。オーナー杉本が厳選したワインと洗練されたお料理をお楽しみ下さい。新宿の喧騒から離れた新宿御苑前の隠れ家に是非お越しくださいませ。

■〒160-0022東京都新宿区新宿1-19-11クサマビルB1■営業時間：火～土 17:00～24:00 日・祝 17:00～22:00■休日：月曜日■電話：03-6273-1721■Web：Http://www.Gouttederaisin.com



多摩南部 | 和食 | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身 | 信州人集

けいの家八王子本店

長野県諏訪市生まれ、茅野市育ちの店主が営む和食居酒屋です。
信州サーモン、信州の季節ごとの日本酒も豊富に取り揃えております。
「農夫と海女の逢瀬」をコンセプトに、全国の産地を訪問して厳選した食材が自慢です。

八王子お店大賞受賞企業。
■〒192-0046東京都八王子市明神町3-9-1■営業時間：11：30～14：00 17：00～23：00■休日：日曜日■電話：042-649-1724■Web：https://kaitakushi.co.jp/



多摩南部 | 和食 | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

けいの家八王子みなみ野店

長野県諏訪市生まれ、茅野市育ちの店主が営む和食居酒屋です。
信州サーモン、信州の季節ごとの日本酒も豊富に取り揃えております。
「農夫と海女の逢瀬」をコンセプトに、全国の産地を訪問して厳選した食材が自慢です。

八王子お店大賞受賞
■〒192-0918東京都八王子市兵衛1-1-10■営業時間：11：30～14：00 17：00～23：00■休日：日曜日■電話：042-683-4987■Web：https://kaitakushi.co.jp/



多摩南部 | 和食 | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

けいの家日野駅前店

長野県諏訪市生まれ、茅野市育ちの店主が営む和食居酒屋です。
信州サーモン、信州の季節ごとの日本酒も豊富に取り揃えております。
「農夫と海女の逢瀬」をコンセプトに、全国の産地を訪問して厳選した食材が自慢です。

■〒191-0011東京都日野市日野本町4-6-4■営業時間：17：00～翌2：00■休日：日曜日■電話：042-586-0650■Web：https://kaitakushi.co.jp/



カフェ・スイーツ | 信州食材 | 信州出身

GRANNY SMITH APPLE PIE ＆ COFFEE(グラニースミス アップルパイ＆コーヒー)銀座店

なんだかほっとする、どこか懐かしい、そんな"おばあちゃんの味"をコンセプトにしたアップルパイの専門店です。常時8種類のアップルパイをご用意しております。弊社の代表が長野県出身ということもあり、季節限定で長野県産のりんご(グラニースミス)を使用したアップルパイもご提供しています。関東を中心に11店舗展開しており、各店舗限定のアップルパイもお楽しみいただけます。銀座店限定は木村屋總本店の粒あんを使用した「あんこ餅 アップルパイ」です。

■〒104-0061東京都中央区銀座5-2-1東急プラザ銀座B1F■営業時間：11:00～21:00【 イートイン L.O. 20:30 】■電話：03-6264-5481■Web：https://grannysmith-pie.com/



23区西部 | 和食 | 麺料理 | 信州食材 | 信州料理

そば処 信州屋 新宿南口店

多忙なビジネスマンに強い味方の「信州屋」。どこにでもある立ち食いそば屋とは違います。「打ちたて、茹でたて、揚げたて」をモットーに、安心・安全・美味しい蕎麦を提供しています。目の前で揚げたサクサクの天ぷらと、石臼で挽いた蕎麦粉を使用。すべて店内仕込み！こだわりは食材だけではありません。器は最も高貴な最高級品の磁器を使用し、それも日本磁器発祥の地である有田焼です。有田焼の伝統絵柄の「唐子」を手書きで作成しています。

■〒160-0022東京都新宿区新宿3-35-18 ニューアサヒビル1F■営業時間：月～金 7:30～23:30 土日祝 7:30～23:00■休日：元旦■電話：03-5312-7033■Web：https://kumagaicorp.jp/brand/%e4%bf%a1%e5%b7%9e%e5%b1%8b/



23区西部 | 和食 | 麺料理 | 信州食材 | 信州料理

そば処 信州屋 渋谷店

1986年渋谷道玄坂に創業した信州屋は、未だに多忙なビジネスマンの強い味方。どこにでもある立ち食いそば屋とは違います。「打ちたて、茹でたて、揚げたて」をモットーに、安心・安全・美味しい蕎麦を提供中。目の前で揚げたサクサクの天ぷらと、石臼で挽いた蕎麦粉を使用。すべて店内仕込み！こだわりは食材だけではありません。器は最も高貴な最高級品の磁器を使用し、それも日本磁器発祥の地である有田焼です。有田焼の伝統絵柄の「唐子」を手書きで作成しています。

■〒150-0043東京都渋谷区道玄坂2-6-4■営業時間：月～土7:30～23:15 日祝9:00～22:00■休日：元旦■電話：03-3461-9066■Web：https://kumagaicorp.jp/brand/%e4%bf%a1%e5%b7%9e%e5%b1%8b/



23区東部 | 居酒屋・バー | 麺料理 | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理

喜乃字屋

厳選した蕎麦の実を石臼で挽き、つなぎ無しの蕎麦粉100%で、伝統を重んじ革新のお蕎麦を提供。生粉打ちと銘打つのは、単に蕎麦粉10割が良いのではなく、実から蕎麦粉、麺までの工程と管理にこだわりました。粋な角打ちワインとは、江戸時代の酒屋で量売りの枡で店頭の客に味見をさせたのが始まり。枡の角に口をあてる事から、カウンターの角で酒をのむという意味に転じてます。お酒をイタリアからの自社輸入ワインに置換え"角打ちワインスタイル"で提供中です。

■〒110-0007東京都台東区上野公園1-54 上野さくらテラス106■営業時間：10:00~23:30 (LO22:30)■休日：元旦■電話：03-6803-2808■Web：https://www.kinojiya.com/



23区東部 | カフェ・スイーツ | 信州食材 | 信州出身

GRANNY SMITH APPLE PIE ＆ COFFEE(グラニースミス アップルパイ＆コーヒー)青山店

なんだかほっとする、どこか懐かしい、そんな"おばあちゃんの味"をコンセプトにしたアップルパイの専門店です。常時8種類のアップルパイをご用意しております。弊社の代表が長野県出身ということもあり、季節限定で長野県産のりんご(グラニースミス)を使用したアップルパイもご提供しています。関東を中心に11店舗展開しており、各店舗限定のアップルパイもお楽しみいただけます。青山店限定はコーヒーの香りがクセになる「ティラミス アップルパイ」です。

■〒107-0062東京都港区南青山5-8-9■営業時間：11:00～20:00【 イートイン L.O. 19:30 】■電話：03-3486-5581■Web：https://grannysmith-pie.com/



23区東部 | 洋食・レストラン | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

くらすわ 東京スカイツリータウン・ソラマチ店

くらすわ東京スカイツリータウン・ソラマチ店は、長野県諏訪市に本店を持つブランド「くらすわ」が「すこやかな暮らしのご提案」を多くの方に届けたいと東京スカイツリー® のほど近くで営業しているお店です。信州の自然に育まれた旬野菜や、徹底した飼育環境で健康的に育てた「信州十四豚」などの厳選素材を使用。美味しさとすこやかさにこだわった、くらすわならではの料理をご堪能ください。

■〒131-0045東京都墨田区押上1−1−2 東京スカイツリータウン・ソラマチ1階12番地■営業時間：11:00~21:00 (L.O 20:00)■休日：東京ソラマチの休日に準ずる■電話：03-3624-8721■Web：https://www.clasuwa.jp/shops/solamachi/



23区西部 | 居酒屋・ バー | 信州料理 | 信州お酒

CIDER SHACK　（サイダーシャック）

サノバスミス （大町市）やレヴァンヴィヴァン（東御市）のサイダー／シードル、松本ブルワリー（松本市）のビール等をメインに取り揃える、サイダー（りんごのお酒）＆ビールパブ。長野には直接仕入れに出向き、野沢菜などの信州郷土料理や信州食材を使ったおつまみを提供することも。自社輸入するイギリスの自然で伝統的なサイダーや、たこ焼きなどの気軽なおつまみも人気。

■〒150-0011東京都渋谷区東1-27-9 奥山ビル1F■営業時間：月・水-金 17:00 - 24:00 土日祝 14:00 - 24:00■休日：毎週火曜日■電話：03-6450-5680■Web：https://www.instagram.com/cider.shack/



23区東部 | 中華・多国籍料理 | 信州食材

KOREAN BBQ 水刺間（スラッカン）

オーナーシェフ・李南河が長年にわたり培ってきた韓国料理のノウハウを集大成し、【KOREAN BBQ 水刺間】を六本木ヒルズにオープンいたしました。注目は、京都食肉市場"牛匠かぐら"から厳選して仕入れた、国産黒毛和牛をふんだんに使った『特撰プルコギ』。肉本来の旨味を存分にご堪能いただける自慢の逸品です。

■〒106-6190東京都港区六本木6-10-1 六本木ヒルズ ウェストウォーク5F■営業時間：11:00-15:00、17:00-23:00（LO21:30）■休日：無し■電話：03-6434-7817■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1307/A130701/13257493/



23区東部 | 居酒屋・バー | 肉料理 | 魚料理 | 信州出身 | 信州人集

もんじゃ しなのや

もんじゃ焼きで有名な月島に店を構えて20年。出汁にこだわったもんじゃ焼きを提供しています。長野県の食材を使用した鉄板焼きも多数。月島にお越しの際はぜひ当店へいらして下さい。

■〒104-0052東京都中央区月島1-22-1ミッドタワーグランド122■営業時間：平日：17:00～22:00、土日祝：11:30～22:00■休日：月曜日（祝日の場合は火曜日）■電話：03-3534-7499■Web：https://shinanoya-inc.jp/



23区東部 | 和食 | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州お酒 | 信州出身

旬菜宵処おぐち

閑静な住宅地に佇む小さな居酒屋「旬菜宵処おぐち」 ふと足を止めてみると気持ちの良さそうなテラス席が迎えてくれる。全国の地酒を常時約50種類ほど揃えている中、長野県の日本酒は最も品数が多い。料理や好みに合わせてお気に入りの一杯を見つけてみては。備長炭で焼き上げる『信州黄金シャモ』の焼き鳥はその深い味わいに舌鼓。長野県にゆかりの店主夫妻が営むアットホームな居酒屋です。

■〒113-0023東京都文京区向丘2-1-8■営業時間：火～土 昼11:30～14:30 夜17:00～23:00（LO22:00） 日・祝 昼11:00～16:00（LO15:00）■休日：月曜定休日■電話：03-6240-0547■Web：https://oguchi.net



23区西部 | 和食 | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

人形町今半　羽田空港第3ターミナル店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒144-0041東京都大田区羽田空港2-6-5 4階江戸小路■営業時間：11:00～15:00(L.O.14:30)17:00～22:00(L.O.20:30)■休日：不定休■電話：03-5708-7529■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区東部 | 洋食・レストラン | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州お酒

ワイン食堂ジョイーレ

長野県産ワインを常時20種以上ラインナップ！和食出身のシェフが作る季節のお料理ともに！

■〒130-0022東京都墨田区江東橋4－29－14小峯ビル1F■営業時間：11：30－14：00、18：00－22：30■休日：無■電話：03-3631-0141■Web：https://www.m2dining.com/gioire



23区東部 | 和食 | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

喜扇亭　人形町本店

屋号は人形町今半がかつての浪曲寄席『喜扇亭』の跡地に建てられていたことから名付けられました。
人形町今半黒毛和牛ステーキをはじめ、四季折々の食材を取り入れた日本料理、魚介、ソテーライス、デザートまでも全てお客様の目の前で仕上げるのが鉄板焼の醍醐味です。
全席に設置された鉄板で焼き上げられた食材は"最もおいしい瞬間"でご堪能いただけます。

■〒103-0013東京都中央区日本橋人形町2-9-12■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00（L.O.21:00）■休日：不定休■電話：03-3666-7006■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区東部 | 居酒屋・バー | 肉料理 | 郷土料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身 | 信州人集

信州ほるもん亭

信州産牛ホルモンがメインの焼肉屋として、おかげさまで、開業20年となります。リーズナブルなお値段で是非長野を体験してください。

■〒102-0072東京都千代田千代田区飯田橋3-11-30千代田街ビル1F■営業時間：月曜日から土曜日 18：00～24：00■休日：日曜日 年末年始■電話：03-3222-7713■Web：https://shinshuhorumon.owst.jp/



23区東部 和食 肉料理 信州食材 信州お酒

喜扇亭　東京ミッドタウン店

屋号は人形町今半がかつての浪曲寄席『喜扇亭』の跡地に建てられていたことから名付けられました。
人形町今半黒毛和牛ステーキをはじめ、四季折々の食材を取り入れた日本料理、魚介、ソテーライス、デザートまでも全てお客様の目の前で仕上げるのが鉄板焼の醍醐味です。
全席に設置された鉄板で焼き上げられた食材は"最もおいしい瞬間"でご堪能いただけます。

■〒107-0052東京都港区赤坂9-7-4 東京ミッドタウンガーデンテラス3F■営業時間：平日11:00～15:00、17:00～22:00土日祝11:00～15:00、16:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：03-5413-7988■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区西部 和食 麺料理 郷土料理 信州食材 信州料理 信州お酒

そば處大野屋　元代々木町店

代々木公園近く昭和23年(1948年)創業の町の日本そば屋です。信州産を中心に全国名産地からのそば料理。豊洲仕入れの厳選素材の季節料理を、全国地酒、そば焼酎、ワイン、高級100%テキーラとお楽しみいただけます。弊店ソムリエが定番から、あっと驚くペアリングまで食の楽しさを提案いたします。当店はだし自慢。目利きした鹿児島枕崎産の本枯鰹本節と土佐清水産の極上宗田鰹節を自家削りで引き立て。夏の『鱧(はも)すき』や秋冬の『鴨なべ』も絶品です。

■〒151-0062東京都渋谷区元代々木町３－１０■営業時間：11:30-14:00、17:30-22:30(LO22:00)■休日：日曜日、不定休、1/1~1/3■電話：03-3467-7513■Web：https://soba-oonoya.gorp.jp/

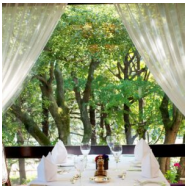


23区東部 和食 肉料理 信州食材 信州お酒

人形町今半　東京ガーデンテラス紀尾井町店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒102-0094東京都千代田区紀尾井町1-3 東京ガーデンテラス紀尾井町 紀尾井テラス 3F■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：03-3237-5800■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区東部 | 洋食・レストラン | 信州お酒 | 信州出身

日比谷松本楼

1903年、日本で初めての洋式公園として誕生した日比谷公園に、時を同じくしてオープンした日比谷松本楼。森の中のレストランとして120年の歴史を踏まえ、時の国家元首の食事会などの場として、数多くの政治家や文豪に愛されたレストランです。また日比谷松本楼創業者の小坂梅吉の父は長野県伊那市の出身になります。

■〒100-0012東京都千代田区日比谷公園１－２■営業時間：１１：００～２１：００（L.O２０：００）■休日：年末年始■電話：03-3503-1451■Web：https://matsumotoro.co.jp/



23区東部 | 和食 | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

人形町今半　銀座店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒104-0061東京都中央区銀座6-8-7 交詢ビル5F■営業時間：11:30～15:00/17:00～22:00(L.O.20:30)■休日：不定休■電話：03-3571-5333■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区東部 | 洋食・レストラン | カフェ・スイーツ | 肉料理 | 信州食材

ドイツ＆オーストリア　カフェレストラン　Mahlzeit（マールツァイト）

ドイツ＆オーストリアの料理、菓子、パンを幅広く全てお店で手作りして提供するカフェレストラン。まだ日本では馴染みの薄いドイツ＆オーストリアの食文化を気軽に楽しんで頂ける様、お食事だけでなく本場のビールやワインも取り揃えております。現地でよく食べられているアプフェルシュトゥルーデルというアップルパイの原形と言われるお菓子に長野県産のリンゴやルバーブを季節に応じて使わせて頂いております。

■〒107-0052東京都港区赤坂7-5-56 ドイツ文化会館1F■営業時間：10：00～17：00（17：00～のディナー営業は貸切営業のみ）■休日：不定休■電話：03-5561-7781■Web：https://mahlzeit.owst.jp/



23区西部 和食 肉料理 信州食材 信州お酒

今半万窯新宿サザンタワー店

すき焼、しゃぶしゃぶ、鉄板焼とはまた違う肉の旨味を演出する「炭火焼」。
炭火焼の窯を持つ今半万窯では、炭火焼ならではの香ばしくジューシーに仕上げた、香り良し食感良しのステーキをご堪能いただけます。
人形町今半自慢のすき焼、しゃぶしゃぶもご提供しております。

■〒151-8583東京都渋谷区代々木2-2-1 小田急サザンタワー4F■営業時間：11:00～15:00/17:00～22:00(L.O.20:30)■休日：不定休■電話：03-3375-1919■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区東部 洋食・レストラン 居酒屋・バー 信州食材 信州お酒

野菜がおいしいダイニング LONGING HOUSE 北青山

TVや雑誌で紹介される軽井沢ホテルロンギングハウスの野菜がおいしいレストラン。その東京店が外苑前エリアにリニューアルオープン。北海道から沖縄まで、野菜ソムリエが全国各地のこだわり農家を訪れ、直接確かめた野菜を味わえる。ソムリエが厳選したワインと共に真心あふれる空間を堪能して。

■〒107-0061東京都港区北青山2丁目12-4 VORT青山Leap (旧 AuspiceAoyama) B1F 001■営業時間：Lunch 12:00～14:30 （14:00L.O）Dinner 18:00～21:00 （20:00L.O）■休日：不定休■電話：03-6433-5808■Web：https://www.longinghouse.com/



23区東部 和食 肉料理 信州食材 信州お酒

人形町今半　上野広小路店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒110-0005東京都台東区上野1-20-11 鈴乃屋本店ビル6階(上野松坂屋前)■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：03-5688-0754■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区西部 | 和食 | 魚料理 | 信州お酒 | 信州出身

鮨割烹　勘太郎鮨

創業以来52年、感動する超旨い鮨を追求◇世界一米粒が超旨いシャリを発明!!世界初、沸騰した釜の中で米粒が100%ふやけずひびが入らず割れない炊き方を発明。これでシャリ酢が米粒に染み込まないので旨味を損なわず鮨を噛むと鮨ネタの旨味と共に米粒から旨みがいっぱいでてきて最高のハーモニーが世界一旨い鮨!!◇世界一旨味を増した鮨ネタを発明!!発明した技でネタの雑味を100%取り除き熟成せずに旨味成分と旨味を最大10倍以上に増やしています。旨すぎて感動する鮨ネタです。

■〒178-0061東京都練馬区大泉学園町4-23-7■営業時間：平日11:30～13:30 夜17:30～22:30 日祝は通し営業■休日：毎週火曜日 ※祝日の場合は翌日■電話：03-3925-3358■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1321/A132103/13029199



23区西部 | 和食 | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

人形町今半　新宿小田急第一生命ビル店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒163-0701東京都新宿区西新宿2-7-1 小田急第一生命ビル１階■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：03-3345-1470■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区西部 | 麺料理 | 信州出身

吉昇亭　（キッショウテイ）

餡掛け焼きそばとわんたんスープの専門店です。 当店のオーナー長野県上田市のソウルフードの焼きそばがモデルになっています。 餡掛けですが熱々ではなく食べ易い温度となっています。 お酢とからしをよく混ぜてかける事によりさっぱりと召し上がれます。 極細ちぢれ麺の他にはない独特の食感をお楽しみください。

■〒180-0005東京都武蔵野市御殿山1-3-7御殿山ビル1階■営業時間：11:00～15:00(LO14:30) 17:00～22:00(LO21:30)■休日：火曜日■電話：0422-24-8048■Web：https://instagram.com/kisshoutei_kichijoji?igshid=YmMyMTA2M2Y=



23区西部 和食 肉料理 信州食材 信州お酒

人形町今半　新宿髙島屋店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒151－8580東京都渋谷区千駄ヶ谷5-24-2 タイムズスクエアビル14F（新宿髙島屋）■営業時間：11:00～15:00/17:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：03-5361-1871■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区西部 和食 居酒屋・バー 肉料理 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身 信州人集

信州炉端　串の蔵　新宿東口店

信州松本より新宿に出店させて頂いて１４年目になります、信州炉端串の蔵新宿東口店です。信州より直送の信州福味鶏の焼き鳥、信州ポークの串焼き、信州高原野菜、信州キノコ、馬刺し、信州サーモン、シナノユキマス、信州味噌料理、信州地酒、信州ワイン、信州安曇野穂高のクラフトビール等など、信州が満喫できる郷土料理居酒屋です。新宿駅近くで好立地、さらに大箱のお店ですのでいつでもお席ご用意できますのでお気軽にご来店お待ちしております。

■〒160-0022東京都新宿区新宿3－３４－１６ 池田プラザビルB1■営業時間：１１：３０～２４：００■休日：年中無休■電話：03-6457-8649■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1304/A130401/13141960



23区西部 和食 肉料理 信州食材 信州お酒

人形町今半　池袋東武店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒171-8512東京都豊島区西池袋1-1-25 レストラン街スパイス15F■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00(L.O.20:30)■休日：不定休■電話：03-5957-3565■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区東部 | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

信州おさけ村

販売スペースの中に角打ちとしての飲食スペースがあり、常時100種類程のアルコール飲料が楽しめます。（信州清酒 クラフトビール ワイン ウイスキー等）尚、お酒などの販売もしておりますので、気に入った商品のご購入も出来ます。

■〒105-0004東京都港区新橋2-20-15新橋駅前ﾋﾞﾙ1号館1階■営業時間：平日13:00~22:00(ラストオーダー21:30) 土曜日13:00~19:00(ラストオーダー18:30)■休日：日曜日 祭日 第二・三土曜日■電話：03-3572-5488■Web：http://www.nagano-sake.com/vil



23区東部 | 和食 | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

人形町今半　日本橋髙島屋S.C.店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒103-6106東京都中央区日本橋2-5-1 日本橋髙島屋S.C. 新館6階■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00(L.O.20:30)■休日：休業日は日本橋髙島屋S.C.に準じます■電話：03-5542-1192■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区西部 | 居酒屋・バー | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

信州酒場ことだま

信州の地酒と食材をメインにした、隠れ家的なお店です。店主の出身地でもある上田のおいだれや、期間限定の農家さん直送野菜が人気です。日本酒は、本金・こんな夜に…・信州亀齢・一滴二滴・十六代九郎右衛門などなどその時々のお酒をご用意しております。一人でまったり、気の合う友達とゆっくり、田舎のおばあちゃんちに帰ってきたような雰囲気でお楽しみいただけます。店主の実家のおいしいお米で、お食事だけでも大歓迎。お気軽にお越しください！

■〒166-0002東京都杉並区高円寺北３－１６－２ 生活の花Ｂ館202■営業時間：平日 18:00～24:00（L.O.23:30） 土日祝 16:00~24:00（L.O.23:30）■休日：水曜日（時々不定休）■電話：070-5464-5108■Web：https://twitter.com/kotodamasakaba



洋食・レストラン　信州食材

芳味亭　人形町本店

昭和8年、横浜のホテルニューグランドで洋食を学んだ近藤重晴が人形町に洋食店を開業いたしました。
洋食そのものが物珍しかった当時、お座敷でお箸で召し上がるスタイルが最先端の流行として御好評。
粋でいなせな下町っこのさらには明治座の役者や俳優、花街の芸者等で賑わいを見せました。
ホテル仕込みの丁寧で確かな仕事から生み出される料理は何代にも渡って御愛好くださるお客様に支えられております。

■〒103-0013東京都中央区日本橋人形町2-3-4■営業時間：平日：11:00-15:00/17:00-22:00土日祝：11:00-22:00(LO.21:00)■休日：不定休■電話：03-3666-5687■Web：https://houmitei.com/



23区西部　和食　居酒屋・バー　郷土料理　信州食材　信州料理　信州お酒　信州出身　信州人集

旬酒場 日がさ雨がさ

当店名物の千曲川サーモン、鹿肉ステーキをはじめ、野沢菜、葉わさび、季節の野菜、ハム・ソーセージ、チーズ、更科蕎麦、八重原米など信州の酒肴・食材が充実の居酒屋です。勿論お酒も、酒業界と繋がりの深い店主が日本酒・ワイン・ビール・焼酎・ジン・ウイスキー・リキュールまで信州産の高品質なものをセレクト。プレミアム飲み放題も好評です。信州人が他県の知人を連れ「信州にはこんなに美味しいものが沢山あるんですよ」と自慢できるお店を目指しております。

■〒160-0004東京都新宿区四谷3-9-11 四谷シンコービル7F■営業時間：17:00-23:00(LO22:00)■休日：毎週日曜日、年末年始等■電話：03-3225-0267■Web：https://higasaamagasa.com/



23区東部　和食　肉料理　信州食材　信州お酒

人形町今半　有楽町店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒100-0006東京都千代田区有楽町1-12-1 新有楽町ビル地下1階■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～22:00土日祝11:00～22:00(L.O.21:00)■休日：不定休■電話：03-3216-4701■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区西部 | 和食 | 肉料理 | 信州食材 | 信州お酒

ガーデンレストラン人形町今半　池上本門寺店

創業以来、人形町今半黒毛和牛で『世界一のすき焼』を目指し、上質なお料理とサービスで食文化を磨き上げてまいりました。
当社の目利きが日本全国より選び抜いた黒毛和牛のすき焼・しゃぶしゃぶで至福のひと時をお楽しみくださいませ。

■〒146-0082東京都大田区池上1-2-1 朗峰会館1階■営業時間：平日11:00～15:00/17:00～21:00(15:00～17:00はカフェ営業)土日祝11:00～21:00（L.O.20:00）■休日：不定休■電話：03-6410-3681■Web：https://restaurant.imahan.com/



23区西部 | 居酒屋・バー | 信州お酒

日本ワイン酒場マルノヒ

北は北海道、南は宮崎や熊本まで幅広い地域で作られている「日本ワイン」をメインとした居酒屋です。日本ワインを日常的に楽しんでいただけるように、一律800円（量で調整）のスタンダードワイン（常時約8～9種）をはじめ、スタンダードのグラスワインは安価なデイリーワインや、少しリッチなプレミアムワインもご用意しています。お食事はおつまみから〆まで、お一人でも頼みやすいメニューも取り揃えています。

■〒154-0015東京都世田谷区桜新町1-12-9-4F■営業時間：18:00-24:00■休日：日曜＋不定休■電話：03-6413-1768■Web：https://marunohi.amebaownd.com/

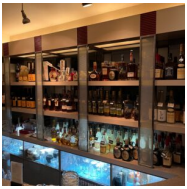


23区西部 | 肉料理 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身 | 信州人集

南信州すずり焼肉　SUZURO

モノマネ芸人でありプロ焼肉選手でもあるニッチローを監督として迎えた当店。彼の出身地である長野県飯田市で開発された「硯(すずり)型の鉄板」で焼肉を味わえます！人口1万人当たりの焼肉店舗数が多い、焼肉の街である南信州・飯田市の食文化や地域の魅力を全国に発信。焼肉仲間と共に生み出した"タレを育てる"という当店ならではのジャンルのB級グルメ焼肉をどうぞ♪飯田市で唯一と言われる酒造の日本酒もご用意してます◎

■〒155-0031東京都世田谷区北沢2-29-16 マガザン下北沢 1F ■営業時間：[月・水～金]17:00～23:30[土・日・祝日]16:00～23:30■休日：火曜日■電話：03-4400-8972■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1318/A131802/13276836/



23区西部 | 居酒屋・バー | 信州料理 | 信州出身

スナック　遙香

店主が伊那市の生まれです。お仕事帰りにちょっと一杯、「また来るね」と言っていただける店でありたいと願っております。日頃の息抜きに、いつでもお寄りくださいませ。

■〒150-0043東京都渋谷区道玄坂2－8－8コスモ渋谷館6階■営業時間：１９：００～２４：００ 最大25時まで営業可能■休日：土・日・祝日、年末年始、お盆休みあり■電話：０３－５４８９－３０３２



23区東部 | 和食 | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

酒と肴　武定

長野県諏訪市から都内で経験を積みこの茅場町に和食居酒屋を開業し4年になりました。市場のみならず、三浦、気仙沼、鹿児島の漁港から直送で新鮮な魚を仕入れ提供しています。刺し盛りや塩焼き、煮付けなど旬の食材、魚メインの和食居酒屋です。また、花わさびやくらかけ豆、信州おやき、漬物などを使用し長野の食材も使用しています。都内では珍しい信州の地酒や五一ワインを多く揃え、KEGによるしぼりたての日本酒も楽しめます。料理との相性もよく、酒と肴が進むこと間違いなしです。1階はカウンター、2階は個室とﾃｰﾌﾞﾙ席があり、アットホームな空間を是非一緒にお楽しみください。
■〒104-0033東京都中央区新川1-6-7 斎藤ビル1階■営業時間：11：00-14：00 17：00-23：00（LO.22：30）■休日：日、祝日■電話：03-6222-9483



23区西部 | 洋食・レストラン | カフェ・スイーツ | 信州食材 | 信州料理 | 信州お酒 | 信州出身

roku

小田急線参宮橋駅すぐそば。長野県出身のシェフが作るフランス料理と、パティシエが作るお菓子のお店。

■〒151-0053東京都渋谷区代々木４－１－６山下荘１階■営業時間：11時～22時■休日：水曜日 不定休■電話：０３－６２７６－８４５４■Web：https://www.instagram.com/roku_sangubashi/



23区東部 麺料理 信州食材 信州料理 信州お酒

à la 麓屋

月ごとに替わる季節そば・季節の天麩羅が人気です。胡麻辛つけそばやコテリなどの創作蕎麦はオープンからの人気メニューです。夜はフレンチ風おつまみで、女性おひとりでも気軽に呑めます。

■〒108-0014東京都港区5-26-10■営業時間：11:00～14:25、17:00～21:00■休日：土・日・祝■電話：03-3451-6882■Web：https://tabelog.com/tokyo/A1314/A131402/13007207/



23区西部 肉料理 信州食材

信州牛一頭買い焼肉　牛兵衛　西庵　西武池袋店

信州が誇るりんごで育った「信州牛」を一頭買い。その肉質は、赤身と脂肪の色調が鮮やかで美しい霜降りが特徴。香りが高く甘みのある信州牛をお楽しみいただけます。モダンで明るい店内には個室もございます。

■〒171-0022東京都豊島区南池袋1-28-1 西武池袋本店8階ダイニングパーク池袋■営業時間：平日 11：00-23：00、土日祝 10：30-23：00■休日：館に準ずる■電話：03-5979-1129■Web：http://www.royalshoji-food.jp/shop/000003.html



23区西部 肉料理 信州食材

焼肉ホルモン稲田

焼肉店として常に進化し続けるため、更なる可能性を追求して辿り着いた答えは「一つのジャンルにとらわれない」ことでした。創業以来培った焼肉店としての目利き、仕入れ、加工技術の全てを結集し「美味しいものだけ」を追い求めました。長野県信州新町の峯村元造さんの飼育するサフォーク(黒毛和羊)を始め、精肉卸ヤザワミートが独自ルートで仕入れる鮮度の高いホルモンと黒毛和牛、自社で作る無添加ベーコン、ソーセージまで。“焼肉店の完全体”をお愉しみください。

■〒141-0021東京都品川区上大崎2-13-45 トラストリンク第IIIビル2F■営業時間：17:00-23:00(L.O.22:30)■休日：年中無休■電話：03-5447-2914■Web：https://valuet.co.jp/brands/inada/



23区西部 洋食・レストラン 信州食材 信州料理 信州お酒 信州出身 信州人集

代官山KURUMAYA

長野ワイン、シードル、クラフトビール専門のワインショップ併設のレストランです。長野県の"旬の美味しい"を詰め込みました。定期的に産地を訪問し生産者の方々の気持ちを大切にしています。ジャンルにとらわれず、可能な限り長野県産の食材のみを使用したお料理を提供しています。

■〒150-0034東京都渋谷区代官山町18-3ベステックビル2階■営業時間：平日祝前日17:00～23:00(LO 22:00) 土15:00～23:00(LO 22:00) 日祝15:00～22:00(LO 21:00)■休日：不定休 ※Instagramをご覧ください■電話：03-6455-0185■Web：https://www.instagram.com/daikanyama_kurumaya/

ご来店ありがとうございました。

長野県ゆかりの
飲食店ガイド

発行　長野県信州首都圏総合活動拠点
（銀座NAGANO）
2023年3月発行
https://www.ginza-nagano.jp

最新の情報は
WEBサイトを
ご確認ください