

地元食材を使った「おらが自慢の丼ぶり」を食べ歩こう～



郷土の味に出会う旅

鴨川食べ歩き おらが丼

店自慢



千葉 鴨川
おらが丼協会

2017年 4月発行

千葉県鴨川市横濱643-2 ☎04-7092-0320 (鴨川市商工会内)
千葉県おらが丼協会
①季節の食材を使用するため、写真と多少異なる場合があります。
②売り切れになる場合や御提供食数を限定させていただく場合もあります。
③内容は予告なく変更となる場合もありますので予めご了承ください。

おらが丼の味は、地元産の新鮮な魚介類を、季節の食材と合わせて、心をこめて仕上げた一品です。おらが丼は、鴨川市の特産品であり、地域の活性化に貢献しています。おらが丼の味は、地元産の新鮮な魚介類を、季節の食材と合わせて、心をこめて仕上げた一品です。おらが丼は、鴨川市の特産品であり、地域の活性化に貢献しています。

鴨川ポータルサイト「かもナビ」で
マップのお店を検索してみよう！
便利で
得する
情報満載！

鴨川ポータルマガジン
「かもジン」で鴨川のイベントや
お得な情報をゲットしよう！
右のQRコードからも店情報をゲット！
<http://www.kamonavi.jp>

南房総の漁師料理、なまろうを作ろう！
①アジなどの魚を3枚におろし、細かく刻む。
②葱、大葉、生姜などお好みの薬味を細かく刻む。
③①と②を合わせ、たいてから味噌を入れ、なまろうを焼いたものかきさんが焼けます。
※なまろうの語源は、簡車11
イメージ写真

鴨川おらが丼音頭
おらが丼の味は、地元産の新鮮な魚介類を、季節の食材と合わせて、心をこめて仕上げた一品です。おらが丼は、鴨川市の特産品であり、地域の活性化に貢献しています。

アイクラウトのみの店舗
おらが丼をお店で食べられなかったお客様に、アイクラウトのみの
おらが丼です。駅のコピーセンターやスーパー内で販売しています。
電車、お車で、ご自宅までお召し上がりください。

南総軒
さんか焼き ¥820 (税込)
新鮮なアジやサバをシウワケ等と一緒に包丁で細かく叩いて、ネギや味噌と混ぜ合わせ、大葉で包みました。

ヤマト水産 ¥180 (税別)
「ネ・鮮度・価格」にこだわります。魚をご賞味。

わかしお丼 ¥180 (税別)
「ネ・鮮度・価格」にこだわります。魚をご賞味。

魚屋食堂 カネシチ
鴨川海鮮めし まご茶漬 ¥1200 (税別)
脂のつったサバを鴨川定置船員が船上で活け。その刺身用板にサバに秘伝のタレをからめます。

道の駅 鴨川オーシャンパーク
ひかり丼 ¥950 (税込)
房総産さんまの酢漬け、鴨川産ワカサギ、錦糸卵等を長狭米に並べ「海と花」をイメージした色鮮やかな一品。

大海フラー-磯釣センター
涙太丼 (なみたどん) ¥1836 (税込)
大海浜は別名「涙太(はまなぶと)」と呼ばれています。涙太の新鮮な魚貝類をどうぞ召し上がれ。

画家ゆかりの店 江澤館
おらがさえ丼 ¥1620 (税込)
ふっくら炊いた長狭米に、目の前の海でとったさえを秘伝のタレで味付けし、玉子でとじた自慢の一品です。

世 鮎
活き鮎丼 (いきいさどん) ¥1750 (税込)
毎日、日替りで地魚が入り、ネギトロ、鰯のなめろうが入った海鮮丼にフラスアブリ寿司1個付きです。

アジ照り焼き丼と季節野菜添え ¥850 (税込)
地魚のアジを照り焼きにし、季節の野菜 (菜花・ネギ・人参) を添え、卵をスクランブルにしてみました。

フアミー中華 なかい ¥36
鴨川市代915-1 (JR大海駅より徒歩1分)

鴨川市代915-1 (JR大海駅より徒歩1分)
¥04-7092-0391
入った海鮮丼にフラスアブリ寿司1個付きです。

鴨川市代915-1 (JR大海駅より徒歩1分)
¥04-7092-0391
入った海鮮丼にフラスアブリ寿司1個付きです。

鴨川市代915-1 (JR大海駅より徒歩1分)
¥04-7092-0391
入った海鮮丼にフラスアブリ寿司1個付きです。



マスコットキャラクター こめみちゃん

鴨川には「おらが井」がある！

おらがとは、鴨川の方言で「我が家」という意味。「おらが井」は**我が店自慢のどんぶり**です。

新鮮な地元産食材を使った地魚料理から、採れたて山の幸を使った料理など大集合！

井名は各店それぞれが工夫を凝らしたネーミング。いろいろな味を食べ歩きませんか？



🕒 10:30～16:00 📅 火曜日(定休日)

和食亭 浜よし

小湊～
誕生寺エリア

鮮魚三種つけ井 **¥1600**(税込)

地元でとれた活魚を十分に堪能して下さい。
美味しかった、その一言が嬉しくて!!

☎04-7095-2719

鴨川市小湊176(JR安房小湊駅よりタクシー7分／徒歩20分)



🕒 11:30～14:30(レストラン) 📅 おらが井は平日限定

鴨川ホテル三日月

小湊～
誕生寺エリア

三日月井

¥1500(税込)

旬の鰯を使った井もので、千産千消を考慮した菜
花や鶏卵を使用しています。

☎04-7095-3111

鴨川市内浦2781 (JR安房小湊駅より徒歩で8分)



🕒 11:00～18:30(季節により時間変更あり) 📅 水曜日

磯料理 あみもと

小湊～
誕生寺エリア

地魚・はばのり御飯 **¥1620**(税込)

小湊名産はばのりを香ばしく焼き、おかが醤油にくぐらせた
ものをご飯にのせ、地魚はわさび風味のタレに漬けました。

☎04-7095-3311

鴨川市内浦1906 (JR安房小湊駅より徒歩5分)



🕒 11:00～14:00 17:00～21:00(LO20:00) 📅 火曜日(祝日営業)

食事処 なかむら

小湊～
誕生寺エリア

びっくり海鮮井

¥1300(税込)

沢山の海の幸が入ったびっくり海鮮井が当店一番の
人気メニューです。自慢の「おらが井」ご賞味下さい。

☎04-7095-2564

鴨川市内浦273-1 (JR安房小湊駅より徒歩2分)



🕒 11:00～15:30 📅 金曜日(祝日の場合前日休みのとき有)

食事処 千 家

小湊～
誕生寺エリア

海鮮重

¥1780(税込)

房総で獲れた旬の魚をメインに… 漁師料理の
「さんが」をそばろにして…2つの味が楽しめます。

☎04-7095-3733

鴨川市内浦405-6(JR安房小湊駅より徒歩2分)



🕒 11:30～14:00 17:00～22:00(LO21:00) 📅 月曜日

すいたつ美

鴨川シーワールド
エリア

上ちらし

¥1500(税別)

「新鮮な魚を出すのは当たり前！」玉子やかんぴょ
う・シャリも手問ひまかけた自慢の品。出前もOK。

☎04-7093-5520

鴨川市東町485-4 (JR安房鴨川駅より車で5分)



🕒 11:00～14:00 17:00～22:00 📅 第1水曜日 毎木曜日

食事処 しばやま

鴨川シーワールド
エリア

ちょっとぜいたく井

¥1890(税込)

旬の刺身、エビ、イカ、貝柱のかき揚げ、煮もの、さんが焼き
をひとつの井にちょっとぜいたくに味わってみ下さい。

☎04-7092-0006

鴨川市西町1153-6 (JR安房鴨川駅より車で5分)



🕒 11:30～14:30 17:00～21:00(LO) 📅 木曜日

つかさ

鴨川グランド
タワーエリア

アワビの海鮮井

¥1620(税込)

ボイルしたアワビに、マクロ・ホタテの貝柱・季節の魚
がのっています。わさび醤油でどうぞ。

☎04-7092-2595

鴨川市広場842-4 (JR鴨川駅から徒歩10分 鴨川グランドタワー玄関の斜め前)



🕒 11:30～14:30 (LO14:00) 📅 無休

生簀篋

鴨川グランド
タワーエリア

房州井

¥1728(税込)

鮓をメインに地魚・鰯・ワラサなどを使った
「生簀篋」オリジナルの特製井!ランチ限定です。

☎04-7093-6111

鴨川市広場834 (鴨川グランドタワー1階)



🕒 平日11:00～21:00 土日祝日10:30～21:30 📅 無休

地魚回転寿司 丸藤

鴨川グランド
タワーエリア

鰯づくし井

¥1200(税別)

鴨川で漁獲された新鮮な鰯をごま合せ・刺身・なめろ
うと三食、食べくらべ!お好みでだし汁で茶漬けで。

☎04-7099-2205

鴨川市広場777 (JR安房鴨川駅より徒歩7分)



🕒 11:00～22:00 (LO21:00) 📅 年中無休(GW、御盆、年末年始は時間変更有)

食事処 藤よし

鴨川グランド
タワーエリア

房総三彩井

¥1400(税別)

鰯・金目鯛・地魚を井にして房総の味を
一度に三種類味わって頂けます。

☎04-7099-0840

鴨川市横渚1222-1 (JR安房鴨川駅より徒歩7分)



🕒 11:00～15:00 17:00～20:00 📅 火曜日

いいとこ

小湊～
誕生寺エリア

鯛めし

¥1300(税込)

鯛をまるごとご飯に炊き込みます。大盛りの美学。
まいう～!

☎04-7095-2783

鴨川市内浦54-4 (JR安房小湊駅より徒歩5分)



🕒 11:00～19:00(LO) 📅 金曜日

地魚料理 船よし

天津～
浜荻エリア

どんぶりセット(海鮮どん)

¥1450(税込)

元漁師の店主。魚の目利きは天下一品。地元の漁
港で揚がった新鮮な地魚を使った海鮮丼です。

☎04-7094-2703

鴨川市天津3284-1 (JR安房小湊駅より車で3分)



🕒 11:00～20:00 📅 水曜日 祝日は営業

地魚磯料理 うおまさ

天津～
浜荻エリア

地魚海鮮丼

¥1836(税込)

愛されてますこの1杯!酢飯は自慢の長狭米、オシャレな器
と盛付けて女性にも大人気、新鮮な魚をお楽しみ下さい。

☎04-7094-1023

鴨川市天津3280-5(JR安房小湊駅より車で3分)



🕒 12:00～14:30 17:00～20:00(夜のみ要予約) 📅 不定休

地魚寿司 中乃見家

天津～
浜荻エリア

三楽流☆まかない井

¥2160(税込)

房総名物なめろうと朝取れ地魚を①みそ味②酢
なめろう③地魚④まご茶この一杯で房総制覇

☎04-7094-0551 **要予約**

鴨川市天津3253-3 (JR安房小湊駅より車で5分)



🕒 11:00～15:00 17:00～20:00 📅 水曜日

かしわくら

天津～
浜荻エリア

房州どん

¥1814(税込)

当店自慢のなめろうと地魚刺身がのった海鮮丼
です。ボリューム満点、房州の味をご堪能下さい。

☎04-7094-0121

鴨川市天津3244 (JR安房小湊駅より車で5分)



🕒 12:00～22:00 📅 第2・第4木曜日

川 京

鴨川駅～
前原海岸エリア

さざえのおらが井

¥1100(税込)

野菜の卵とじとさざえまるごと1個きもまで使い
特製のタレで味をつけた井です。

☎04-7092-1076

鴨川市横渚1117 (JR安房鴨川駅より徒歩3分)



🕒 11:30～14:00 📅 水曜日

あわじや

フィッシャリーナ
鴨川エリア

海鮮井

¥1100(税込)

いままで8種類だったお刺身を10種類に増やし
ました。お米は長狭米で"酢めし"です。

☎04-7093-1240

鴨川市前原97 (JR安房鴨川駅より徒歩18分)



🕒 11:30～14:00 17:30～20:00(LO) 📅 月曜日

しかま

フィッシャリーナ
鴨川エリア

旬菜ちらし

¥1620(税込)

味付け御飯のうえに旬の魚介類を盛り付けまし
た。ご予約制ですが、ぜひご賞味下さい!

☎04-7093-1234 **要予約**

鴨川市横渚585 (JR安房鴨川駅より徒歩8分)



🕒 11:00～14:30 17:00～21:00 📅 火曜日

鰯 笹 元

国道128号
沿いエリア

笹元のばらちらし

¥1580(税込)

地魚・野菜を自家製ドレッシングで食べる新感覚
ばらちらし。平日限定、ネタが無くなり次第終了。

☎04-7093-1455

鴨川市横渚1063-1 (JR安房鴨川駅より徒歩5分)



🕒 11:30～21:30(LO) 15:00～17:00準備中 📅 元旦のみ

中国料理 東 洋

国道128号
沿いエリア

海鮮あんかけ炒飯丼

¥1700(税込)

炒飯の上に7品の海鮮を塩味あんかけにしました。房
総ではここできか味わえないあんかけチャーハンです。

☎04-7099-2245

鴨川市横渚1101-1 (JR安房鴨川駅より徒歩3分)



🕒 11:30～14:00 17:00～20:30 📅 不定休

地魚処 すずき家

国道128号
沿いエリア

元祖、伊勢海老天井

¥1700(税込)

創業当初から看板メニューとして大人気。ブリッとした食
感と口の中に広がる極上の甘みの伊勢海老天井です。

☎04-7092-1313

鴨川市横渚1104-16 (JR安房鴨川駅西口より徒歩30秒)

お店の探し方	
1	一覧から食べたいお店を探す。
2	お店のエリアと番号を確認。
3	マップで同じエリア(同じ色)の中から同じ番号を探す。
<div><div>小湊～誕生寺エリア</div><div>天津～浜荻エリア</div><div>鴨川シーワールドエリア</div><div>鴨川グランドタワーエリア</div><div>鴨川駅～前原海岸エリア</div><div>フィッシャリーナ鴨川エリア</div><div>国道128号沿いエリア</div><div>市役所～長狭街道エリア</div><div>太海～江見エリア</div></div>	



🕒 10:30～19:30(LO) 📅 金曜日

わか菜(すなば支店)

天津～
浜荻エリア

海女さん御膳

¥1780(税込)

前の漁港で新鮮な魚貝がとっさり採れます。品数豊富
なネタのびっくり井です!! 手打ちそば・カニ汁・小鉢つき

☎04-7094-2733

鴨川市浜荻587 (JR安房天津駅から車で3分。国道128号線沿い)



🕒 11:30～13:30(LO) 17:00～22:30(LO) 📅 日曜日

お食事処 薩摩

鴨川シーワールド
エリア

海鮮丼

¥1100(税込)

その日、海より捕れたての魚を使用するため、魚の
種類は変動致します。又、季節により違います。

☎04-7093-4957

鴨川市東町1351-3 (JR安房鴨川駅より車で7分)



🕒 平日11:00～20:00(LO)日祝日11:00～16:30(LO) 📅 年末年始(12/30～1/3 5日間)

レストラン 亀楽亭

鴨川シーワールド
エリア

ハレオハナ井

¥1230(税込)

ハワイをイメージした女性に人気の海鮮丼。新鮮な魚と野菜、
胡麻油の風味が食欲をそそります! ※割引・金券等は非取扱店

☎04-7099-1305

鴨川市東町929(JR安房鴨川駅より車で5分)



🕒 11:30～15:00(LO14:30) 📅 不定休 除外日 5/1～5/5 8/11～8/15 12/30～1/4

鴨 川 館

鴨川シーワールド
エリア

かずさと牛肉のステーキ重

¥2000(税込)

房総のブランド食材「長狭米」と「かずさ黒毛和牛」の旨
味をたっぷり味わえる極上のステーキ重。 ※1日10食限定

☎04-7093-4111

鴨川市西町1179 (JR安房鴨川駅より車で5分)

