

るるる

特別編集

千葉県



東京から特急で1時間!
九十九里南端の緑と海と太陽のまちを総力取材

みんなであそびに
来てね!



いちのみやまち

宮町



体験いろいろ!

乗馬、レンタサイクル、
いちご狩り、現地ツアー、
天体観測……



一宮みやげ

- ◆みかん大福
- ◆九十九里地はまぐり
- ◆地酒◆和洋菓子
- ◆長生ブランドの野菜&フルーツ



サーフィンの
魅力を体感!

ISA/Jersson Barboza

- ほかにもいろいろ!
- ◆祭り&イベント
- ◆サイクリングコース



リゾートタウン

魅力いっぱい!

東京2020
オリンピックの
開催地!

宿泊ガイド

- ◆芥川龍之介ゆかりの宿
- ◆温泉もスポーツも快適リゾートホテル
- ◆海の幸自慢の料亭旅館

グルメ

祭り

サーフィン

etc.

玉前神社で
門前町さんぽ



ビーチライン沿いの
素敵カフェ

がっつき食べよう!
まんぷくグルメ

お手軽!
テイクアウトグルメ

玉前神社の

門前町の

さんぽ

古くからの歴史を誇る玉前神社(↓P3)、そして神社周辺の門前町は、趣たっぷりのエリア。ハワイを思わせるビーチエリアとは、大きく異なったムードに満ちている。玉前神社参拝の際には、のんびりと散策してみたい。

こちらをチェック!
SUZUMINE
 株式会社一宮アライズ事務局
 info@trealize.com
 MAP P26F2
 「Surf&Work」がテーマの古民家を活用したシェアオフィス。民家をリノベーションし、1階には中庭のウッドデッキから続くダイニングルーム、仮眠室やバスルームも備えている。



①宮2998-2 ②JR上総一宮駅から徒歩5分 P4台

JR外房線

茂原へ

上総一宮駅

千葉銀行

千葉地方裁判所

東金屋 P24

高田屋鶏肉店 P25

水守食堂

タカラ鮮魚店 P24

タカラ亭

名糖食堂

ナカムラヤ

和菓子司 かね吉

御菓子司 角八本店

いちご大福

ココで買えます!

上総一ノ宮 赤七屋
 ●かざさいちのみやあかしちや
 ①なし MAP P26F2
 玉前神社の門前にある築140年の土蔵を使用した店内で、自慢のかき氷920円を。チーズケーキ&コーヒーセット800円や塩むすび150円も美味。
 ①宮3030 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ③10~18時 ④不定休 ⑤3台
 ⑥国登録有形文化財の「旧高原家」を利用した店舗

カフェ エキスタ
 ●かふえきすた
 ①080-6544-0923 MAP P26G3
 上総一ノ宮駅の踏切横にある明るくモダンなカフェ。自家焙煎珈琲が好評。
 ①宮2738-1 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩5分 ③9~18時(状況により変動あり) ④木曜 ⑤あり

サンドイッチプレート900円
 フルーツサンドは日曜に販売する

タカラ亭
 ①0475-42-8100 MAP P26G2
 新鮮な食材を使用した刺身や煮魚、焼魚、天ぷらなどの定食500円~がお得。朝早くから営業しているのもうれしい。
 ①宮2647 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩3分 ③9時~20時30分ごろ ④無休 ⑤5台

和菓子司 かね吉
 ●わがしつかさかねきち ①0475-42-3233 MAP P26F2
 ①宮3019 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ③8時30分~17時30分 月曜(祝日の場合は翌日の場合あり)
 ④一宮町を代表する老舗和菓子店

ナカムラヤ
 ●なかむらや ①0475-42-3234 MAP P26G2
 ①宮2827 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩2分 ③8~18時 ④水曜 ⑤200円前後

いちご大福
 大粒のイチゴを白餡で包み、餅でくるんだ絶品いちご大福を堪能しよう。イチゴが旬を迎える12~4月頃まで下記店舗で購入できる。

※各店舗での販売時期や価格、1日の販売数は変わる場合があります。

かき氷920円~
 口の中でとろける感覚がたまらない

寿屋本家
 ●すやほんけ ①0475-36-3989 MAP P26F2
 明治時代中期に建てられた住居棟や蔵を利用したカフェ。落ち着いた店内は、参拝の際の休憩に最適。
 ①宮2987 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩5分 ③11~17時 ④不定休 ⑤10台

紅茶400円
 豊かな香りのアールグレイを使用

上総一ノ宮 玉前神社
 玉前神社駐車場
 富正嘉納園
 たまふく
 なごみ
 Agozzo
 上総一ノ宮 赤七屋
 ちやらこ屋
 和菓子司 かね吉
 御菓子司 角八本店
 umikaze SUZUMINE
 ほしみや
 布袋庵
 タカラ鮮魚店
 振越肉店
 Kitchen 実
 カフェ エキスタ
 タカラ亭
 名糖食堂
 ナカムラヤ
 松清軒
 コインロッカー
 上総一ノ宮観光案内所
 JA長生一宮支所
 大原・勝浦へ

いちご大福
 大粒のイチゴを白餡で包み、餅でくるんだ絶品いちご大福を堪能しよう。イチゴが旬を迎える12~4月頃まで下記店舗で購入できる。

和菓子司 かね吉
 ●わがしつかさかねきち ①0475-42-3233 MAP P26F2
 ①宮3019 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ③8時30分~17時30分 月曜(祝日の場合は翌日の場合あり)
 ④一宮町を代表する老舗和菓子店

ナカムラヤ
 ●なかむらや ①0475-42-3234 MAP P26G2
 ①宮2827 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩2分 ③8~18時 ④水曜 ⑤200円前後

※各店舗での販売時期や価格、1日の販売数は変わる場合があります。

名糖食堂
 ●めいとうしょくどう ①0475-42-2855 MAP P26G2
 素材を生かした「一宮らーめん」や絶品チャーシューが地元サーファーに大人気。数量限定の手作りちーずプリン150円も美味。
 ①宮2647-3 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩11分 ③11時~21時30分LO ④月曜 ⑤2台

一宮チャーシューメン1000円
 ねぎチャーシュー丼330円
 セットでガッツリいただきたい

アジフライ定食850円
 グローブのような巨大なアジに圧倒される

タカラ亭
 ●たからてい ①0475-42-8100 MAP P26G2
 新鮮な食材を使用した刺身や煮魚、焼魚、天ぷらなどの定食500円~がお得。朝早くから営業しているのもうれしい。
 ①宮2647 ②JR上総一ノ宮駅から徒歩3分

東京2020オリンピックの競技会場一宮町で

サーフインの魅力

体感しよう!

太平洋に面する一宮町は、多くの愛好家が集まる「サーファーの聖地」。東京2020オリンピックでサーフィン競技が行われたことから、より注目度が高まっている。波に乗る爽快感を味わおう!



サーフインは楽しいスポーツです。まずは体験してみよう!

パリオリンピック日本代表プロサーファー稲葉玲王(いなばれお)出身地/千葉県一宮町「DEEP SURF」オーナーの父のもと5歳でサーフィンを始め、13歳でプロサーファーになる

親子やカップル、ひとりでも気軽に体験できる!

サーフィンに興味はあるけれど、一人では不安、周りにやっている人がいない...という人に朗報。一宮町には初心者のために体験スクールを開催しているショップが充実。スクールでは経験豊富なスタッフがサーフィンの基本から丁寧に教えてくれるので、参加者の大半が立つことができるようになる。サーフボ

イントも多く比較的波があるので、楽しめる場所もいっぱい。さらに手ぶらで行ける気軽さや、少人数制でしっかり学べるのも魅力だ。体験スクールは要予約で、料金や講習内容は各ショップで異なるが、サーフボード&ウエットスーツ込みの価格が一般的。

人気サーフショップはこちら!



*サーフポイントは通称です。呼び方がいくつかあるポイントもあります。*一宮および大東海水浴場は、夏期はサーフィン可能エリアが区別されます。志田はロングボード禁止です。

ALOHAGROUND

体験スクールあり

サーフィン全部おまかせ!

店内にはさまざまなデザインのサーフボードや小物がバラエティ豊かに揃っている。ボードレンタルや、スクールも実施。また、ロコモコやハンバーガーが人気のカフェ「Hula Cafe」(→P15)を併設している。

BURDOCK

体験スクールあり

駅チカだから手ぶらでもOK

駅から徒歩2分のところにあり、レンタルボードが充実。レンタカーやレンタサイクルも完備しているので、手ぶらで行けるのが何よりの魅力。サーフィン関連のウェアやグッズも各種揃う。一番近い海岸までは自転車でも5分ほど。

SEQUENCE SURF STORE

体験スクールあり

最新モデルのボードを要チェック!

この地で40余年の歴史をもつ老舗格のサーフショップ。入りやすく、話やすく、客がくつろげる空間作りをモットーにしている。オリジナルモデルのボードをはじめ、ボードの品揃えはピカイチ。

朝イチサーフィン後はここ!

サーフィン後は熱々のそばがうれしい

三そば Sunrise soba stand

●さんそば さんらいず そば ずたんど

☎070-8973-3932 MAP P27D3

テーブル席のほかテラス席もある。気軽に立ち寄れるスタイルが人気。一番人気のカレー南蛮Bセットは、ご飯と自家製豆腐、揚げ物などが付くお得なセット。各種揃う天ぷらもおすすめ。

☎東浪見7403-2 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩9分 ☎7時~9時 50分LQ.11時~13時50分LO ☎火・金曜 ☎8台

朝型の高感度セレクトコーヒースタンド

ATLANTIC COFFEE STAND

●あたらんていっく コーヒー ずたんど

☎090-1848-0469 MAP P27D2

おすすめはパプアニューギニア産の高品質なアラビカ種を贅沢に使用したスペシャルティブレンド500円。ミート、アップルなどの手作りパイはテイクアウトもできる。

☎一宮10172-9 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩2分 ☎6~13時(土・日曜は5~15時) ☎金曜 ☎5台

CHP本店

体験スクールあり

ローカルサーファーが集う人気店

一宮町で一番古いサーフショップ。自社工場で作るサーフボードは評判が高い。スクールは予約制で初心者から上級者までしっかりフォローしてくれるほか、プロによるスクールも開催。

☎東浪見7428-3 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩9分 ☎9~18時(土・日曜、祝日は6~19時) ☎無休 ☎5台

DEEP SURF

体験スクールあり

親子プロサーファーが在籍

たくさんの人により深くサーフィンに関わってもらいたいという思いでショップをオープン。首都圏から訪れるリピーターも多い。

☎一宮10126-2 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ☎9~17時(土・日曜、祝日は8時~) ☎月曜 ☎20台

PBR SURFGARAGE

体験スクールあり

メーカー直営店の品揃えはさすが

人気サーフアクセサリFCSの直営店。FCSアイテムが全種類揃うとあって、海から上がったサーファー達が立ち寄る定番スポットとなっている。FCSフィンやボードの悩みなども相談できる、頼れるショップだ。

☎一宮10100 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ☎9~17時(土・日曜、祝日は9~18時) ☎木曜 ☎20台

P.D. SURF

体験スクールあり

ショップの目の前が絶好ポイントとして評判

オーナーがサーフボードを作るシェイパーのため、地元はもとろろ一宮町に通うサーファーたちには、オーダーの相談ができるショップとして知られている。オリンピック会場の釣ヶ崎に近いのもうれしい。

☎東浪見7525-1 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ☎9~17時(土・日曜、祝日は7~18時) ☎木曜 ☎20台

Shop DO

体験スクールあり

美しいサンライズポイントが目の前!

笑顔が素敵な女性スタッフが迎えてくれる。水着やアパレルなどのインポート商品も充実。また経験豊富なスタッフが指導するスクールを開催。シャワー、更衣室あり。

☎東浪見7427-2 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩9分 ☎9~17時(土・日曜、祝日は~18時) ☎月曜(祝日の場合は翌日) ☎20台

パタゴニアサーフ千葉/アウトレット

体験スクールあり

高品質な製品をリーズナブルに

サーフギア&ウェアを販売する直営店。幅広いラインナップ展開のほか、アウトレット製品も多数販売。

☎東浪見7404 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩9分 ☎10~18時 ☎第3水曜 ☎25台

SUNRISE

体験スクールあり

リペアも丁寧で迅速に

かつてサーファーたちで賑わった「レストランサンライズ」のDNAを受け継ぎ、2013年にオープンしたショールーム兼ショップ。併設された工場では、リペアは1カ所1000円~と格安!

☎東浪見7453-2 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ☎8~17時 ☎不定休 ☎10台

WREATHS SURF

体験スクールあり

テストボードも充実!

2001年創業のサーフショップ。オーストラリアの「LSD SURFBOARDS」、自社ブランドの「ORANM TOOLS」のフラッグストア。志田下、志田上、東浪見ポイントまで徒歩圏内。レンタル充実、無料駐車場、無料シャワー完備。

☎東浪見7523-3 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ☎9~17時 ☎不定休 ☎15台

SURFGARDEN 一宮店

体験スクールあり

大人の余暇をプロデュース

国内最大級のサーフボードサブスクリプションサービスもあり、常時130本揃うサーフボードが会員なら借り放題。レンタルボード・レンタルウェアもあり、厳選されたアパレル・アクセサリも数多く取り揃えている。

☎東浪見7500-7 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ☎9~18時(土・日曜、祝日は8~18時、季節により異なる) ☎無休 ☎15台、ほか有料30台あり

NAVIGATOR SURFBOARDS

体験スクールあり

地元サーファーが経営する店

地元生まれで、一宮の波を知り尽くした店主が切り盛りし、今や飛ぶ鳥落とす勢いの若手プロ岩見天(てんし)もNAVIGATORに所属。店主の篤志さんはシェーパー kiyouzawa designとしても活躍する。

☎東浪見7535-4 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ☎9~18時 ☎木曜 ☎10台

Simple Surf

体験スクールあり

外房唯一のクイックシルバーのセレクトショップ

サーフギアの品揃えはもちろん、アパレルも多数販売。波情報に詳しいスタッフがその日のおすすめポイントを聞いてからサーフィンすることができる。スクールも開催。

☎東浪見7501-1 ☎JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ☎8~18時 ☎無休 ☎20台

Step 1 道具を準備しよう

サーフィンを楽しむには、ボードのほかにウエットスーツ、デッキパッド(ボードに貼るすべり止め)、リーシュコード(ボードと体をつなぐコード)、ワックスを準備しよう。ボードは厚くて浮力のあるものがビギナー向きだ。

Step 2 しっかり準備運動を

最初にスタッフから注意事項や潮の流れを学ぶ。そしてケガ予防のために、準備運動をきちんと行うことも大切だ。ストレッチは息を止めず、リラックスしてゆっくり筋肉を伸ばすのがポイント。

Step 3 陸上で練習しよう

海へ入る前に、陸上でしっかりイメージトレーニングをしておこう。手で波をかくパドリングの基本から始まり、ボードに立つ(テイクオフ)練習やボードでの立ち位置を確認したら、いよいよ海へ!

Step 4 さあ、海へ! パドリング&テイクオフ

パドリングは足を軽くとり、胸をそってバランスをとる。波に押される力を感じたら、両手を胸の下に置き、1・2・3のリズムの「3」でゆっくり中腰くらいの姿勢になり、進行方向を見てテイクオフ!

ルールとマナーを守って楽しく安全に!

※サーフィンを始める方は必読!



NSA ルール&マナーブック

START!
JR上総一宮駅

ご利益スポットから海沿いを周遊♪ サイクリングコース

海を眺めながら爽快にサイクリング。由緒あるパワースポットやおしゃれなカフェに立ち寄りながら、四季折々の景色を楽しみたい。



レンタサイクルで観光もラクラク

- ①上総一宮駅の目の前でレンタルできる
- ②種類豊富な自転車が20台以上揃っている

1 上総一宮観光案内所

☎0475-47-2100 MAP P26G2
駅前にある観光案内所ではレンタサイクルをはじめサーフボードの貸し出し、サーフィン体験の案内も受け付けている。レンタサイクルは電動アシスト自転車やロードバイクなど4種類。町内のマップを配布しているので、入手してから出発しよう。
①一宮2738-1 ②JR上総一宮駅からすぐ ③普通自転車1日500円、電動自転車1日1000円 ④8時30分~17時 ⑤無休 ⑥5台



2 上総国一之宮玉前神社

☎0475-42-2711 MAP P26F1
御来光の道(レイライン)の東の起点に位置することから、関東屈指のパワースポットとよばれる玉前神社。縁結びや子授けなど女性にとってのご利益も多いので、ぜひ最初に参拝したい。境内にある「はだしの道」では玉砂利の上を3周歩いて幸運を祈願。ご縁を引き寄せる絵馬やお守りにも注目だ。
DATA→P3参照

①足元から土地のパワーが伝わる「はだしの道」



裸足で歩いて大地のパワーを実感♪



①由緒ある扁額を掲げた鳥居をくぐって境内へ

②波の音を聞きながら砂浜を散策しよう

3 SURFGARDEN CAFE

☎0475-40-0040 MAP P27D3
SURFGARDEN一宮店に併設されたカリフォルニアスタイルのカフェ&レストラン。おすすめは100%ビーフを150gを使用した、ホームメイドのハンバーガー。手ごねのパティはジューシーでボリューム満点!メニューはすべてテイクアウトも可能だ。
①東浪見7500-7 ②JR上総一宮駅から車で10分 ③9時~17時30分LO (土・日曜は8時~、冬期変更あり) ④無休 ⑤35台

晴れた日はテラスでのんびり過ごせる

肉汁たっぷりのパティをサンド



①ビーチサンダルを象った巨大な monumento

②アポカドバーガー-1450円はフレンドリー付き



①ベーコンと野菜たっぷりのB.L.Tサンドイッチ1250円

4 釣ヶ崎観光案内所

☎0475-36-7557 MAP P27D4
東京2020オリンピックサーフィン競技会場になった釣ヶ崎海岸に立ち、選手のサイン入りサーフボードや表彰台など東京2020オリンピックのレガシーを展示する。シャワーなども備え、サーファーの拠点にもなっている。
①東浪見6961-7 ②JR上総一宮駅から車で15分 ③9時~16時30分 ④無休 ⑤150台

東京2020オリンピックのサーフィン競技会場!



①展示物を見ているだけでオリンピックの感動が伝わってくる



サーファーが集まることから「波乗り道場」ともよばれる

古の神話から現代のレガシーまで…… 一宮町のシンボルビーチ

MAP P27D4

History 歴史

サーファーが技を磨く波乗り道場

釣ヶ崎海岸は、年間を通して良質な波が打ち寄せ、ハイレベルなサーファーが集まることから「波乗り道場」ともよばれる。2016年からは、毎年大きな国際大会が開催され、東京2020オリンピックのサーフィン競技会場にもなった。



東京2020オリンピックで活躍した一宮町出身の大原洋人

釣ヶ崎海岸から自転車4分 波音

☎0475-42-3370 MAP P26E4
海を見ながらランチ&カフェ
目の前に海が広がるブルーが基調のシーサイドカフェ。宮城の生牡蠣、とちぎ和牛ステーキ、ジャークチキン、ガパオライスが人気。「海プリン」780円は青い色のプリンで、写真映える。
①東浪見5-5 ②JR上総一宮駅から車で15分 ③11~15時・17時30分~22時 ④木曜(12~3月は水曜) ⑤10台
①「海プリン」はテイクアウトもでき、お土産にも最適

釣ヶ崎海岸から自転車6分 神洗おさんぽガーデン

☎0475-42-4627 MAP P27D4
四季の花を楽しむ散歩道
里山に自生する植物や四季折々に咲く花を植えた自然公園。1周40分ほどの園路沿いには桜やアジサイなどが咲き、季節の移り変わりを花で体感できる。カフェでは石垣島直送の果実を使ったジュースを販売。①網田201 ②JR上総一宮駅から車で15分 ③500円 ④10~16時(土・日曜、祝日は9時~) ⑤不定休 ⑥20台
①アジサイは5000株以上。ベトは同伴可

Tourist information center

観光案内所

釣ヶ崎海岸のレジャー&観光の拠点

海岸に立つステラ釣ヶ崎内に観光案内所が併設され、東京2020オリンピックサーフィン競技大会の感動を伝える数々のモニュメントが展示されている。コインロッカー式の農産物販売コーナー、レンタサイクル、コインシャワー、トイレなどもあり、多目的に利用できる。



東京2020オリンピックマスコットモニュメント



東京2020オリンピックで使用された施設を利用したステラ釣ヶ崎

①レンタサイクルは1日500円。無料でサーフボードキャリアをセットできる

Star Watching

天体観測

鳥居と星空が描く感動的な夜景

一宮町の海岸沿いは、東京方面からの光が山に遮断されるため、天体観測には好条件が揃っている。特に釣ヶ崎海岸は鳥居と星空のコラボという幻想的な景観が見られることから人気のスポットになっている。砂浜に寝転び、波の音を聞きながら星を眺めてみよう。

Festival

上総十二社祭り

1200年も続く由緒がある神事

釣ヶ崎海岸は、玉前神社の例祭である上総十二社祭り(→P13)の祭典場であり、神聖な地として崇められている。毎年9月13日には各神社から繰り出した神輿が海岸に集合し、1000人余りの裸若衆たちが大海原を背に渾身を疾走する圧巻の光景が見られる。
①勇壮な祭りはぜひ一度見てほしい



Surfing

サーフィンの競技会場

東京2020オリンピックのレガシーを語り継ぐ

東京2020オリンピックでは、初めてサーフィンが正式競技に採用された。その競技会場になったのが釣ヶ崎海岸だ。海岸には出場選手約40人のサインが入ったサーフボード型の大会記念モニュメントが設置され、東京2020オリンピックのレガシーとして継承されている。
①記念撮影ポイントになっている東京2020オリンピックモニュメント



①鳥居とともに見える満天の星は神々しくさえる



わくわく体験プラン キャンプ&グランピング

手ぶらで楽しむBBQ&キャンプ体験

キャンプ&グランピング

グランピングとは、グラマラス(優雅な・豪華な)とキャンプを組み合わせた言葉。テントやキャンプ道具、さらに調理器具や食材などを用意しなくても気軽に楽しむことができる。人気急上昇のグランピング施設を一挙紹介します。

日帰り BBQ OK! ●おーしゃんず きゃんぷ とらみ
Ocean's camp TORAMI
 ☎050-3550-1129 MAP P23A2

グループに最適な 広々キャンプサイト

キャンプサイトは約20m四方、400mという通常の5倍の広さを一区画としており、2~3家族での利用やグループキャンプでも使いやすい。全区画に専用トイレと電源を完備。8名定員と20名定員の2区画あるドームテントではグランピングも楽しめる。

☎一宮100-1 ☎JR上総一宮駅から車で7分
 ☎オートキャンプ1万1000円~、**グランピング1棟3万3000円~** ☎IN14時/OUT11時
 ☎無休 ☎各サイト2台

●てんといちのみやぐらんぴんぐりぞーと
TENT 一宮グランピングリゾート
 ☎0475-44-7733 MAP P23A1

備品・施設充実の 快適キャンピング

三角屋根のテントのような形のキャンピングには、セミダブルベッド・冷暖房・冷蔵庫・Wi-Fi、各種アメニティなどを備える。肉や海鮮、地元野菜などが付くBBQセットとフリードリンク、軽朝食付キッチンルームは1泊2食1名2万7500円~。

☎一宮10217-1 ☎JR上総一宮駅から車で6分 ☎1棟4万8400円~ ☎IN15時/OUT10時 ☎無休 ☎6台

文化財の古民家が立つ キャンプ場

日帰り BBQ OK! ●きゃんぷざいとらみ
Campsite TORAMI
 ☎080-4366-0800 MAP P23A3

国登録有形文化財秋場家住宅と庭園を利用した珍しいキャンプサイト。ソロサイト、フリーサイト、オートサイト、ミニロッジなど目的に合わせて8種類のサイトがあり、主屋の近くや庭園内、林間などロケーションもさまざま。敷地内にCafeバー「MARTHA」がある。

☎東浪見1611 ☎JR東浪見駅から徒歩2分 ☎フリーサイト1泊4000円~、オートサイト1泊6000円~ ☎IN12時/OUT11時 ☎無休 ☎10台

●夜は外灯の明かりがテントを照らすフリーサイト

サウナを出たら 大型プールにザブーン

日帰り BBQ OK! ●つりがさきぐらんぴんぐりぞーと
釣ヶ崎グランピングリゾート
 ☎0475-44-5900 MAP P23A4

海を望む高台に位置し、愛犬同伴可の部屋や直径10m約80mの大型ドームテントなど12棟がある。展望テラスに備えられたハート形の大型プールにはロウリュウを楽しめるサウナも併設。サーロインステーキや魚介を使用したバーベキューも楽しみ。

☎東浪見36-1 ☎JR上総一宮駅から車で7分(期間限定の送迎あり、要予約) ☎1泊2食1万5000円~ ☎IN15時/OUT10時 ☎無休 ☎23台

●プールは共有で使用。赤い建物はサウナ

日帰り BBQ OK! ●しーさいどたいとうかいが ん ばーべきゅー びれつじ
シーサイド太東海岸 BBQ VILLAGE
 ☎090-6826-2315 MAP P23B4

太東海水浴場と釣ヶ崎海岸の間に位置し、目の前はオーシャンビュー。最大12人が入れるサウナ付きトレーラーハウスが好評。日帰り利用と23時間利用のトレーラーハウスの1棟貸しがある。お得なSAUNA&BBQプランは1グループ5名まで2万9000円~(BBQ器材込み)。

☎東浪見7364-11 ☎JR上総一宮駅から車で15分
 ☎BBQプラン5名1万5000円~(器材別途) ☎IN11時/OUT10時 ☎1~3月の平日 ☎30台

BBQ&サウナで盛り上がる

日帰り BBQ OK! ●まちはき ツーアー 1人
まちはき ツーアー
 料金 1000円/里山サイクリングツアー:1人4900円

☎サウナ付きトレーラーハウス
 ☎BBQ用品や食材も揃うので手ぶらで行ける。BBQ用品レンタルは2500円~

●はーみつといちのみや
HERMIT ichinomiya
 ☎070-9050-6943 MAP P23A1

竹林に囲まれた 隠れ家リゾート

1日1組限定の完全貸切プライベート空間。直径7mの大型ドームテントに大きなウッドデッキを備え、かたわらにはサウナと大型ジャグジーがある。別料金で海鮮BBQセットを注文できる。調理器具や食器、BBQコンロは宿泊料金に含まれる。

☎一宮9246-5 ☎JR上総一宮駅から車で5分(送迎あり) ☎4名5万5000円~ ☎IN15時/OUT10時 ☎無休 ☎3台

●竹林を望むメインベッド。このほかロフトベッドも備える

観光地曳網
 ●かんこうじびきあみ
 ☎0475-42-1425 (一宮町観光協会) MAP P27D2

地曳網漁は九十九里の伝統的な漁法で、沖合に張った大きな網を曳いて魚を獲る町の指定無形民俗文化財。掛け声とともに、力いっぱい網を曳けば、アジアイワシがどっさり!一宮町の網は特別に大きいので、魚獲の量・確率ともに高いのが特徴。開催日程など詳細は問合せを。

☎新浜海岸 ☎JR上総一宮駅から車で6分 ☎夏期に数回実施 ※雨天時は中止

料金 参加無料

現地ツアー
VISIT ICHINOMIYA
 ●ういじつと いちのみや
 ☎050-5216-2193 MAP P26F2

一宮町の魅力を紹介する体験&ツアーを進行。玉前神社周辺を1時間30分で巡るまちあるきツアーは知識豊富なガイドがご案内。里山・里海の2コースあるサイクリングツアーもおすすめ。

☎一宮2967 ☎JR上総一宮駅から徒歩5分
 ☎10~17時 ☎不定休

町の魅力再発見!

●丘の上に位置する城山公園から町を一望できる

ボルダリング クライミングジムOLIOLI
 ●くらいみんぐじむおりおり
 ☎なし MAP P27B1

雨でも遊べる屋内ボルダリング施設。初めての方は登り方の指導が受けられ、用品はレンタルできる。壁の高さは最大4.8m、キッズ3面、垂壁2面、緩傾斜2面、強傾斜2面、スラブ1面とバリエーションに富む。

☎一宮4192-1 ☎JR上総一宮駅から徒歩10分 ☎17~22時(土曜は13~20時、日曜・祝日は11~20時) ☎木曜 ☎13台

●倉庫のような外観だが、建物内はアドベンチャーワールド

●初回のみ登録料1100円/2時間1500円(高校生以下1000円)

●ていねいに指導してくれるのでキッズから大人の初心者まで楽しめる

乗馬
九十九里浜一宮乗馬センター
 ●くじゅうりはまいちのみやじょうばせんたー
 ☎0475-42-2851 MAP P27D3

砂浜を歩く「海岸コース」は、インストラクターが馬を引いてくれるので、初心者でも安心して体験できる。潮風を受け、波の音を聞きながらの乗馬体験は、とても爽快。いつもと違った目線から見る景色も新鮮に映るはず。体験後はエサやりで馬たちとふれあおう。

●乗馬経験のある人向け馬場コースは20分3850円
 ●エサやりなどで馬とのふれあいも楽しめる

●一宮9963 ☎JR上総一宮駅から車で8分 ☎9~16時(7月中旬~8月31日は8~12時、15~17時、事前に要確認)
 ●水曜 ☎10台

●海岸コース 20分4950円ほか

海&山でチャレンジ! わくわく体験プラン

東は九十九里浜に面し、西側には洞庭湖や山が広がる一宮町。趣向を凝らした体験メニューで、豊かな自然を体感しよう。

いちご狩り

●いちごのりべりーたうん
 ☎090-6046-9595 MAP P27C2

紅ほっぺ、おいCベリー、かおり野など8種類のイチゴを栽培している。ハウス内には高設栽培のイチゴがたわわに実り、通路が広いので車椅子での利用も安心。

☎一宮1811 ☎JR上総一宮駅から徒歩15分 ☎10~14時 ☎1月~5月末ごろの開設、期間中無休 ☎15台

●酸味が少なく香り豊か
 ●立ったまま摘み取りできるのがうれしい

一宮観光いちご組合
 ●いちのみやかんこういちごくみあい
 ☎0475-40-0015 MAP P27D3

かおり野、紅ほっぺ、ロイヤルクイーン、淡雪などが高設栽培されており、車椅子でも楽しめる。3歳未満は入園無料なので、家族連れに人気。

●30分食べ放題...1月~4月6日:2000円/4月7日~5月中旬:1400円

☎東浪見8515-2 ☎JR上総一宮駅から車で10分 ☎9~16時(受付終了) ☎1月~5月中旬開設、期間中無休 ☎15台

スケートボード
JF SKATE PARK TORAMI
 ●じえいふすけーとぱーくとらみ
 ☎0475-40-1240 MAP P27D3

自慢は横幅日本一といわれる全天候型のパートランプ。頂点は垂直に近く、かなりのテクニクが要求される。屋外には緩めに傾斜した大小2種のボウルもある。スケートショップやカフェも併設する。

☎東浪見7371-8 ☎JR上総一宮駅から車で10分 ☎9時~19時30分(水・木・金曜は12時~) ☎月・火曜 ☎37台

●館内丸ごとがパートランプになっている
 ●初・中級者も楽しめるセクションやストリートエリアもある

近藤いちご園
 ●こんどういちごえん
 ☎090-3451-6018 MAP P27B2

とちおとめや草姫など、大きくて甘みが詰まった14種類以上を楽しめるほか、白イチゴ「淡雪」も味わえる。自家製ジャム550円~なども販売している。

☎一宮9177-7 ☎JR上総一宮駅から車で7分 ☎9時30分~16時(イチゴがなくなり次第終了) ☎12月中旬~5月上旬開設、期間中不定休、要問合せ ☎30台

●40分食べ放題...12月中旬~1月8日:2600円/1月9日~2月29日:2400円/3月1日~4月7日:2200円/4月8日以降:1400円

子どもたちが楽しめる遊び場も

●ストリート・ボール:1時間500円、1日1200円/パートランプ・ストリート・ボール:1日1500円

●料金

90度垂直の壁に挑戦!

●完成を目指せ!

初心者から楽しめる ボードパーク!



海面に炸裂する水中花火は大迫力

一宮町納涼花火大会

●いちのみやまのうりょうはなびたいかい

MAP P27D1

夜空を華やかに彩る約5000発の花火は、九十九里の浜辺を彩る夏の風物詩。なかでもダイナミックに海上を染め上げる水中花火は必見だ。海岸線、城山公園の高台など、町内には観賞スポットが点在。当日はJR上総一宮駅から会場へ無料シャトルバスが運行。

●一宮海水浴場へはJR上総一宮駅から車で6分
●観賞無料 ●19時10分～
※周辺道路は当日交通規制があるので注意。

開催日
8月
第1土曜



一宮海岸の夜空を彩る色とりどりの花火

季節のお楽しみ

祭り&イベント ガイド

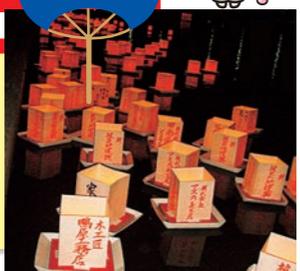
一宮川燈籠流し

●いちのみやがわとうろうながし

MAP P27D1

故人をしのび、家族の健康や商売繁盛などの願いを燈籠にこめて一宮川に流す。緩やかな川の流りが燈籠をゆっくりと運んでゆく姿は、とても幻想的だ。燈籠の販売(一灯1000円)もある。

※詳細は問合せ



燈籠のやさしい光が一宮川を照らす

開催日
8月16日



名物イベント 上総国さすが市

●かすさのくにさすがいち

MAP P26F1

例年4月と10月に上総国一宮玉前神社の境内と参道で開催。陶芸や織物などオリジナルのクラフト、旬の味や自慢の味など約60店が出店する。詳細はさすが一の宮スログで要確認。



●玉前神社へはJR上総一宮駅から徒歩7分 ●10～15時 ●青空レストランも多数並ぶ



①砂浜にまいたハマグリめがけてダッシュ!
②採れたての新鮮なハマグリをピーチでいただくのは最高においしい

開催日
7月
中旬

南九十九里はまぐり祭り

●みなみくじゅうくりはまぐりまつり

MAP P27D1

一宮海水浴場の海開きの日に開催。メインイベントの「はまぐり拾い」は小学生以下が対象で無料で参加OK!ほかにも大人も子どもも楽しめる催しがいっぱい。浜で拾ったハマグリは、会場内に設けられたパーベキューエリアで味わおう。ハマグリ販売もある。

●一宮海水浴場へはJR上総一宮駅から車で6分 ●はまぐりつまみどり1回500円(先着順)、そのほか多数出展あり

①渚を駆け抜ける担ぎ手の姿から「はだか祭」ともよばれる。担ぎ手は1000人以上!



上総十二社祭り

●かずさじゅうにしゃまつり

MAP P27D4

約1200年前に始まったとされる神事で、祭神・玉依姫命とその一族の神々が、釣ヶ崎海岸(MAP P27D4)で年に1度再会するという儀礼が由来。神馬を先頭に、9基ほどのみこしを担いだ人々が各宮を出発し、釣ヶ崎海岸に集合、再び各宮へと戻っていく。県の無形民俗文化財に指定されている。

●玉前神社へはJR上総一宮駅から徒歩7分、釣ヶ崎海岸へは神社から無料シャトルバスあり ●見学無料

①釣ヶ崎海岸に向かい疾走する6騎の神馬がみこしを先導する

渚のファーマーズマーケット

●なぎさのみあーまーすまーけっと

MAP P27D1

5月下旬と11月下旬の年2回開催するマーケット。地元の花や野菜を扱う100店舗以上の色とりどりの店が並び、ステージではハワイにいるかのようなフラ&タヒチアンダンスが行われ、トランボリンなどのアトラクションも楽しめる。丸一日楽しめる人気のイベント!

●船頭給2512-55 ●一宮海岸広場へはJR上総一宮駅から車で10分 ●入場無料 ●10～16時 ●春と秋に行われる人気イベント



遊 洞庭湖

●どうていこ

MAP P27B~C3

桜やホテルなど、自然美あふれる森と湖に癒される。桜の名所としても知られる人造湖。夏は幻想的なホテル観賞、バードウォッチングや森林浴などが楽しめる。湖畔のサイクリング(→P9)もおすすめ。

DATA ●一宮 ●JR上総一宮駅から車で10分 ●無料 ●散策自由 ●憩いの森パーキング利用30台(9～17時)



●江戸時代に造られた洞庭湖。春は人気の桜スポットに

遊 一宮海水浴場

●いちのみやかいすいよくじょう

MAP P27D1~2



●家族連れやグループなど、たくさんの人で賑わう

輝く太陽と青空の下で海を満喫しよう! 九十九里浜の最南端に位置する海水浴場。約350m続く遠浅のビーチは、やわらかな砂地で水の透明度が高い。例年7月中旬～8月下旬開設。観光地曳網(→P10)など、多彩なイベントも行われる。

DATA ●一宮 ●JR上総一宮駅から車で6分 ●無料 ●8時30分～16時30分(監視員配置) ●シーズン中無休 ●800台

見る 稲花酒造(有)

●いなはなししゅぞう(ゆう)

MAP P27C2

江戸時代から続く酒蔵を見学しよう! 地酒の「稲花政宗」で知られる老舗の酒造。江戸文政年間から酒造業を営んでいたとされ、明治のころより吟醸酒を手がけている。また、日本で初めて扁平精米の技法を取り入れ、「日本米のおいしさ」を追求。ふくよかな香りとキレがあり、さまざまな食事に合わせやすい日本酒を造り続けている。ここでは酒蔵見学も可能(要予約)。酒蔵には江戸時代に使われていた樽や、酒造りの道具などが残り、昭和の時代にタイムトリップしたかのよう。見学後は貴重な地酒を購入できるほか、試飲もOKだ。

DATA ●東浪見5841 ●JR上総一宮駅から車で5分 ●見学は要問合せ(試飲含む・要予約) ●9～12時、13～17時 ●日曜、祝日 ●40台



●バラエティに富んだ日本酒が並び



●伝統の技を継承する一方で、新しい技術にも挑戦し続ける蔵元

見る 観明寺

●かんみょうじ

MAP P26F2

地獄と極楽を描いた彫刻は必見。本尊に十一面観世音を祭る古刹。現在の本堂は昭和43年(1968)に落成したもので、堂内の欄間には極彩色の「地獄極楽図」の彫刻が施されている。金毘羅堂、四脚門、水屋は町指定の文化財。また、九十九里「浜の七福神」の福祿寿を祭る礼所として知られ、七福神巡りで訪れる人も多い。

DATA ●一宮3316 ●JR上総一宮駅から徒歩7分 ●無料 ●境内自由 ●10台



●境内には梅や河津桜、アジサイの花が咲く

見る 城山公園

●しろやまこうえん

MAP P26F3

町一番の桜の名所でお花見しよう。標高30mの高台に広がる公園は、かつて一宮城があった場所。現在は公園として整備され、憩いの場として町民に愛されている。洞庭湖と並ぶ桜の名所として知られており、3月に入ると早咲きの河津桜とソメイヨシノの2種類の桜を楽しむ。展望広場からは、晴れていれば一宮海岸まで見渡せる。園内には一宮藩主を勤めた加納久宣公の墓もある。

DATA ●一宮3427 ●JR上総一宮駅から車で8分 ●無料 ●散策自由 ●10台



●河津桜の開花は例年3月上旬から ●加納久宣公の墓は町を見守る高台にある

こちらもおすすめ! 見る & 遊ぶ スポット

一宮町

遊 一の宮カントリー倶楽部

●いちのみやかんとりくらぶ

MAP P27C3~4

太平洋に臨む開放感ある36ホール。温暖な気候と自然に恵まれた広大なコースは、緻密に計算されたコースレイアウトが特徴。戦略性が高く、プレーヤーの心を熱くする。シューズやクラブのレンタルもあるので、手ぶらでの利用もOK。クラブハウス内のレストランも評判だ。

DATA ●東浪見3166 ●JR上総一宮駅から送迎バスで10分 ●平日リモコンカート(歩行)7000円～、乗用カート8650円～ ●年3回メンテナンス休あり ●150台



●チャレンジャークースの名にふさわしい雄大な魅力



**ラーメンが味わえる
カジュアルカフェ**

ROUTE59
●あーとじゅうきゅう
☎080-3494-0059 MAP P27D3

ラーメン店を営んでいた父親譲りのラーメンが味わえる。ラーメンは6種類あり750円〜。ウッドデッキのある開放的な店は、海風が心地よく入ってくる。ほかに焼きそばプレート850円やしょうが焼きプレート1000円などのプレート料理が充実。
③東浪見7515 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ⑤11〜20時(冬期は要確認) ⑥月曜 ⑦6台



⑤半オープンスタイルで開放感も抜群!

スタッフからひとこと
父直伝のラーメンがサーファーに大人気です!

Hula Cafe
●ふら かふえ
☎0475-42-1525 MAP P27D2

ハワイの味を生かしながらも、グレイビーンソースにデミソースも加えるなど、日本人好みにアレンジ。人気のロコモコ(お得なドリンクセットもあり)も納得のおいしさだ。プレートランチのほか、バーガー類も充実している。
③一宮10055 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤9〜18時 ⑥木曜 ⑦60台

おしゃれな店内で
ハワイ料理を



スタッフからひとこと
チェダーチーズとアボカドの組合せが絶妙なアボカドチーズバーガーセット

スタッフからひとこと
バーガー類はフライドポテトとドリンクが付くセットがおすすめです

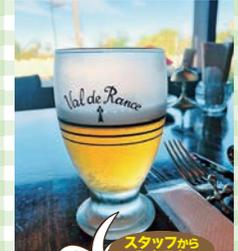
ブルターニュ地方発祥の郷土料理
本格ガレット&クレープ

Bistro et crêperie Le Pépin
●びすとろ えくれぶり るべはん
☎0475-38-5302 MAP P27D2

フランスの片田舎をイメージした大人の隠れ家。本格的なガレットや全国初のフランス産クラフトシールドランチタイムから楽しめる。夜のおすめはピストロ呑み。アラカルトでチョイスできる田舎フレンチをシェアしながら、ワインやシールドとともにゆったりとした時間を過ごすことができる。
③一宮10096 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤11時30分〜14時30分、18時〜21時30分 ⑥月〜水曜 ⑦12台 ※未就学児の入店は日曜のディナー限定。予約優先制



ガレットランチ 2178円〜
ランチコース(要予約) 4378円〜



スタッフからひとこと
全国初導入のフランス産ヴァルドランス生樽シールド748円〜をご用意

①ビーチラインからさらに海寄りに入った細い路地にある

Emi cafe & restaurant ICHINOMIYA
●えみ かふえ あんど れすとらん いちのみや
☎0475-38-5584 MAP P27D2

都内から移住してきたご夫妻が10年前にオープン。地元産の新鮮な野菜と、毎朝焼く自家製パンのおいしさで評判。ヘルシーランチセット1400円〜のほか、限定のシナモンロール420円(要予約)も人気。
③一宮10085 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ⑤11〜15時LO ⑥水・木・金曜 ⑦20台

焼きたてパンと
新鮮な野菜を味わって!



わくわくランチプレート 1400円

スタッフからひとこと
旬の地元野菜をたっぷり味わえるひと皿です

④焼きたてパンの香りに包まれた白壁が開放的な店内

ディマンシェ
●でいまんしえ
☎0475-42-2817 MAP P27D2

看板メニューは自家焙煎コーヒー500円。コーヒーや本日のハーブティーとセットにできるレモンシフォンケーキなども人気が高い。午後の時間をゆっくりとつづける。
③一宮10078-5 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤11〜18時LO ⑥金〜日曜 ⑦5台



コーヒーと自家製ケーキのセット(写真はレモンシフォンケーキ) 950円

スタッフからひとこと
おとぎ話に出てきそうな店構え

自家焙煎
絶品コーヒーを

自然食材を
ふんだんに使った
ヘルシーフード



ブッダボウル 1200円

スタッフからひとこと
すべての料理はテイクアウト&デリバリー可能です。お気軽にお問い合わせください

SEATIMES
●しーたいむず
☎0475-44-4030 MAP P27D2

化学調味料などの不自然な食材は使用せず、調味料もすべて手作りして、野菜は可能な限り無農薬・有機栽培のものを使用する。ブッダボウル(イートインはスープ付き)は、メインを肉または植物性食材のみから選べる。
③一宮10172-23 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩4分 ⑤11時〜15時30分 ⑥不定休 ⑦20台



スタッフからひとこと
④ビーチラインからほんの少し入ったところにあり、テラス席もある

レストラン SEA SONG
●れすとらん しーそんぐ
☎0475-42-4288 MAP P27D4

丸太を組んだ壁や石組みの暖炉などが印象的な店はオーナーの手作り。料理はイタリアン中心。人気のサーファープレートは、メイン6種類とサイド8種類から好きなものを選ぶ。落ちついた雰囲気のおかげで、海を眺めながら楽しもう。
③東浪見7528-4 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ⑤11時〜14時30分、17時30分〜20時30分 LO ⑥木曜(祝日の場合は営業) ⑦30台



スタッフからひとこと
サーファープレートは終日注文OKです!

サラダとフライドポテトも付いてボリューム満点のサーファープレート 2100円

ログハウス
レストランで南国気分!



①温かな光が差し込むテラス席も広々

気分は
アメリカ
西海岸!

Big Mama's Cafe
●びぐまます かふえ
☎0475-42-4230 MAP P27D2

大きく開いた窓から吹き抜ける潮風が気持ちいい。店名の「Big Mama's」は「リラックスする場所」という意味だそうで、その名のとおりゆったりとした時間を過ごせる。食事はもちろん、平日限定でパンケーキセットドリンク付800円〜もあり。ティータイムにもどうぞ。
③一宮10063-2 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤9時30分〜15時30分LO(5〜8月の土・日曜、祝日は8時30分〜) ⑥無休(臨時休業あり) ⑦7台



スタッフからひとこと
気軽に来て、ゆっくり過ごしてくださいね!

④木のぬくもりあふれる店内は居心地バツグン

ペットも一緒に
リラックス!



辛さ調整も可能なガバオライス 1200円

ビーチライン沿いの
素敵
Cafe &
Restaurant

海沿いにまっすぐ延びる県道30号、通称ビーチラインは道路沿いにサーフショップやカフェが点在するエリアだ。アメリカ西海岸さながらのリゾート気分を満喫できるステキなカフェやレストランをご紹介します!

カフェレストラン ポッシュ
●かふえれすとらん ほっしゅ
☎0475-36-5733 MAP P27D1

オリジナルマリネ液に漬け込み、じっくり焼き上げたローストチキンはバリバリ&ジューシーで人気。多彩なフレーバーが揃ったジェラートもぜひ。
③一宮10178-1 ④JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ⑤10〜17時(季節・状況により変動あり) ⑥火曜、第3水曜(ほか不定休あり) ⑦20台



スタッフからひとこと
季節のフレーバーもご用意しています!

ローストチキンと
本格ジェラートを堪能



手作りジェラート(ダブル) 550円〜



ローストチキン 1450円〜

お手頃価格で本格的な味を!



にぼしラーメン 950円

煮干しの風味豊かで、さっぱりとした醤油味。中太縮れ麺が旨みを吸い上げ、バランスが良い。

美食的中華料理 逸品香

●ひしょくてきゅうかりよりいっぴんこつ

奥深い本格的な味が楽しめる中国料理店。どの料理もリーズナブルな価格が特徴だ。中でも、シンプルながらも奥深い味わいのにぼしラーメンや、回鍋肉、新鮮なレバーを使った炒めものなどの定食も好評。一部メニューはランチ割引になり、よりお得感がある。●新地甲2511-2 ●JR上総一宮駅から徒歩9分 ●9時～14時30分L.O. 17～19時(火曜は9～14時) ●水曜 ●20台



店主が育てた弟子も各地で活躍中だそう

希少なホルモンを味わいつくそう



炭火焼肉ホルモン西ノ風

●すみびやきにくほるもんにしのかぜ

●0475-44-4029 MAP P27G3

その日の仕入れによってメニューが替わり、和牛と希少部位のホルモンを味わえる。●東浪見4968-1 ●JR上総一宮駅から徒歩5分 ●17～22時 ●月・火曜(祝日の場合は翌日) ●9台



古民家を利用したどこか懐かしい空間

西ノ風ポンド盛り 3388円

和牛、ホルモン、野菜などその日のおすすめが盛りだくさん。

GMCグリル

●じーえむしーくる

●0475-36-6865 MAP P27D2

東京のホテルやフレンチレストランで修業していた根本さんが、サーフィンで訪れていた一宮で世界の肉を扱う「肉屋GMC」のオーナー・内田氏と出会い、意気投合し、移住して開いた店。ハンバーグは最高級銘柄豚とわかる薩摩黒豚を100%使用。●一宮10072-2 ●JR上総一宮駅から徒歩5分 ●11時30分～21時 ●水曜(祝日の場合は翌日) ●10台



肉のイラストが描かれた青い看板が目印

GMC薩摩黒豚ハンバーグ&ウチダソース 200g1188円

旨味たっぷりの肉汁とオリジナルのウチダソースが奏でる味のハーモニー。

したたる肉汁と香り高いソース

新鮮な魚介料理から一品料理まで



五目釜めし 1650円

刺身や煮物など、小付5品付き。釜めしの具や煮物には、自家栽培の野菜を使っている。

ピーチライン沿いに大きな釜のオブジェがある



御食事処 一水亭

●おしよくじどころ いっすい

●0475-42-8181 MAP P27D3

看板メニューの五目釜めしは、テーブルで15分ほど炊き込んで仕上げるので、できたてを味わえるのが魅力だ。そのほか特大エビフライ定食2200円やチキン竜田揚げ定食1300円もボリューム満点で、サーファーや若者に人気がある。●東浪見7448-5 ●JR上総一宮駅から徒歩9分 ●11時30分～15時、18～21時(冬期の夜は17～21時) ●月曜(祝日の場合は翌日) ●30台

国道128号沿いにあるどっしりとした店構え



刺身定食 1400円

千葉県産の魚介を中心に刺身5点が付く。この日は本マグロ、キンメ、タイ、ブリ、アジ。

グルメ

まんぷく

ボリュームと味で大満足の人気店

海山の幸に恵まれた一宮町には、お腹も財布も大満足のレストランが充実。とんかつ、焼き肉、ラーメンなどなど、おいしくてボリューム満点のメニューを一挙ご紹介!

一宮

がっつり

とんかつ いちの家

●とんかつ いちの家

●0475-42-1229 MAP P27D3

千葉県の銘柄豚「いも豚」は、脂に甘みがあり、肉はコクと旨みがいっぱいあるのが特徴。そんな「いも豚」の特性を存分に生かすには、とんかつが最適だとか。ロスかつ定食は1480円〜あり、キャベツとご飯は大盛無料のサービスもうれしい。●東浪見7422-1 ●JR上総一宮駅から徒歩9分 ●11時～14時30分、17時30分～20時30分(20時30分からは酒つまのみ提供。客がいなくなれば閉店) ●水曜 ●10台



いも豚のとろける脂に感激

地元常連客に愛される名店



極上ロスかつ定食 2680円

コロモはサクサク、肉はやわらかジュシー。自家製ブレンドのこぶ菜塩が肉の旨みを際立たせる。

レストラン Bull

●れすとらん ぶる

●0475-42-2941 MAP P27D3

おすすめのBULLステーキは、平日のランチにはライス、サラダが付いて1500円〜。肉は150〜300gまでチョイスできる。そのほか2種のソース(和風・イタリアン)が選べる手ごねハンバーグランチ1180円も好評。広々とした店内は、大きな窓から陽光が差し、のんびりとくつろげる。●一宮9967 ●JR上総一宮駅から徒歩5分 ●11～15時、17～20時L.O. ●火曜、10～4月は第1・3月曜、火曜(祝日の場合は翌日) ●12台

テラス席や店内の一部ベット同伴可



洋食風味のソースが絶品

ランチサーロインステーキ 150g1500円〜

サーロインとオリジナルガーリックソースが相性。テイクアウトのサーロインステーキ1200円〜もおすすめ。

キッチンKOBUTA

●キッチン こぶた

●0475-42-6685 MAP P27D4

定食類は牛肉料理3種類、豚肉料理7種類、鶏肉料理5種類、魚料理7種類、さらにハンバーグにカレーライス、スパゲティ、サンドイッチなど、メニューの多さが店の自慢。ほとんどの定食メニューが900円前後とリーズナブルなのもうれしい。ボリュームも申し分なし! ●東浪見7523-2 ●JR上総一宮駅から徒歩10分 ●11～14時L.O. 17時30分～20時L.O. ●水曜、第3木曜(祝日の場合は翌日) ●9台

かわいい子ブタたちがお出迎えします!



豚しょうが焼定食 869円

甘めのタレにピリッとしたショウガがアクセント。付け合わせのキャベツもたっぷり。

お得な定食メニューが充実

スーパーkitchenかさや

●スーパーキッチンかさや

●0475-42-8112 MAP P27D3

ボリュームと安さ、メニューの多彩さでサーファーや家族連れに評判。カツオ定食(季節限定)1298円など旬の海の幸を使用した料理にも定評がある。胃袋自慢なら約1.3kgあるジャンボチキンカツカレー1298円をぜひ。●一宮9947 ●JR上総一宮駅から徒歩8分 ●11～14時L.O. 17時～20時30分L.O. ●月曜(祝日の場合は翌日) ●30台

地元サーファーたちの胃袋も満たすと評判



やわらかジャンボチキンカツ定食 1099円

テレビ番組などで紹介されることも多い看板メニュー。ご飯茶碗とカツの大きさを比べてみてね。

九十九里麺ドラゴン

●くじゅうりめんドラゴン

●0475-42-1811 MAP P27D3

イチオシは自家製の中太麺を使い、大粒のアサリがたっぷり入ったオリジナル塩ラーメン。濃厚鶏ガラのスープは、また食べたくなるおいしさだ。大盛り無料のサービスもうれしい。●一宮9944-3 ●JR上総一宮駅から徒歩5分 ●11～14時(スープがなくなり次第終了) ●月・金曜 ●12台

ピーチラインに面していてかなり目立つ



アサリの濃厚ダシがクセになる一杯を

あさりそば 1000円

ハマグリかと思いきやうばりの大きなアサリがたっぷりで、クリーミーなスープがたまらない。

グルメ スポット

ラーメン ●ますたーいちのみやてん 宮原
マスターピース 一宮店
☎ 0475-42-7617 MAP P27C1

あっさりさっぱりした豚骨スープがクセになる
豚骨を中心に約30種類のラーメンが味わえる。日本料理を修業していた店主のスープは奥深い味わい。もちろん醤油味や味噌味も揃っているから家族みんなで出かけたらい。DATA④宮原119-3 JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ⑤11時30分～14時(土・日曜、祝日は～15時)、17～21時(20時30分LO) ⑥月曜 ⑦7台

①とん辛マー油とんこつラーメン950円

ラーメン ●らーめんざいかい 国道128号沿い
ラーメン再会
☎ 070-7549-5866 MAP P27D4

家族経営のアットホームな人気店
創業から約40年、地元の常連さんから愛される食事処。手作りにこだわる料理の数々は素朴な味わいで、ほっとできるムードも評判だ。ボリューム満点のチキンカツ定食1000円などをぜひ。DATA④東浪見7697-2 JR上総一ノ宮駅から徒歩9分 ⑤11時30分～14時、17時～21時30分LO ⑥無休 ⑦20台

①タンタン麺700円はすきりした味わい

中国料理 ●さいえん 国道128号近く
彩苑
☎ 0475-42-8310 MAP P27C2

ベテランシェフによる奥深い中華を
都内の有名中国料理店で修業を始めてから40年近くというベテランシェフによる料理の数々は味わい濃厚。エビのチリソース1200円や餃子440円のほか、セットメニューも多数。DATA④東野36-6 JR上総一ノ宮駅から徒歩3分 ⑤11時30分～14時、17時～19時30分LO ⑥水曜、第3火曜 ⑦12台

①大きなお皿から盛りだくさん

カフェ ●みちくさかふえきすいしゃ 船頭給
ミチクサcafe汽水舎
☎ 090-2624-7464 MAP P27D1

店主自慢の自家焙煎コーヒーが美味
「コーヒーは鮮度が命」という店主が毎日少しずつ焙煎するコーヒー520円～が話題で、常連客の姿も多い。キーマカレー900円などの食事メニューも充実している。DATA④一宮368-11 JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ⑤10～18時 ⑥月・木曜 ⑦10台

①さっぱりした味わいで人気の高いレモンライス900円

カフェ ●かふえれすとらんまか 東浪見
カフェレストラン 菜夏
☎ 0475-44-6176 MAP P27C3

地元の食材を使用した逸品を味わいたい
原則としてすべての食材は地元産だから野菜類も鮮度は抜群。小ぢんまりした店内には薪ストーブが置かれ雰囲気満点だ。人気のドライカレーやパンケーキセット(週末限定)1100円などをぜひ。DATA④東浪見4782-4 JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤10～19時 ⑥火・水曜 ⑦あり

①じっくり煮込んだドライカレーセット1300円

洋食 ●それいゆ ビーチライン沿い
ソレイユ
☎ 0475-42-7277 MAP P27D2

バラエティに富んだ地中海料理を
三陸産のカキを使用した牡蠣のグラタン1320円は、ホウレンソウとクリーミーなホワイトソースの相性がよいと評判が高い。地中海風スパゲッティ1518円や海の幸のドライ1320円もおすすめ。DATA④一宮10128-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ⑤11時30分～14時、17～20時LO ⑥火曜 ⑦10台

①牡蠣がたっぷり入ってこの値段は魅力!

和食 ●わしよくととき 国道128号沿い
和食 朱鷺
☎ 0475-44-5177 MAP P27C3

一宮ならではの魚介を使った本格的和食を
古民家を利用した和食専門店。シックな店内や花や緑に囲まれた庭が心地いい。ランチの週替わり御膳1260円、会席料理(2日前まで要予約)3000円～。DATA④東浪見2500-1 JR東浪見駅から徒歩7分 ⑤11時～14時30分LO、17時30分～20時30分LO ⑥火曜、水曜 ⑦8台

①十二品のおまかせ御膳。ランチ時フンドリング付きで1650円

和食 ●にいやまうなせい ふくせい 東浪見
にいやまうな西 ふぐ西
☎ 090-1036-3013 MAP P27D3

新鮮・上質の食材に自信あり!
夏は活うなぎ、冬は天然トラフグを中心にしたコースで、伊勢エビ、ハマグリ、鯛、地野菜、黒毛和牛、アグー豚などを使った料理を組合せて提供する。うなぎ東西焼きは、関西風のバリバリ、関東風のふわとの2つの味を楽しめる。DATA④東浪見2018-4 JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤11時30分～13時30分LO、17時～20時30分LO(要予約) ⑥水・木曜 ⑦15台

①2つの食感の違いを楽しむ。おまかせコース3500円

和食 ●めんこいだいにんくまじゅまる ビーチライン沿い
めんこいダイニング 麻酒 麻魯
☎ 0475-42-7718 MAP P27D2

北海道の素材をふんだんに
北海道出身の女将の店で、時期の魚(時価)を焼魚や煮魚にして、本格焼酎グラス650円～とともに味わいたい。北海道産のそば粉を使ったそば定食1400円も人気。DATA④一宮10080-4 JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤11時30分～15時LO(平日の夜は17時～要予約、土曜は～20時LO) ⑥金曜(予約があれば営業) ⑦8台

①日替わり三井や小鉢が付いてお得なそば定食

イタリアン ●ぼーんず 宮原
BARN'S
☎ 0475-42-7617 MAP P27B1

窯焼きピザなどの本格イタリアンを
静かな住宅街にあり、豊かな緑に囲まれた落ち着いたムードのイタリア料理店。窯焼きピザ1300円～など、本格的な料理の数々をリーズナブルに楽しめる。DATA④宮原237-2 JR上総一ノ宮駅から徒歩16分 ⑤11時30分～14時LO、17時30分～20時LO(要予約) ⑥月曜、第3火曜 ⑦30台

①季節のフルーツを使ったピザやマルゲリータなどがあり、テイクアウトも可能だ

イタリアン ●どらっとりあ まーれ ビーチライン沿い
トラットリア マーレ
☎ 0475-44-4811 MAP P27D2

一宮ならではの新鮮な魚介をスタイリッシュに
マーレとはイタリア語で海という意味で、潮風が吹き抜けるロケーションが自慢。4種類揃ったプレートランチ1320円～のほか、ディナーでは北海道産ホタテのカルパッチョ1320円～などを味わいたい。DATA④一宮10129-4 JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ⑤11～15時、17時～21時30分 ⑥水・木曜 ⑦共同駐車場8台

①ランチプレートはサラダ、前菜、ミニデザート、ドリンク付き

パスタ ●ぼすた そーによ ビーチライン沿い
Pasta Sogno
☎ 0475-42-6680 MAP P27D2

バラエティ豊かなパスタ専門店
16種類以上のパスタメニューが揃った専門店。季節のおすすめパスタや新鮮な地元の野菜を使用したパスタなど、女性やファミリー層に人気が高い。DATA④一宮9986-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ⑤11～14時LO、17時30分～20時LO ⑥月・火曜 ⑦6台

①自家製トマトソースに旨みのパスタを加えたボートソース

寿司 ●きよしずし 宮原
清ずし
☎ 0475-42-2283 MAP P27C1

女将さんの温もりに癒やされてのんびり
やさしい笑顔を絶やさない女将さんが切り盛りする店で、昼も夜も常連さんでいっぱい。主に近くの漁港の釣人から仕入れたネタは新鮮そのものだ。優しい口当たりのコハダなどが絶品。DATA④宮原70-3 JR上総一ノ宮駅から徒歩14分 ⑤11時30分～14時、17～22時 ⑥火曜 ⑦13台

①タテマエお重のちらし寿司

寿司 ●すしとみ 上総一ノ宮駅周辺
寿司 富
☎ 0475-42-6533 MAP P26H3

地魚満載の絶品創作寿司
一宮海岸で採れた青のり(不漁の場合あり)を使い、マグロやウニ、イクラ、カニなど旬の魚介を詰め込んだ青のり宝巻き2700円や、シンプルな青のりご飯450円が人気。ほかに地元産の食材を使ったメニューが充実。季節によりサンマの押し寿司なども。DATA④一宮2628-3 JR上総一ノ宮駅から徒歩4分 ⑤11～14時、16～21時(土・日曜、祝日は11～21時) ⑥水曜 ⑦20台

①10種類の魚介がぎっしり詰まった宝巻き

寿司 ●さかえしし ビーチライン沿い
栄寿し
☎ 0475-42-5888 MAP P27D2

新鮮な磯料理をご賞味あれ
創業40年以上、地元の人から愛されている人気店。生簀から取り出して調理してくれる焼きはまぐり1000円～は新鮮そのもの。毎朝豊洲から直送するネタを使った新鮮海鮮丼1980円もおすすめだ。DATA④一宮9985 JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ⑤11～20時LO ⑥月曜(祝日の場合は翌日、月に1回火曜) ⑦20台

①多彩な味が楽しめるセットもあり(要予約)

エスニック ●たこせきだいにんくまじゅ ー すたいる ビーチライン沿い
多国籍ダイニングバー Style
☎ 0475-47-3739 MAP P27D1

おしゃれな店内でリゾート気分
アジアリゾートを感じさせる居心地のよい空間。料理は現地の調味料やスパイスを使ったエスニック料理をはじめ、手作りピザなど多種多様。種類豊富なカクテル600円～も楽しめる。DATA④新地甲2464-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ⑤11時30分～13時30分LO、17時30分～22時LO ⑥月曜、火曜のランチ(祝日の場合は翌日) ⑦6台

①海老せん付きパリの定番炒飯のナンゴレン1050円

カリブ料理 ●ふーど あんど ぼー ー カーにや ビーチライン沿い
FOOD & BAR CAÑA
☎ 0475-40-0818 MAP P27D4

料理もカクテルも本格派
店内はカリビアンカジュアルをイメージ。キューバ仕込みのキューバンプレート1380円(写真)がイチオシ。モヒート800円をはじめ、ラムコンシエルジュの資格をもつスタッフが作るカクテル660円～も好評だ。DATA④東浪見7520-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ⑤17時30分～22時30分LO ⑥月・火曜 ⑦13台

①コンクリートという黒豆ご飯とジュースなチキンは相性抜群

イタリアン ●あお 国道128号沿い
青 AO
☎ 0475-38-7049 MAP P27C3

地元の食材を使用した素朴なイタリアン
新鮮な野菜や魚介類はもちろん、地元の食材を素材ながら奥深い味わいのイタリアンで楽しめる。おしゃれなインテリアは地元の女性にも評判だ。豚のラグー1650円、生マッシュルームサラダ1760円などが好評。DATA④東浪見2606-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ⑤11時30分～15時(土曜は16時～20時30分も営業) ⑥月・金曜 ⑦8台

①アンティーク家具が配されたスタイリッシュな空間

うなぎ ●うなぎつくも ビーチライン沿い
うなぎ九十九
☎ 0475-47-4129 MAP P27D2

ふっくら蒲焼きをリーズナブルに味わう
料理歴40余年のマスターはさまざまな料理に携わってきたが、比較的安価で提供できる養殖の二ホンウナギと出合ううなぎ専門店を開店。ふっくら焼き上がった蒲焼きをのせたうなぎ量は、うなぎ量の違いにより、梅1480円～松2480円。DATA④一宮10129 JR上総一ノ宮駅から徒歩5分 ⑤11～14時LO、16時30分～20時30分LO ⑥不定休 ⑦10台

①うなぎは、さらっとしたタレが特徴

そば ●こがねあん 上総一ノ宮駅周辺
小金庵
☎ 0475-42-3401 MAP P26F1

だしが効いたそばのほかラーメンも人気
創業から50年以上、地元の常連さんに愛されてきた名店で、現在は2代目のご主人が腕を振るう。注文を受けてから揚げるたぶらは絶品。和風だしのラーメン600円も美味。DATA④一宮3141 JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ⑤11～14時、16～19時 ⑥月曜 ⑦4台

①揚げたてサクサクのたぶらが絶品な天ざる900円

お好み焼き ●ひろしまこのみやきく にいち ビーチライン沿い
広島お好み焼き くいち
☎ 090-7341-5775 MAP P27D2

本格広島お好み焼きを絶好のロケーションで
鉄板で手際よく焼き上げる豚玉そば900円は、キャブつたぶりでイカ天入り。オーナー厳選の輸入ビールと一緒に楽しみたい。自然光が注ぐウッドデッキは開放感にあふれ、わんちゃんと一緒に食事するのもOK。DATA④一宮10088-2 JR上総一ノ宮駅から徒歩5分 ⑤11～15時 ⑥土・日曜のみ営業 ⑦10台

①豚玉そばとドリンクのセットは1100円～

まだある **カフェ** ●たこせきだいにんくまじゅ ー すたいる
COFF CAFE こふ かふえ
☎ 0475-36-6500 MAP P27D2

自家製ワッフルとボリュームなランチがイチオシ!
2024年4月にリニューアルオープン。近隣にある焙煎所から仕入れるオリジナルブレンドコーヒーや地元産の食材を使用したランチやデザートのカジュアルな雰囲気を楽しめる。ツーリングやドライブで気軽に立ち寄りしたい。DATA④一宮10007 JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ⑤11時～15時30分LO ⑥不定休 ⑦29台

①季節のフルーツを使ったおすすめの自家製ワッフル900円

Hale はれ ●0475-42-3515 MAP P27D1

穴場スポットで本格コーヒー
朝7時から営業している貴重な店。オリジナルブレンドのコーヒーと、栄養バランスを考えたオーナー手作りのモーニングプレート1000円を目当てに訪れるリピーターも多い。冬は薪ストーブが登場し、温かな雰囲気でお迎えしてくれる。DATA④船頭給113-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤7～15時 ⑥火・水曜 ⑦5台

①もた円②は③は④は⑤は⑥は⑦は⑧は⑨は⑩は⑪は⑫は⑬は⑭は⑮は⑯は⑰は⑱は⑲は⑳は㉑は㉒は㉓は㉔は㉕は㉖は㉗は㉘は㉙は㉚は㉛は㉜は㉝は㉞は㉟は㊱は㊲は㊳は㊴は㊵は㊶は㊷は㊸は㊹は㊺は㊻は㊼は㊽は㊾は㊿は

cafe ECLECTIC かふえ えくれくていっく ●0475-44-5588 MAP P27D4

白と青の小さなカフェ
地元野菜を中心に使った軽食を提供するカフェ。8席の小さな空間は貸切パーティーなどにも利用できる。米粉のシフォンケーキや甘さを控えたチーズケーキなどのスイーツは、日替わりで登場。DATA④東浪見37-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩12分 ⑤12～21時 ⑥水・木曜 ⑦4台

①大きな窓が明るい日差しをたっぷり取りこむ

焼肉 ●すみびやきく いちのみやすりー ー 宮原 ビーチライン沿い
炭火焼肉 いちの宮 three four
☎ 0475-40-0941 MAP P27D2

人気の焼肉店がリニューアル
確かな目利きで仕入れた厳選肉をリーズナブルな価格で提供。焼肉をはじめ、定食や丼ものなど多彩なメニューが揃う。ランチでは牛盛り合わせ1250円が好評。DATA④一宮10075-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ⑤11時～14時30分LO、17時30分～20時45分LO(土・日曜、祝日の夜は17時～) ⑥月・火・水曜 ⑦20台

①サラダとスープが付いた牛盛り合わせ丼

バル ●ぼる ぼるとす ビーチライン沿い
バル PORTUS
☎ 0475-44-4617 MAP P27D2

自家焙煎とパスタが二枚看板
魚介、牛肉、チーズ、うずら卵などの自家焙煎が名物。焙煎の盛り合わせ1200円をつまみに酒を楽しみたい。パスタでは自家製ペーコンや、宮城県奥松島産のカキを使用した牡蠣とこのマリナーラ(11～4月頃)の評判が高い。DATA④一宮10172-9 JR上総一ノ宮駅から徒歩4分 ⑤18～24時(料理は22時30分LO) ⑥木曜(冬期は隔週水・木曜休) ⑦8台

①焙煎の盛り合わせ1200円は仕入れにより内容が異なる

炭火焼 ●つきじはらくー ー だいちのみや ビーチライン沿い
築地バラクーダー 一宮
☎ 0475-42-6678 MAP P27D2

シンプルだから旨い! 新鮮魚介の炭火焼
東京・築地にある「Jige築地店」から独立した店。店主自ら豊洲市場から仕入れたマグロをはじめとする全国の鮮魚と、干菜産の地魚を炭火焼きで提供。本館中落1人前1650円(注文は2人前前)、海鮮炭火しゃぶしゃぶ3000円。DATA④一宮10041-1 JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ⑤11時30分～14時LO、18時～22時30分LO ⑥月・水曜 ⑦2台

①本館中落はハマグリのお目、自ら取りついで味わう



店は九十九里ビーチラインから一本直に入ったところにある

和牛バーガーポテトセット1580円。アサイーボウルも上も人気がある

イトイン OK! Cafe Jf Torami
☎0475-40-1240 MAP P27D3

スケートパークに併設したカフェ

和牛バーガーは、牛スネ肉の食感を生かして仕込んだ和牛100%のパテが特徴で、肉の旨味を実感できる一品。ブラジル原産のフルーツ、アサイーを使ったアサイーボウルは蜂蜜のやさしい甘さが味のポイント。

●東浪見7371-8 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩10分
●9時～19時30分 ●不定休 ●コインパーキング37台(カフェ利用者は無料)

イトイン OK! からあげ処 いしふく
☎0475-44-6655 MAP P26F1

揚げたてをほおぼる幸せ

から揚げのおいしさで知られる大分県の味が満喫できるテイクアウト専門店。自家製揉み込みダシに1晩以上漬けた濃厚な味は冷めてもおいしいと評判だ。

●一宮3096-2 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ●11～14時、16時～18時30分 ●火曜、第1・3水曜 ●6台

から揚げの単品のほか、弁当類も充実



●ピリッとした自家製ラー油が味の決め手の大分からあげまから弁当660円

イトイン OK! CHIBAFORNIA CYCLE
☎0475-42-8225 MAP P27D3

千葉県唯一のFATBIKEとビーチクルーザーの専門店。FATBIKE(ファットバイク)とはタイヤの太さが2倍以上ある自転車のこと。砂道でもタイヤが埋まらないのでビーチでも大活躍。ビーチクルーザーはサーフボードを持ち運ぶための自転車で、オリジナルデザインが各種揃う。

●東浪見7418-5 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩9分 ●10～17時(11～3月は～16時) ●金曜 ●4台
●5～10月にはレンタサイクルもやっている。8時間1650円

●ビーチライン沿いにある独特のタッチのイラスト看板が目印

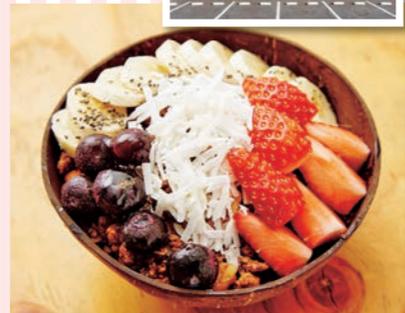
イトイン OK! PARASOL CLUBHOUSE
☎0475-44-5549 MAP P27D2

サーファーが憩うパラソルのような場所

アメリカ西海岸で「Surf and Turf」とよばれる、海と陸の両方の食材をふんだんに使ったメニューを楽しむ。ボリューム満点のハンバーガーをはじめ、パンケーキ1380円やアサイーボウル900円も人気。

●一宮10113-3 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩5分 ●10～18時 ●不定休 ●14台

好んで選べるカスタムアサイーボウルも人気



●季節のフルーツをのせた大人気のPARASOLアサイーボウル1480円

イトイン OK! Pot&Cook
☎0475-42-1554 MAP P27D4

笑顔になれるおいしい料理を

手作りにこだわった料理やスイーツが人気。タレカツ弁当800円やガーリックシュリンプ弁当1100円といったボリューム満点の定番から、レインボーカラーのカラダベール800円や、きれいに野菜を盛り付けたサラダベール3000円～(要予約)など、目にもおいしい料理が揃う。

●東浪見34-1 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ●11～17時 ●月・土・日曜(祝日の場合は翌日) ●3台



●日替わりのおかず満載の「ママおまかせ弁当」(要予約)1000円～

イトイン OK! ナシチャンプル
☎080-7991-3949 MAP P26H2

紙に包まれたインドネシア料理

インドネシアのローカルフード・ナシチャンプルが評判。紙でご飯や焼きそば、ゆで卵、野菜などが包まれていて、紙を広げて混ぜながら食べる。サーフポイントの駐車場をはじめ、町内のデリバリーも可能。

●一宮2538 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ●11～14時(土・日曜は～15時) ●水曜 ●6台

環境に配慮してプラスチックを使用していない



●鶏か魚を選べるナシチャンプル500円。鶏&魚のせ700円や全部のせ1000円などもある

イトイン OK! 小麦の奴隷 とらみ海岸店
☎080-9266-7497 MAP P27D3

冷めてもおいしいカレーパン

カレーパングランプリで金賞を受賞した「ザックザックカレーパン」290円は、パン生地にクルトンを付けて揚げている。ザックザックな食感と、ジャガイモがたっぷり入って特製スパイスが効いたルーが好相性だ。

●東浪見7417-3 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ●6時55分～18時 ●月・火曜 ●4台

●クルトンをたっぷりまとったザックザックカレーパン

パンの種類がとて多く目移りしそう



イトイン OK! 菓子工房 杏 an café
☎0475-42-8883 MAP P27B1

“ふわふわ絶品”の焼きたてクレープスフレ!

静かな住宅街にあり、口コミで人気広がったスイーツ店。季節のフルーツを使ったケーキや四角いシュークリームやキャレ、焼き菓子も販売。カフェの人気メニュー、焼きたてふわふわのクレープスフレは予約必須。

●宮前208-1 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩15分 ●10時30分～18時(土・日曜は～17時) ●火・水曜 ●10台

リゾートにぴったりなずむパティスリー



●クレープスフレチョコバナナ1518円

イトイン OK! Overview Coffee Ichinomiya
☎080-4876-3692 MAP P27D2



おーびーこーひー いちのみや
Overview Coffee Ichinomiya
☎080-4876-3692 MAP P27D2

自然に優しいベーカリーカフェ

コーヒーの栽培方法を見つめ直し、土壌の再生と気候変動の問題の解決に寄与するコーヒーロースター。生地の発酵から成形、焼き上げまですべて店内で行う焼き立てパンと淹れたてのコーヒーが自慢。

●写真左前からカヌレ300円、酵母ドーナツ300円、カンパニユ1400円、左奥は米麹食パン1斤480円

自然派カフェらしい木を多用した建物



すっきりしたインテリアの店内でイトインも!

イトイン OK! CHICKEN AND CHIPS
☎0475-44-5273 MAP P27D2

極上チキンをビーチでいただく!

揚げたてのジューシーチキンに秘伝のタレを絡めた奥深い味わいが評判。チキンは5種類の味から選べる。ローストビーフ丼やサーモンボキ丼、ガーリックシュリンプ丼などもぜひ。

●一宮10129-2 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ●10～16時(夏期は延長あり) ●火曜 ●2台

●チキンボックス990円、丼メニューは780円～



イトイン OK! cafe & gallery 豆と麦
☎0475-38-4654 MAP P27D3

わんこも一緒に立ち寄りたい

かわいい愛犬と一緒に過ごせるカフェ。手のひらサイズのキューブ型食パンは、チーズやクルミなどの種類があり280円～。

●東浪見7119-7 ●JR東浪見駅から徒歩15分 ●11～17時 ●月・火・水曜(祝日の場合営業、ほか振替休日あり) ●3～4台

店内にはかわいい食パンがずらり



●月替わりの食パンも登場する

手軽さがいいね! テイクアウト グルメ

手軽さとおいしさで人気のランチ&スイーツをご紹介します。好きなものをテイクアウトして、海を眺めながら食べれば、気分もサイコー!



イトイン OK! sweets café MAHALO
☎0475-42-5576 MAP P27D4

キュートなスイーツカフェ

ドッグサロンが併設されたカフェは、愛犬といっしょに出掛けたいドライブの休憩に最適。クレープやパンケーキ、スムージー、スイーツなどのメニューも豊富。現在はテイクアウトのみで営業中。

●東浪見156-1 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ●10～17時(土・日曜は～18時) ●木曜 ●8台



●ポップでキュートな店内に多彩なスイーツが

イトイン OK! TOPA TACOS
☎080-3489-1081 MAP P27D2

本格派のタコス味わって!

人気のタコス650円は、母国で食べるよりもおいしいとメキシコ人に大評判! 毎朝手作りするトルティーヤ生地は、柔らかくモチモチ。レタスやトマト、タコミートなど、具もたっぷり詰まっているから、食べた後も申し分なし。

●一宮9969-2 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩5分 ●10～19時(12～2月は～18時) ●無休 ●5台



●お手軽ワンハンドフードはサーファーにも人気



イトイン OK! TORAMI BEACH CLUB
☎0475-36-2454 MAP P27D4

テラス席が心地よいカリフォルニア風の海の家

本格ピザをはじめ、厳選した肉と海産物のバーベキューを味わえる。ソムリエの資格をもつシェフが作る生パスタも評判。シャワー完備(別途利用料)でサーファーにも人気。

●東浪見7198-2(サードブレイス敷地内) ●JR上総一ノ宮駅から徒歩10分 ●11～15時、17～21時(土・日曜、祝日は11～21時、平日の夜は4～12時のみ) ●木曜 ●80台



●26cmモチモチ生地の本格ナポリピザマルゲリータ660円

●テラス席は愛犬の同伴もOK



ミスマッチ感がたまらない!

タピオカが精肉店から発売!

堀越肉店 ●ほりこしにゃん ●0475-42-3078 MAP P26G2 ●メロンミルク380円

手作りココロケや厚切りハムフライで知られる、堀越肉店(→P25)で、話題のタピオカの販売をスタート! ミルクティーや、抹茶ミルク、ストロベリーソーダなど、22種類のテイストが揃っている(タピオカ販売は10時30分～19時、350円～)。フライ&タピオカの食べ歩きを楽しみたい。



24 ほてるいちのみやしーサイド おつか
ホテルー宮シーサイド オーツカ
 ☎0475-42-6411 MAP P23A2
 潮風を感じながら楽しめる充実したスポーツ施設のほかヨード成分豊富で肌に優しい天然温泉がおススメ。温泉は日帰り利用もできる。
 ●DATA ●一宮10000 ●1泊2食付き2万円～ ●150台



25 しょうとうけん
松濤軒
 ☎0475-42-2067 MAP P26G2
 南房総でとれる海の幸など、旬の食材をふんだんに使用した料理を堪能できる料亭旅館。駅の近くと立地がよく、玉前神社も徒歩圏内。
 ●DATA ●一宮2824 ●1泊2食付1万2100円～ ●30台



26 いちのみやかん
一宮館
 ☎0475-42-2127 MAP P23A1
 明治30年(1897)創業の芥川龍之介ゆかりの宿。庭を臨む客室や、旬の魚介類を使った料理が自慢。
 ●DATA ●一宮9241 ●1泊2食付き1万5000円～ ●30台



27 ばけーしょん はうす トラミ ナゴーにいいち
VACATION HOUSE TORAMI 7521
 ☎0475-44-7837 MAP P23A4
 海が望めるウッドデッキとサウナ&星空ジャグジー付きの1棟貸しの別荘。贅沢な時間をゆっくりと過ごせる。
 ●DATA ●東浪見7521-4 ●1棟7万円～(最大8名様) ●3台



28 かじゅありぞーとこふちのみや
Casual Resort COFF Ichinomiya
 ☎0475-36-6500 MAP P23A2
 1~2名からも利用できるコンテナホテル。愛犬と一緒に泊まれる客室のほか、パーベキューエリアも備わる。
 ●DATA ●一宮10007 ●素泊まり6200円～(ツインダブルルーム) ●29台



29 ざーでん ほてる ういす どんく
The garden hotel with DOG
 ☎0475-44-6699 MAP P23A2
 愛犬と一緒に泊まれるホテル。大型犬もOKで、ドッグランやトリミング施設、犬用アメニティも用意。
 ●DATA ●一宮10110-1 ●素泊まり9800円～(2名利用) ●20台



30 べんしょん・さーどぶれいす
ペンション・サードプレイス
 ☎0475-36-2454 MAP P23A4
 東浪見海岸まで徒歩3分の宿。メソネットスイートやペンションタイプの客室などを備える。愛犬同伴も可。
 ●DATA ●東浪見7198-2 ●素泊まり3800円～ ●60台



31 えりあすがーでん
Elias Garden
 ☎0475-47-3737 MAP P23A4
 犬と一緒に海辺で過ごせる癒し空間が広がる宿。BBQやドッグラン施設も充実している。海辺の散歩や釣りなども楽しめる。
 ●DATA ●東浪見7543 ●1棟2万238円～(3名利用) ●30台



16 ーぼいとらみ
Sea by TORAMII
 https://toramii.jp/sea-by-toramii MAP P23A4
 釣ヶ崎ビーチを望めるレンタルハウス。
 ●DATA ●東浪見37-1 ●1棟4万円～(最大10名) ●5台



17 ーろーいとら
クロー伊東
 ☎0475-42-2786 MAP P23A3
 サーフポイントに近い老舗民宿。
 ●DATA ●東浪見7508-10 ●素泊まり3500円 ●5台



18 ーだいなーす びーちふろんと ーいら 99
SEADINERS Beachfront Villa 99
 ☎070-9117-1380 MAP P23A3
 海まで徒歩3分の貸切ホテル。ペット宿泊も可。
 ●DATA ●東浪見7433 ●1棟7万1000円～(最大6名様) ●6台



19 くじゅうくり きーふてらす うみかんどう
九十九里 SURF テラス (UMI) ー寛道-
 ☎03-3226-3335(中央アールディ) MAP P23B4
 釣ヶ崎海岸が目の前のリゾートハウス。
 ●DATA ●東浪見7355-12 D棟 ●1棟4万5000円～(最大5名様) ●4台



20 はちほびーちりぞーとらみ
88 BEACH RESORT Torami
 info@88br.jp MAP P23A3
 1日1組限定のパッケージレンタル(貸し別荘)。
 ●DATA ●東浪見7422-2 ●一宮92239 ●1棟5万円～(最大10名様) ●6台



21 いちのみや べーすなみ
ICHINOMIYA BASE 73
 ☎0475-71-3741 MAP P23A3
 空間デザイナーの新川謙忠が監修した1棟貸しの施設。
 ●DATA ●東浪見7454-1 ●1棟3万5000円～(2名利用) ●2台



22 ーすとびれっじとらみ
east village torami
 ☎080-6535-8977 MAP P23A3
 東浪見海岸まで徒歩3分の1棟貸切ハウス。
 ●DATA ●東浪見7494-1 ●1棟1万5800円～(2名利用) ●5台



23 せるじゅとらみ こーすとさいど
SEAGE TORAMI COASTSIDE
 ☎0475-36-2417 MAP P23A3
 人数にあわせて選べるレジャーハウス型宿泊施設。
 ●DATA ●東浪見7500 ●2名1室7800円～ ●14台



8 たいにーはうすいち
Tiny House Ichi
 ☎090-4524-9815 MAP P26H3
 コンテナ型のプライベートハウス。
 ●DATA ●一宮2694-4 ●1棟2万円～(2名利用) ●1台



9 らくてん すていはうすくじゅうくりいちのみや
Rakuten STAY HOUSE 九十九里一宮
 ☎050-1754-3992 MAP P23A4
 約100m³LDKの1棟貸切型の宿泊施設。
 ●DATA ●東浪見7296-4 ●1棟4万7000円～(2名利用) ●2台(1棟につき)



10 もえるあな
moe-luana
 ☎080-4883-4173 MAP P23A2
 41坪の広さをもつ贅沢なアジアテイストの貸別荘。
 ●DATA ●一宮296-3 ●1棟9万6000円～(6名様最大利用12名様) ●7台



11 やどいちのみや
宿 いちのみや
 ☎080-7049-0421 MAP P27B1
 玉前神社近くにある古民家の一軒貸切宿。
 ●DATA ●一宮3269-13 ●1室8500円～ ●2台



12 みんしゅくわたなべ
民宿わたなべ
 ☎0475-42-4021 MAP P23A1
 海岸まで徒歩3分の宿。パーベキューが楽しめる。
 ●DATA ●一宮92239 ●1泊2食付き7500円～ ●10台



13 べんしょん ざーぶーん
ペンション ザ・ブーン
 ☎0475-42-3394 MAP P23A3
 多くのサーファーに愛される宿。全部屋ベッド&フローリング。
 ●DATA ●東浪見7461 ●素泊まり3100円～ ●17台



14 ふらいべーとらぞーとせんとうきゅうせかんど / さーどどく
プライベートリゾート sendouQ second / third dog
 ☎0475-44-5626 MAP P23A1
 1日1組限定のゲストハウス。愛犬同伴も可能。
 ●DATA ●船頭給1274-1 ●1泊7万7000円～(最大6名様) ●2台



15 とうるーのーす
トゥルーノース
 ☎080-4189-3440 MAP P23A4
 サーファーやサイクリストに人気のホステル(要連絡)。
 ●DATA ●東浪見34-4 ●素泊まり4500円～ ●5台



ここがおすすめ! 宿泊ガイド

1 とらみけ
TORAMIKE
 ☎090-8012-3232 MAP P23A3
 古民家を使ったレンタルハウス。
 ●DATA ●東浪見7106-13 ●1棟1万3000円～(最大4名) ●2台



2 ふれったとらみ
プレッタ東浪見
 ☎0475-36-2029 MAP P23A4
 趣のある古民家を改装したDIYゲストハウス。
 ●DATA ●東浪見890-1 ●素泊まり3000円～ ●8台



3 かいちのみや
KAI 一宮
 ☎070-2676-2590 MAP P23A2
 庭付きの客室で景色もよく、Wi-Fiも完備している。
 ●DATA ●一宮10103-2 ●1棟3万円～(4名利用) ●4台



4 ぐらんど・ういゅー・いちのみや
グランド・ビュー・一宮
 ☎0475-42-6111 MAP P23A4
 バルコニーから太平洋を一望できるコンドミニアム型ホテル。
 ●DATA ●東浪見60-1 ●素泊まり5600円～ ●30台



5 おーるしーずんりぞーとんばふあいぶく(まつたけうめ)
ALL SEASON RESORT No.5 蔵(松竹梅)
 ☎0475-44-6855 MAP P23A3
 ペットと泊まれる完全プライベート和風の1棟貸別荘。
 ●DATA ●一宮10225-3 ●1泊1名様1万2900円～(最大8名様) ●4台



6 さぬせかんと ほーむ いちのみや ふーすと
SANU 2nd Home 一宮 1st
 2ndhome@sa-nu.com MAP P23A2
 サブスクリプションで利用できる貸切コテージ。
 ●DATA ●一宮10147 ●1棟月額5万5000円～(最大4名様) ●9台



7 びかいち ふらいべーとすていはうす ーあお
PIKAICHI Privatestay series AO
 ☎0475-47-3991 MAP P23A2
 外シャワーやウォーターを干す場所などもある貸別荘。
 ●DATA ●一宮1319 ●1棟1万円～(最大5名様、別途清掃料1万5000円) ●2台



鮮度が魅力 農産物直売所

一宮町自慢の朝採れ野菜やフルーツはもちろん、手作りの加工食品も充実。

とらみ味の里直売所

とらみあじのさとちよくばいじよ
☎0475-42-2443 MAP P27D3
国道128号沿い、30年以上前からある。町で一番古い直売所。店頭には毎朝収穫した新鮮な野菜や果実などが並び、午前中には売り切れてしまうことも多い。スタッフ手作りする無添加の自家製味噌も評判。
●東浪見1639-2 ●JR上総一ノ宮駅から車で7分 ●8~17時(冬期は~16時30分) ●無休 ●10台

一宮駅前観光物産直売所

いちのみやえきまえかんこうぶつさんちよくばいじよ
☎0475-42-6399 MAP P26G2
生産者から直接納品された地元産野菜や果実、手作りの加工品、鉢植えの花などが揃う。上総一ノ宮駅前があり、電車の待ち時間を利用しておみやげを調達できることから、観光客やサーファー、ゴルフファンなどの利用も多い。地元で人気の東金屋(→P25)の塩煎り落花生も購入できる。
DATA→P24

農産物直売所 なのはな東浪見店

のうさんぶつちよくばいじよ なのはなとらみ
☎0475-47-3600 MAP P27D3
国道128号沿いにあり、駐車場も多いことから、観光で訪れた人たちの利用も多い。地元でとれた新鮮野菜をはじめ、手作りパンや落花生など、バラエティに富んだ商品がずらり。
●東浪見1616-4 ●JR上総一ノ宮駅から車で7分 ●9~17時 ●無休 ●30台

一宮観光いちご組合直売所

いちのみやかんこういちごくみあいちよくばいじよ
☎0475-40-0015 MAP P27D3
1~4月のイチゴ狩り体験の受付も行う直売所。ハウスでは10種類以上の品種のイチゴを高設栽培しており、気軽にイチゴ狩りが楽しめる。30分食べ放題で、ミルクやチョコレートをつけて味わえる。イチゴのほか、地元でとれた新鮮野菜や手作り雑貨なども並び。
DATA→P24

ながいき 長生ブランドをチェック!

●問合せは ☎0475-44-6800
JA長生農産物直売所 ながいき市場へ。地方発送も可。



温暖な気候と潮風・砂地という環境に恵まれた九十九里浜の南端で栽培される。トマトブランドとして有名で、一年中生産されている。

手ごろな値段で高級感いっぱいの美しいマスクメロン。6月下旬~7月中旬の収穫シーズンになると県外から多くの人を訪れる。

たかたやけいにくてん
高田屋鶏肉店の つくね揚げ
1個 70円
☎0475-42-5566 MAP P26G2
販売開始の16時になると店の前に行列ができる人気商品。ふわっとした食感がやみつきに。まとめ買いする人も多いが、食べ歩きに1個からでもOKだ。専用のタレをかけて召しあがれ。
●一宮2992 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩3分 ●10時~18時30分(揚げ物は16時~) ●水曜、隔週の火・日曜 ●なし

そんなときに! 帰るまで待てない!
お手軽グルメ
ほりこしにくてん
堀越肉店の 厚切ハムフライ
1個 248円
☎0475-42-3078 MAP P26G2
作り続けて60余年、揚げ物は注文を受けてから揚げるのでアツアツを味わえる。食べごたえのある厚切ハムフライや千葉県産の肉を使用した手作りコロッケ118円、手作りメンチ129円は食べ歩きにピッタリ。
●一宮9902 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩1分 ●10時30分~19時(揚げ物は~18時) ●水曜 ●なし

みかん大福
1個 350円
甘いみかんを厳選し、丸ごと包み込んだとてもジューシーな大福。やわらかくきめ細かな餅生地となめらかな白餡との相性も抜群。

塩煎り落花生
180g 680円
千葉県産の原料を使用し、やさしい塩味がクセになる。180g入りのほか、90gなどが揃って便利。千葉県産サヤ煎り落花生(千葉県立180g)もおすすすめ。

長生メロン
手ごろな値段で高級感いっぱいの美しいマスクメロン。6月下旬~7月中旬の収穫シーズンになると県外から多くの人を訪れる。

一宮みやげ大集合!!

上総の月
1個 190円(税込)
黄味餡のふんわりとした口あたりと、優しい味わいが特徴の焼き菓子。上皇・上皇后両陛下に献上した銘菓として名高い。

九十九里最中
1個 190円(税込)
九十九里浜をイメージしたハマグリ型の最中。白最中(写真中央)は、白餡に青海苔が入り香り豊か。発売以来、一宮の銘菓として親しまれている。

の宮 純米吟醸 瓶燗火入れ
720ml 1360円
大吟醸 金龍梅花正宗
720ml 3300円

とうがらしみそ
野菜スティックや炒め物の味付けに。町内のスーパーや直売所(一宮駅前観光物産直売所)でも販売。

なぎさサブレ
1個 350円(袋入り5枚入り)
渚をイメージしたサブレは軽い食感で素朴な味わい。箱入り430円(5枚入り)もあり、値段も手ごろでちょっとしたみやげにおすすめ。

日本酒各種
玉前神社の御神酒である稲花正宗は、全国新酒鑑評会で金賞に輝いている名酒。大吟醸金龍梅花はフルーティーで芳醇な味わい。冷でどうぞ。

長生ゼリー
1個 260円(梨・とまと)
地元特産の長生トマトとながいき梨を使用した「長生」という名前も縁起がよく、紅白を組合せてして贈り物にするのもおすすめ。

フナ兼
0475-42-2393 MAP P26F2
珍しいラメやメタリック・蛍光・蓄光サンダルなど、おしゃれと実用性を兼ね備えた若者に大人気のギョサンを多数販売。マール柄やアニマル柄など、ここでしか見つからない希少品も。自分好みの一足を探してみよう!
●一宮3004 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩8分 ●7時~18時30分 ●無休 ●6台

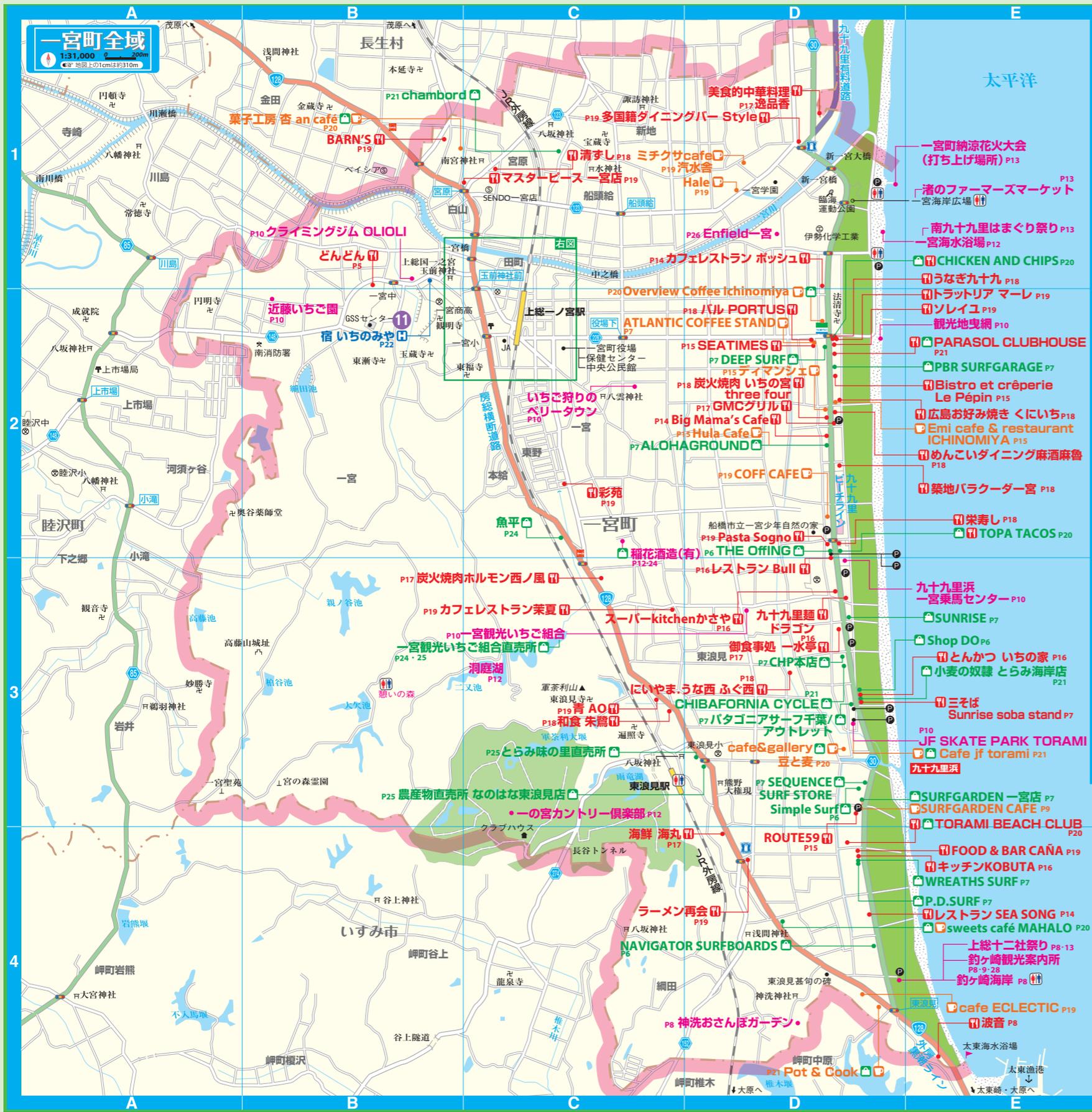
玉前神社の門前町として栄えてきた一宮町には、老舗の菓子店や酒蔵が点在。九十九里の海産物や地元の素材を生かしたみやげはこちら!

九十九里地はまぐり
1kg 2500円~(時期により変動あり)
千葉ブランド水産物にも認定された天然ハマグリ。形も大きく身も引き締まっている。年間を通して販売。

9983 (九十九里天然はちみつ)
100g 1000円
一宮町の海岸近くと里山の養蜂場で、ミツバチが集めた季節の花の完熟「100%天然はちみつ」。

人気アイテムをゲット!
ココで買えます **SHOP LIST**

- A 魚平** ☎0475-42-3737 MAP P27C2
新鮮な海産物を中心に扱う大型物販店。干物や加工品をはじめ、地酒や名産品など、みやげも充実している。
●東浪見5146-1 ●JR上総一ノ宮駅から車で3分 ●10~18時 ●水曜、火曜不定休 ●30台
- A タカラ鮮魚店** ☎0475-42-3129 MAP P26F2
安くて新鮮な魚が買えると地元の人からも親しまれている。地魚は駅前の食堂「タカラ亭」(→P5)で味わえる。
●一宮2963-1 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩3分 ●9~18時 ●火曜 ●4台
- B 一宮駅前観光物産直売所** ☎0475-42-6399 MAP P26G2
一宮町観光の拠点として利用しやすい、観光案内所併設の直売所。地元のみみやげも豊富に揃う。
●一宮2738-1 ●JR上総一ノ宮駅から車で8分 ●10時30分~16時30分(4~9月は~17時) ●火曜(祝日の場合と3・9月の彼岸中は営業) ●6台
- B 一宮観光いちご組合直売所** ☎0475-40-0015 MAP P27D3
一宮町のマスクメロンやイチゴなど、季節の新鮮な果物が並び、希少価値の高い天然はちみつはまとめ買いする人もいるほど人気の商品。
●東浪見3515-2 ●JR上総一ノ宮駅から車で10分 ●9時~16時30分 ●無休 ●20台
- C 御菓子司 角八本店** ☎0475-42-2068 MAP P26F2
和菓子がもつ季節感を大切に、地元特産の野菜やフルーツなどを積極的に取り入れた商品を製造・販売している。
●一宮3012 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ●7~18時 ●水曜 ●9台
- D 酒菜処もりた** ☎0475-42-4666 MAP P26H2
料理自慢の居酒屋。常連客に人気がある黒毛和牛のもつ鍋は、容器を持参すれば持ち帰りもできる。2人前3000円。
●一宮2515-1 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩6分 ●17時30分~23時30分 ●日・月曜、祝日(定休日)は予約があれば営業) ●15台
- E ナカムラヤ** ☎0475-42-3234 MAP P26G2
和菓子や洋菓子をお手ごろ価格で販売。40年近く前から販売しているなぎさサブレは、全国菓子大博覧会大賞を受賞。
●一宮2827 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩2分 ●8~18時 ●水曜 ●1台
- F 稲花酒造(有)** ☎0475-42-3134 MAP P27C2
文政年間(1818~30)には創業していたと伝わる酒蔵。伝統と新しい技術を融合させた酒造りに取り組む。要予約で酒蔵見学も可能(→P12)。●東浪見5841 ●JR上総一ノ宮駅から車で5分 ●9~17時(12~13時は休憩) ●日曜、祝日 ●40台
- G 和菓子司 かね吉** ☎0475-42-3233 MAP P26F2
一宮町の和菓子店ではもっとも古い老舗。「上総の月」は2020年から3年連続でモンドセレクション金賞を受賞している。
●一宮3019 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩7分 ●8時30分~17時30分 ●月曜(祝日の場合は翌日の場合あり) ●なし
- H 東金屋** ☎0475-42-2058 MAP P26F2
食品のほか落花生をはじめ千葉県のみみやげが購入できる老舗。落花生は自社工場加工直売しているからリーズナブルで味も最高だ。
●一宮3005-1 ●JR上総一ノ宮駅から徒歩3分 ●8時30分~18時30分 ●無休 ●5台



個性的なワークेशन施設

PiPi

☎080-4295-7405 (MAP P23A2)

宿泊、ワークेशन、バーベキューができる複合施設。館内はWi-Fi完備。カフェラウンジはワークスペースとしても開放している。コワーキングスペース利用1時間1000円(ドリンク1杯無料、フード10%引き)〜。大きなバルコニーと窓から夕暮れを堪能できる客室も自慢だ。DATA ①一宮10112-2 ②JR上総一ノ宮駅から車で5分 ③5台

④趣味のサーフィンを楽しみながら、仕事もこねせる空間だ



Enfield 一宮

☎050-3135-3931 (MAP P27D1)

3つの客室をもつワークेशन施設。すべての客室に専用バスルームとテラスを備える。サーフスポットまで徒歩5分という距離なので、サーフィンの後にワークスペースで仕事をということもできる。DATA ①一宮350-78 ②JR上総一ノ宮駅から車で7分 ③然豊かな立地 ④宿泊7000円〜 ⑤IN15時/OUT10時 ⑥5台



一宮町アクセスガイド



太平洋

電車			
東京駅	JR京葉線・外房線特急「わかしお」	約60分	上総一宮駅
	JR京葉線快速	約45分	
	JR総武本線快速	約40分	
	JR外房線	約40分	
	千葉駅	約6分	蘇我駅

車						
東京方面から	千葉東JCT	千葉東金道路 約20分 約16km	東金IC	国道126号 東金九十九里 有料道路 約20分 約13km	真亀JCT	九十九里有料道路 約20分 約16km
	神奈川方面から	木更津JCT	首都圏中央連絡自動車道 (圏央道) 約30分 約29km	茂原長南IC	国道409号・128号 約25分 約16km	

交通問合せ

- タクシー 日の丸タクシー ☎0475-42-2615 [MAP P26G2](#)
- レンタカー Honda Cars長生(ホンダカーズ) ☎0475-42-2244 [MAP P26H3](#)
- ニコニコレンタカー 上総一宮駅店(BURDOCK) ☎0475-36-7933 [MAP P26H3](#)
- レンタサイクル 上総一宮観光案内所 ☎0475-47-2100 [MAP P26G2](#)
- レンタサイクル 釣ヶ崎観光案内所 ☎0475-36-7557 [MAP P27D4](#)

観光問合せ

- 上総一宮観光案内所 ☎0475-47-2100
- 釣ヶ崎観光案内所 ☎0475-36-7557
- 一宮町役場観光窓口 ☎0475-42-1427



一宮町観光協会



ふるさと納税

発行：一宮町・一宮町観光協会

企画・編集・制作：(株)JTBパブリッシング

※本誌掲載のデータは2024年2月末のもので、発行後にデータが変更になる場合がありますので、お出かけの際には電話等で事前に確認されることをおすすめいたします。なお、本誌掲載内容による損害等は、補償いたしかねますので、あらかじめご了承くださいませようお願いいたします。※本誌掲載の料金は、原則として消費税込みの金額です。※本誌掲載の入園料などは大人料金を掲載しています。※定休日は原則として年末年始・お盆休み、ゴールデンウィークを省略しています。※利用時間は特記以外原則として開店(館)～閉店(館)です。オーダーストップや入店(館)時間は、通常閉店(館)の30分～1時間前ですのでご注意ください。※交通情報については、天災の影響や季節などにより変動する場合がありますので、お出かけの際には各交通機関にお問合せください。※温泉の泉質・効能は源泉のもの、個別の浴槽のものではありません。各施設からの回答をもとに原稿を作成しています。※宿泊料金は原則としてシングル・ツインは1室あたりの室料です。1泊2食、1泊朝食、素泊まりに関しては、1室2名で宿泊した場合の1名料金です。料金は諸税・サービス料込みで掲載しています。季節や人数によって変動しますので、お気を付けください。本誌に掲載した地図にあたっては国土地理院数値地図(国土基本情報)を加工。