

# Food

くわしくはウェブサイトへ  
mutsuzawankitene.com  
「むつざわに来てね」を  
検索してください!

むつざわ未来ラボのメンバーが  
オススメする、美味しい! 楽しい!  
スポットやアイテムをご紹介します!



美味しい本格蕎麦を味わえます。  
コシのある蕎麦に、サクッと  
香ばしく揚がった天ぷらを  
楽しめる「天せいろ」が  
オススメです!

未来ラボのイチオシ!  
「天せいろ」

MAP B3 本格手打そば 縁  
上之郷 2460-1 ☎ 0475-40-3444

MAP B9 森 喫茶  
上之郷 1994-1 ☎ 0475-44-6096

木のぬくもりを感じられる空間で  
体に優しいパンやケーキ、  
珈琲を味わえる喫茶店。  
パンのテイクアウトも人気です!



大きな窓から見える  
緑溢れる景色が落ち着く!



石窯で焼き上げた  
天然酵母パン

MAP B2 石窯工房 パン・ド・ナル  
上之郷 1400-3 ☎ 0475-40-3078

石窯で焼かれる田舎パンが人気。  
店主のこだわりが詰まったパンは  
どれも繊細でやさしい味わいです。



つくね(タレ)  
がオススメ!

MAP B8 焼鳥またの  
上之郷 2035 ☎ 0475-43-0667

テイクアウト専門の焼鳥店。  
1本1本を丁寧に焼き上げた焼鳥は  
香ばしくてジューシー。  
事前に注文しておくのがオススメ。

MAP B5 ときわぎ工舎  
長楽寺 496 ☎ 0475-44-2299

地元睦沢産の小麦を使った  
無添加のパンやクッキーは  
すべて手作りの優しい味。



イートインもある  
手作りパン屋さん



ボリューム満点!  
天丼&もりセット

MAP A8 田中肉店  
上市場 1344 ☎ 0475-44-0012

お肉屋さんを作るメンチや  
コロケは絶品。  
懐かしい昭和の味にホッ。  
おやつにもどうぞ!



昔から変わらない  
なつかしい味



山盛りのづけまぐろ、  
うに、いくらがドーン!

メニューが豊富でボリュームも満点。  
お腹いっぱい食べたい方にオススメ。  
人気の「鉄火重」は売り切れ御免!

MAP B10 お食事処 おだか  
上之郷 306-2 ☎ 0475-43-0441

MAP A9 寿し処 たなか  
上市場 644-9 ☎ 0475-44-1313



ボリューム満点の  
にぎり寿し

新鮮なネタ、大きめのにぎり  
ボリューム満点。火~金曜日限定の  
平日ランチもオススメ。



MAP A6 里山カフェ&ゲストハウス sou  
大谷木 269 ☎ 0475-47-4103

時間を忘れてのんびりできる  
雰囲気バツグンのカフェ。  
目の前に広がる里山の四季に  
癒やされること間違いなし!

里山の自然に  
囲まれたカフェ

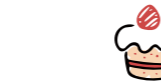
MAP B1 おきカフェ そわか  
下之郷 1875 ☎ 0475-44-1250

ご住職の優しい人柄やおもてなし、和の  
雰囲気、ほっこりと癒やされるカフェ。  
梵字がシナモンで描かれる梵字ラテ、  
スパイスの効いた精進カレーが人気。



MAP A11 むつきあん  
陸希庵  
上市場 892-1 ☎ 0475-44-0667

「だしが命」とご店主がこだわる  
蕎麦つゆと自家製野菜の天ぷらが人気。  
ボリューム満点でお手頃なお値段で  
アットホームな雰囲気です。



知る人ぞ知る逸品  
生チョコケーキ

MAP B6 睦沢菓子工房 ガトー・タナベ  
森 97 ☎ 0475-43-0344

どこか懐かしさを  
感じる、やさしい味の  
ケーキを味わえるお店。  
冬春限定の  
チョコレートケーキは  
食べなきゃ損!!



知る人ぞ知る逸品  
生チョコケーキ

# Fun

ブルーベリー  
摘み取り体験で  
食べ放題!

見晴らしのよい南斜面の観光農園。  
開園中は、ブルーベリーアイスや  
米粉のケーキも販売しています。

MAP A5 山田農園 ※夏季のみ  
北山田 121 ☎ 090-4025-0757

MAP A4 フワリ Fuwari ※要予約  
北山田 93 ☎ 050-5276-5910

至極のテクニクと癒しの空間。  
そこはまるで睦沢のスリランカ☆  
自分へのご褒美に  
いかがですか?

完全プライベートの  
アーコルヴェーダ



# omiyage

MAP B7 道の駅むつざわ・つどいの郷  
森字上耕地 2-1 ☎ 0475-36-7400

むつざわのお土産なら人気商品を  
たくさん取り扱っている道の駅へGo!!



その場で精米  
してくれるのが  
うれしい!

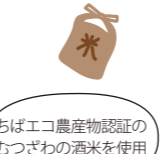
むつざわ米

「ちばエコ農産物」の認証を受けた  
安心・安全なお米

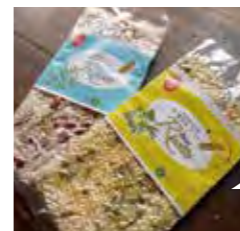


ボクスイ  
純米大吟醸 睦水

醸造アルコールを加えず、  
米と米麹だけで作った  
フルーティーで口当たりのよいお酒。  
贈答用の専用箱もあるので  
手土産に最適です!



ちばエコ農産物認証の  
むつざわの酒米を使用



ビーンリゾット

むつざわ米と、睦沢町産のお豆やキノコ、  
ハーブなどをミックスした、  
手軽で簡単に作れるリゾットの素。

フライパンで  
19分!

べっぴんあられ

むつざわ米をつかった揚げあられ  
梅・しょうゆ・塩レモン味

常温で持ち帰れるので  
お土産にぴったり!



むつざわ米の  
美味しいあまざけ

睦沢町の里山で丹精込めて育てた  
ふさおとめの米麹からつくった、  
ノンアルコール、添加物無添加、米麹100%の甘酒。

後引くおいしさ!  
塩レモンが人気!

MAP A1 ぎやらりー 801  
川島 80-1 ☎ 0475-40-3035

目の前に田園風景が広がるギャラリー。  
洗練された品々が並ぶ常設展示のほか、  
毎月変わる企画展も楽しい。



着衣して入浴する  
ので安心!



樽のおがくずと米ぬかを発酵  
させた酵素風呂は、体の芯から  
温まります。男女別の更衣室・  
シャワールーム完備も嬉しい。

MAP A10 酵素風呂 いはら ※要予約  
河須ヶ谷 31-2 ☎ 070-4571-6726

MAP A7 硝子屋 福 ※要予約  
上市場 1639-3 ☎ 050-1095-3729

ガラス作家 福ちゃんのあたたかな  
作品はプレゼントにもオススメ!  
旅の思い出に、吹きガラス体験は  
いかがですか?



吹きガラスの  
体験が人気!

みのりファームの  
新鮮たまご 彩八(いろは)

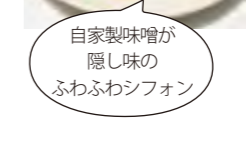


たまごかけごはん  
TKGで食べたい  
濃厚たまご

MAP A3 みのりファーム  
上市場 2110 ☎ 0475-44-1153

山田農園の  
米粉のシフォンケーキ  
ブルーベリージャム

MAP A5 山田農園  
北山田 121 ☎ 090-4025-0757



自家製味噌が  
隠し味の  
ふわふわシフォン



ここで買えます!

MAP A2 新生酪農アイスクリームショップ  
上市場 2301 ☎ 0475-44-0099

新生酪農のアイスクリームと  
パスチャライズド牛乳



売り切れ御免!  
古代米おにぎり

おばあちゃんたちの  
手づくり惣菜

むつざわ産の食材を使った手づくりのお弁当  
房総エリアに伝わる郷土料理、太巻き寿司や  
おこね、古代米おにぎりも人気です!

MAP B4 澤田農産直売所 はらから  
森 249-2 ☎ 0475-44-2107

お米のジュレーゼ ガトーショコラ  
ころころフィナンシェ  
ロールケーキやシフォンケーキ、和菓子もあります

日本初!  
低カロリーでヘルシーな  
新食感・お米スイーツ



MAP B12 むつざわヤギ牧場  
佐貫 3338 ※要予約 ☎ 0475-36-7460

ヤギへの餌やりやお散歩、ヤギハグ、  
ヤギヨガなどのほか、ドローンの  
飛行体験も行っている牧場です。  
子どももおとなも癒やされます!



MAP A12 まっ白い広場(プレーパーク)  
睦沢小学校裏の川べり ☎ 0475-44-2289

子どもたちの自由な発想で遊びを  
楽しみ、自然や人とふれ合う大切さを  
学んでほしいと作られた広場です。  
(毎月第2土曜日が開放日)



MAP B11 フラココ furacoco  
妙楽寺 1887 ☎ 0475-36-5700

ランチも  
美味しい!



籐カゴや帽子、器など、こだわりの  
品々を集めたギャラリーとカフェ。  
予約必須のランチは美しくカラダに  
優しい味で、リピーター続出!