



特別編集



伊達十萬石の城下町で  
舌鼓!



# うわしま

おいしい  
宇和島

食べたい! 見たい!  
ぐるめぐり

さくっと!  
地元愛され麺



新鮮!  
旬の地魚



名物!  
宇和島鯛めし



揚げたて、焼きたてで!  
じゃこ天&太刀魚巻焼き

現存12天守のひとつ、  
宇和島城へ

1DAY  
モデルコース

地酒で一杯  
おまちでハシゴ酒

コスパ最高の新鮮魚介を心ゆくまで

# 回転寿司 すしえもん 宇和島本店

☎0895-24-1000 MAP P8A2

産会社直営の回転寿司店。宇和島近海で水揚げされた地魚を中心に、専属バイヤーが厳選した新鮮魚介をリーズナブルに楽しめる。  
◎宇和島市弁天町2-1-60◎JR宇和島駅から徒歩17分◎10時30分～22時◎水曜(祝日の場合は営業)◎25台



海そばに立つ。仲買人の立場だから新鮮&リーズナブル

**宇和島五貫王**  
1皿1100円  
鯛めし風軍艦や伊達真鯛など旬の地魚の握りセット

## 地魚

リアス海岸が広がる宇和海は、鯛やブリなどの養殖が盛んに行われる新鮮魚介の宝庫!

◎ゴリゴリ伊達真鯛1皿308円(右)、朝メぶりト口皿440円(左)

## 太刀魚巻焼き

太刀魚の身を竹に巻き付け炭火であぶった宇和島名物。太刀魚の新たなおいしさに出会う。

宇和島は昼も夜もおいしい

## 河合太刀魚巻店

☎0895-52-0122 MAP P8宇和島市全図

すべて手作業で丁寧に作る太刀魚巻焼きの名店。その日水揚げされた太刀魚のみを使用し、45年以上継ぎ足し続けたタレの風味がたまらない。

◎宇和島市吉田町魚棚28◎JR宇和島駅から徒歩19分、バス停長栄橋下車、徒歩すぐ◎10～17時(売切れ次第終了)◎不定休(魚の入荷次第のため電話予約がベター)◎近隣駐車場可

**太刀魚巻** 1本800円  
皮はパリパリ身はホクホク。少し甘いタレが後を引く

# 最初に食べたいのはコレ! 名物料理

**手押してんぷら** (じゃこ天) 1枚195円  
◎ハランボのみ使用しているためやわらかで弾力のある食感が◎

## じゃこ天

ハランボ(ホタルジャコ)などの小魚を骨や皮ごとすり身にして揚げた練り物。地元では天ぷらとよばれる。

## 野中かまぼこ店

☎0895-25-7711 MAP P8C3

揚げてのじゃこ天は感動もの!  
◎市場で仕入れた新鮮な魚のみ使用するかまぼこ店。手間暇かけて手作りした手押してんぷらの揚げたてが買えるのは9～10時ごろ(日曜はなし)。  
◎宇和島市堀端町1-53◎JR宇和島駅から徒歩15分◎7時～17時45分(日曜は8時～)◎1月1日◎2台



## 宇和島グルメが豊富に揃うかどや駅前本店

☎0895-22-1543 MAP P8C1

JR宇和島駅から徒歩5分。郷土料理と宇和海の魚料理が楽しめる。郷土料理コース5000円～(要予約)で宇和島グルメ三昧もおすすめ。  
◎宇和島市鶴島町1-23◎JR宇和島駅から徒歩3分◎11～14時LO、17時～20時30分LO(木曜は夜のみ営業)◎無休◎なし

**宇和島彩り鯛づくし膳** 2800円  
プリプリでほんのり甘みのある「伊達真鯛」に舌鼓



◎香り高い薫焼き 鰹のたたき膳 2300円



◎2024年8月に移転リニューアルした新店舗

# いただきます

宇和島のうまいもんといえば、鯛をはじめとする宇和海育ちの新鮮魚介! 郷土料理や名物で、地元が誇る海鮮グルメを召し上がれ。



**宇和島鯛めし** 1595円  
ごはんに合う少し甘いタレで愛鯛のうまさを堪能できる



こうやって食べるんよ!

- 生玉が入った醤油ベースのタレをよく混ぜる
- 刺身と海藻を入れてタレをよく絡ませる
- アツアツご飯の上に刺身と海藻をのせタレをかける



◎路地の角にある。個室のほかカウンター席もあり一人でも入りやすい

## お酒好きにもおすすめの 大衆割烹 ほづみ亭

◎ほづみてい ☎0895-22-0041 MAP P8C2

郷土料理や宇和海の魚介を生かした一品料理などが味わえる大衆割烹。お酒の種類も豊富で、旬の魚料理をあてにじっくり楽しむのもよい。  
◎宇和島市新町2-3-8◎JR宇和島駅から徒歩5分◎11～14時、17時～21時40分◎日曜(連休の場合は最終日が定休)◎20台



**宇和島鯛めし** 1600円  
新鮮な鯛の味をこだわり玉子と秘伝のタレが引き立てる

◎太刀魚ちりめん 1600円で郷土料理の太刀魚竹巻きを丸かじり

◎こちらもおすすめ

## 旬膳・郷土膳 和日輔

☎0895-24-0028 MAP P8C2

き締まった身が評判のブランド魚「愛鯛」が味わえる。郷土料理や海鮮など宇和海の幸満載だ。  
◎宇和島市恵美須町1-2-6◎JR宇和島駅から徒歩7分◎11時30分～15時、17時～21時30分(金・土曜、祝前日はLO時間が異なるため要確認)◎水曜◎有料21台(サービス券あり)



◎焼いた愛鯛の身をほぐし味噌とだしですり合わせた伊予さつまめし1375円

## 宇和島っ子に人気!

### 地元愛され麺

魚以外の名物料理もチェックして!

## 菊屋

☎0895-22-1145 MAP P8C2

明治10年創業の老舗麺処。いりこだしにさっぱりしたスープに野菜がたっぷり! 名物のチャンポンのほかカレーうどんなども人気で、お昼時には行列ができる。  
◎宇和島市中央町2-3-33◎JR宇和島駅から徒歩9分◎11～15時、17時30分～19時50分◎木曜◎なし



チャンポン(中) 1100円

## らぐまんらーめん

☎0895-20-0102 MAP P8B2

白醤油のあっさり系スープと細い麺がよく合うクセになる味わい。チーズやレモンなどパリエーションは約50種も!  
◎宇和島市栄町港2-5-6◎JR宇和島駅から徒歩11分◎11～14時、17～20時◎水曜◎5台



ねぎらぐまん 850円

## 大介うどん 栄町店

☎0895-23-8558 MAP P8B2

食べたい分だけうどん玉を温める独特のセルフスタイル。じゃこ天などをのせてオリジナルうどんを作ろう。  
◎宇和島市栄町港3-4-8◎JR宇和島駅から徒歩10分◎10～20時◎1月1・2日◎13台



大介うどん 白うどん(1～3玉用) 470円 (トッピングは別途)

カウンター席のほか個室も。店内にはロックカが流れる

**刺身盛合わせ**  
1600円  
地元でとれた旬の魚5種の刺身を贅沢に味わえるひと皿

種類豊富な日本酒で乾杯!  
**遊楽** ゆうらく  
0895-23-3193  
MAP P8C2

地魚をクラフトビールと楽しむ  
**食の幸-ひだまり**  
●しよくのさち ひだまり  
0895-23-2883 MAP P8C2

**宇** 和島産のブリ「吟鯨」や天然真鯛など、新鮮な地魚が味わえる居酒屋。クラフトビールや日本酒も豊富で料理との組み合わせを楽しめる。  
①宇和島市新町1-7-1 ②JR宇和島駅から徒歩10分 ③18~22時 ④不定休 ⑤なし

**握り寿司の盛り合わせ**  
1500円~  
その日おすめの旬の地魚を握り寿司で堪能できる

**吟鯨の塩タタキ**  
1100円

①アーケードから1本入った路地の店でテーブル席と個室がある  
②サラッとした脂がのった吟鯨を沖縄の天然岩塩でいたたく

ツウ好みの珍味も揃う  
**うわじまの料理や 有明**  
●うわじまのりょうりや ありあけ  
0895-22-8310 MAP P8B2

**フ** ランド魚「健康真鯛」を刺身やあら煮などさまざまなスタイルで楽しめる。クエの唐揚げ1200円や真鯛のレバーのような珍味、天然うなぎなども味わいたい。  
①宇和島市丸之内5-4-12 ②JR宇和島駅から徒歩9分 ③11時30分~14時(土・日曜、祝日は11時30分~14時30分、17~21時LO) ④月曜(祝日の場合は営業の場合あり。要事前確認) ⑤8台

**アコヤ貝柱バター焼き** 950円  
真珠の産地ならではの一品。独特の歯ごたえがよい

**真鯛レバー刺し** 700円  
健康真鯛のレバーの刺身を塩ゴマ油ダレで。数量限定

美酒と地魚を落ち着いた空間で  
**海鮮割烹 一心**  
●かいせんかっぽう いっしん  
0895-24-6698  
MAP P8C2

**宇** 和島城三ノ丸御殿跡にある割烹。その日水揚げされた地魚料理のほか、自家製ふりこのからすみ700円など手作りのあてもぜひ。  
①宇和島市丸之内1-3-2 ②JR宇和島駅から徒歩15分 ③11時30分~14時、17~22時 ④日曜(翌月曜が祝日の場合は営業し翌月曜休) ⑤市営城山下駐車場利用可(1時間100円、サービス券あり)

**伊達あじ刺身** 1650円~  
もっちりした食感とほどよい脂がたまらない(提供は仕入れによる)

●木を贅沢に使った店内にはカウンターや個室がある

ツク好きの店主が営む居酒屋。宇和海でとれた新鮮な魚料理のほか、飲み比べセットやあてセットなど、お酒がすすむメニューが揃う。

①宇和島市新町1-5-20 ②JR宇和島駅から徒歩9分 ③17時30分~22時30分LO(日曜、祝日は~22時LO) ④日曜(連休の場合は最終日が定休、不定休あり) ⑤サービス券あり

**真鯛の一夜干し** 600円  
●宇和島の蔦洲(こもぶち)産。凝縮された鯛のうまみが◎

宇和島の夜はたのしい

地酒も料理も絶品!  
**おまち** で

**ハシゴ酒**

宇和島のおまち(宇和島の方言で中心部)には地魚を提供する居酒屋などが点在。店ごとのおいしい料理を求めてハシゴ酒に出かけよう!

こだわり食材をワインとともに  
**oro de Ócho**  
●おろで おーちょ  
0895-65-9923 MAP P8C2

**活** オマール海老を使ったイタリアンやスペイン料理などが味わえる。ソムリエの資格を持つオーナーシェフ厳選のワインも堪能したい。  
①宇和島市中央町1-7-16 ②JR宇和島駅から徒歩11分 ③18~23時 ④月曜(ほか臨時休業あり、公式SNSで要確認) ⑤なし

**活オマール海老の pasta** 3300円  
オマール海老の風味が豊かなトマトソースの pasta

**黒毛和牛ヒレカツサンド** 2600円  
●レアに揚げた牛ヒレカツが、とってもジューシー!

①並木道に面した開放的な店内で料理とワインを堪能しよう

サクふわの天ぷらが魅力の人気店  
**天婦羅 天よし**  
●てんぷら てんよし  
0895-49-3607 MAP P8C2

**宇** 和島城からほど近い商店街に位置する天ぷら専門店。本店が寿司店であるため、その仕入れルートから買い付けた新鮮な食材が堪能できる。  
①宇和島市中央町1-7-17 ②JR宇和島駅から徒歩11分 ③11~15時、17~20時 ④日曜 ⑤なし

**天よし定食** 1400円  
ヘルシーな米油で揚げた天ぷらは胃もたれしづらいのも◎

●海老2本や穴子がる特上天丼1450円

**焼鳥盛り合わせ** 1500円(写真手前)  
鳥ねぎやつくねなど9種の焼鳥のセット

創業以来継ぎ足す秘伝のタレ  
**焼鳥 阿呆鳥 宇和島本店**  
●やきどり あほうどり うわじまほんてん  
0895-25-3551 MAP P8C1

**新** 鮮な鶏肉と手作りにこだわった焼鳥店。地鶏の刺身やたたきなどメニューも豊富で、デザートは評判の自家製プリン350円で決まり。  
①宇和島市鶴島町5-19 ②JR宇和島駅から徒歩7分 ③17時30分~23時 ④日曜 ⑤3台

●ほどよい酸味の甘酢タレがたまらない人気メニュー

**媛っこ地鶏 てば〜ん** 650円

活気あふれる広々とした店内。掘りこたつ個室など席数も多い

みんなの「食べたい」が見つかる  
**海鮮居酒屋 がいや**  
●かいせんいざかや がいや  
0895-25-0003 MAP P8C2

**刺身五合餅盛り** 1408円  
伊達真鯛など地魚を中心にした6種の刺身盛り合わせ

**自家製つくね** 462円  
●創業以来の人気メニューでフワッとやわらかな味わい

**郷** 土料理も味わえる海鮮居酒屋。旬の地魚などを生かした海鮮料理のほか、たっぷりチーズのイモステーキ748円など多彩なメニュー。  
①宇和島市中央町1-1-8 ②JR宇和島駅から徒歩10分 ③11時~14時30分、17時~22時30分(日曜は~21時30分) ④無休 ⑤20台

3 11:30 ●めいししょうてんしゃえん  
**名勝 天救園**  
 ☎0895-22-0056 MAP P8B3  
 宇和島藩第七代藩主・伊達宗紀が隠居所として建造した池泉回遊式庭園。国の名勝に指定され、藤や花菖蒲の名所としても知られる。



四季折々の  
 美しい景観に  
 包まれる

◎宇和島市天救公園◎JR宇和島駅から宇和島バス薬師谷溪谷行きなどで12分、天救園前下車、徒歩2分◎入園500円◎8時30分～16時30分(4～6月は～17時)◎12月第2月曜～2月末の月曜(祝日の場合は翌日)◎30台



↑太鼓橋のような藤棚が見事な上り白玉藤。見ごろは4月中旬ごろ  
 ◎池辺には宗紀が多くての書を書き遺した書屋「春雨亭」がある

自転車で  
 すぐ

**宇和島みやげをお持ち帰り♪**

かわいい民藝品に、日本有数の生産量を誇る真珠を使った商品、地元の銘菓など、買って帰りたい宇和島みやげをご紹介します。

**よしを民芸店**  
 ●よしをみんげいてん  
 ☎0895-26-6238 MAP P8C2  
 ◎宇和島市中央町1-3-3 ◎JR宇和島駅から徒歩11分◎7時～18時30分(要事前連絡)◎不定休◎なし



**鹿面(大)**  
 1個6000円  
 ◎宇和島の民族芸能「ハツ鹿踊り」にちなんだ張り子。無病息災の赤色ほか全4色あり予約注文も可能

**真珠会館**  
 ●しんじゆかいかん  
 ☎0895-23-0818 MAP P8宇和島市全図  
 ◎宇和島市高車3-58 ◎JR宇和島駅から宇和島バス立間駅前行きなどで13分、徳の森下車、徒歩2分◎9～17時◎不定休◎50台



**さくらひめ タックブローチ**  
 7700円  
 ◎宇和島真珠をあしらった華やかなブローチ。愛媛県が開発した花「さくらひめ」をモチーフにデザイン

**おのがみ菓子舗**  
 ●おのがみかしほ  
 ☎0895-22-0874 MAP P8C2  
 ◎宇和島市中央町1-6-10 ◎JR宇和島駅から徒歩12分◎9～17時◎木曜◎なし



**大番 1個120円**  
 ◎ふわふわのカステラでユズが香るあんをサンドした銘菓。宇和島が舞台の小説「大番」にちなみ作られた

**吉弘菓子舗**  
 ●よしひろかしほ  
 ☎0895-22-2135 MAP P8C3  
 ◎宇和島市本町追手1-3-22 ◎JR宇和島駅から徒歩15分◎9～21時◎不定休◎なし



**蜜饅頭 1個110円**  
 ◎愛媛県産みかんのハチミツを使用した饅頭。ハチミツ風味の白あんが上品で、しっとりとした味わい深い

4 12:30

**道の駅 みなとオアシスうわじまきさいや広場**  
 ●みちのえきみなとあしすうわじまきさいやひろば  
 ☎0895-22-3934 MAP P8A2

◎宇和島名物が充実。伊達家がつないだ縁により姉妹都市を結ぶ北海道当別町に工場があるロイズのチョコレートを目当てに訪れる人も。  
 ◎宇和島市弁天町1-318-16 ◎JR宇和島駅から徒歩15分◎9～18時(フードコートは10時30分～16時LO)◎無休(施設により異なる)◎228台



↑海のそばに立つ地元の人も多く訪れる人気スポット

自転車で  
 5分

**GOAL**  
**JR宇和島駅**

お伊達家の  
 絢爛豪華な  
 家宝を拝見



2 10:30 ●うわじましりつだてはくぶつかん  
**宇和島市立伊達博物館**  
 ☎0895-22-7776 MAP P8B3

◎宇和島市御殿町9-14 ◎JR宇和島駅から宇和島バス岩松行きなどで8分、東高校前下車、徒歩2分◎入館500円◎9～17時◎火曜(祝日の場合は翌日)◎15台

自転車で  
 4分

◎伊達家屋敷跡にあり年4回の展示替えのほか特別展も開催

**これ食べよ!**  
 地元の名店が集うフードコートなどでグルメ三昧。



◎西日本ではここだけ! ロイズソフトクリーム300円

◎アツアツが味わえる河内屋蒲焼 あげたて家の手作り! じゃこ天194円  
 ◎新鮮な魚介類が贅沢にのった宇和海前わびすけの特上海宝丼1500円

◎鯛の切り身と特製タレがセットになった宇和島鯛めしセット880円  
 ◎旬に収穫した柑橘のうまみが凝縮されたシトラスチップス660円

◎玉津みかんジュース720ml 1000円は酸味と甘みのバランスが絶妙

**ひと休みはココで!**  
 明治31年創業の和洋菓子店 **パティスリー・ジュテーム**  
 ●ばていすりー・じゅてーむ  
 ☎0895-24-6055 MAP P8C2  
 手間暇かけたスイーツを2階の甘味喫茶で味わえる。地元素材を生かした焼き菓子などみやげも揃う。  
 ◎宇和島市中央町2-2-6 ◎JR宇和島駅から徒歩9分◎8時30分～19時◎無休◎4台



↑一番人気の奥伊予栗のモンブラン520円でコーヒータイム

**1DAY** はずさない!  
**モデルコース**

**Point**  
 宇和島伊達家  
 3つの家紋がお出迎え

天守入口上の唐破風には、宇和島伊達家の家紋である九曜紋・竹に雀紋・豎三引両紋が刻まれており、3つの紋を一度に見ることが出来る。



九曜紋 竹に雀紋 豎三引両紋

**Point**  
 山頂こそびえ立つ  
 美しい名城



↑標高約80mの丘陵地に立ち、藤堂高虎が築城した当時の石垣も残る

**Point**  
 四角形に見えるが  
 実は五角形の城だった

この地で最初に城を築いたのは藤堂高虎。海と堀で囲まれた五角形の縄張を幕府隠密が四角形に見誤って報告したという、築城の名手・高虎らしいエピソードが残る。

**Point**  
 御城印はこれ!  
 天守を訪れた人だけが手に入れられる御城印。宇和島伊達家の「竹に雀紋」のデザインにほれほれ。  
 ◎宇和島城登城記念印状(御城印) 300円は天守入口で購入できる



↑幕府隠密を感わせた高虎の巧みな縄張元禄16年宇和島御城下絵図。(公財)宇和島伊達文化保存会蔵

宇和島伊達家ゆかりのスポットを訪ね歩く、宇和島観光の王道コース。グルメやみやげも網羅して、あますことなく宇和島を満喫しよう。

**宇和島ってこんなところですよ**  
 伊達十萬石の城下町として栄え、宇和島伊達家ゆかりの文化遺産が残る。リアス海岸が広がる宇和海ではブランド鯛や宇和島真珠の養殖が盛ん。

**START**  
 9:00  
**JR宇和島駅**

自転車で  
 4分

**宇和島めぐりのコツ**

- バスと徒歩を組み合わせて
- レンタサイクルが便利
- レンタカーが便利



◎幕府隠密を感わせた高虎の巧みな縄張元禄16年宇和島御城下絵図。(公財)宇和島伊達文化保存会蔵

中心地の見どころはJR宇和島駅から徒歩20分圏内に点在。歩いて回ることも可能だが、距離があるスポットへは市内を走る宇和島バスを利用して向かうとラク。(→P8参照)  
 ◎レンタサイクルが便利  
 レンタサイクルなら時間・体力ともに効率よく回れる。宇和島駅近くのイヌガイ自転車商会和霊元町店(MAP P8C1)、宇和島市観光情報センター シロシタ(→P6)、道の駅みなとオアシスうわじまきさいや広場(→P7)で借りることができる。  
 ◎レンタカーが便利  
 遊子水荷浦の段畑(→P8)などの絶景スポットに向かうならレンタカーが便利。宇和島駅周辺にレンタカー店がある。



### ●宇和島市への交通アクセス



### ●観光に関するお問合せ

宇和島市観光情報センター  
シロシタ  
…… ☎0895-49-5700

●観光情報は  
こちらで  
CHECK!



### (宇和島市全図)



**ひと足のばして 絶景へ**

**遊子水荷浦の段畑**

- ゆすみすがうらのだんばた

宇和島市遊子2323-3 JR宇和島駅から宇和島バス 荷洲行きで60分、水ヶ浦下車、徒歩2分 ④見学自由 (畑への立ち入りは不可) ⑤20台

☎0895-62-0091 (段畑を守る会)

発行 宇和島市観光物産協会  
企画・編集・制作 株式会社JTBパブリッシング  
©2024宇和島市観光物産協会/JTB Publishing, Inc. All Rights Reserved.

※本誌掲載のデータは2024年7月末現在のものです。発行後に、料金、営業時間、定休日、メニュー等の営業内容が変更になることや、臨時休業などで利用できない場合があります。また、各種データを基にした掲載内容の正確性には万全を期しておりますが、お出かけの際には電話等で事前に確認・予約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します。

※本誌掲載の料金は、原則として取材時点で確認した消費税込みの料金です。また、入園料などは、特記のないものは大人料金です。ただし各種料金は変更されることがありますので、ご利用の際はご注意ください。※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。ラストオーダーや入店(館)時間は通常開店(館)の30分～1時間前ですのでご注意ください。※交通標記における所要時間は、あくまで目安ですのでご注意ください。

※本誌に掲載している地図にあたっては国土地理院数値地図(国土基本情報)を加工して作成しました。

※[QRコード]は株式会社デンソーウェブの登録商標です。