お食事処 市外局番 0175

洋食・レストラン・喫茶 28件

営業時間 / 定休日 / 駐車場 / 収容人数 / 出前(宅配) / 持ち帰り

1 MAP-1【C-3】 レストラン クッチーナ
☎22-8333㎜ むつ市小川町2−4−8（マエダ本店2F）
手づくりにこだわった料理…手づくりの味をお楽しみください。当店は、ファミリーレストラン、主に飲食メニューをメインに、大人から お年寄り、子供まで気軽に楽しめる店です。人気のオムライス、ハンバーグ等もございます。
営業時間 10:30〜19:30 / 定休日 無休 / 駐車場 マエダ本店駐車場 / 収容人数 140人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・大満海自カレー

2 MAP-1【C-3】 和洋軽食喫茶 ぷらんたん
☎22-8873 むつ市小川町2−4−8（マエダ本店2F）
メニューの ほかに日替わりランチも提供しております。SDGs 12番推進中！
営業時間 10:30〜18:00 / 定休日 無休 / 駐車場 マエダ本店駐車場 / 収容人数 35人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・パスタ ・ピラフ ・定食各種

3 MAP-1【D-4】 お食事・喫茶 ココ
☎22-6728 むつ市新町29−12
各種手づくりでお安く提供しております。
営業時間 11:00〜17:00 / 定休日 火曜日 / 駐車場 7台 / 収容人数 20人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ハンバーグ定食……800円 ・トンカツ定食……800円

4 MAP-1【D-4】 ファミリーレストラン 義亭
☎22-9772 むつ市新町43−2
ファミレスならではの豊富なメニュー…一番人気はなんと言ってもトンカツ！トンカツは高品質の豚肉を使用し、絶品のカラッと揚げ、サクサクウマい、ジューシーさっぱりとした自家製ソースとの相性も◎！ランチメニューも多彩！是非メニューを見て！
営業時間 昼/11:00〜14:00 夜/17:00〜21:00 / 定休日 水曜日 / 駐車場 14台 / 収容人数 40人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・とんかつ定食各種…1,200円(税込)

5 MAP- 5 (有)斗南岡牧場ミルクエ房ポン・サーブ
☎28-2888 むつ市田名部字内田42−606
新鮮なミルクたっぷりのソフトクリーム
大自然の中でご幸ふくりお過ごしください。
営業時間 10:00〜17:00 12月中旬〜3月上旬までお休み / 定休日 火曜日 / 駐車場 有 / 収容人数 有 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・ソフトクリーム（みるく、ミックス、モカ）……400円 ・ソフトクリーム（ワイン、ウインみるく）……420円

6 MAP-1【C-2】 Café de Ketty（カフェドケティ）
☎23-6633 むつ市小川町2−19−46
しっかり開動中なフレンジコーヒー、スイーツもむくさんのカフェ
キャベツとひき肉のミルフィーユ、カレー各種、リゾット、焼きたてパンのサンドイッチとキラッルエルエルティーなど、ドリンクも豊富♥
営業時間 10:00〜20:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 10台 / 収容人数 25人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・選ビりのクリームソーダ……1,000円 ・パケットフレンチトースト……900円

7 MAP-1【B-3】 下北文化珈琲店（下北文化会館内）
☎31-1481 むつ市金谷1−10−1
海れててこだわり珈琲はおかわり自由！何杯でもゆっくりどうぞ
パスタやドリア、Bランバフェなど多彩にご用意しております。
営業時間 11:00〜 / 定休日 混雑時間帯の場合によってあります / 駐車場 月曜日、他 / 収容人数 文化会館駐車場 / 出前(宅配) 40人 / 持ち帰り 無 / ホットドリンク、ドリンク
メニュー ・ボロネーゼ……945円(税込) ・デミハーグドリア……945円(税込)

8 MAP-1【B-2】 スパゲティーハウス あかさたな
☎22-0797 むつ市金谷1−14−45
メニュー60種類のスパゲティー店！
塩味、みそ味、しょうゆ味、トマトソース味、ホワイトソース味まで、お客様のお好みでお選びください。
営業時間 11:30〜14:30(ラストオーダー14:00) / 定休日 不定休 / 駐車場 10台 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有(パック代+40円)
メニュー ・海の幸(しょうゆ味)…1,090円 ・ｱｶｻﾀﾅｽﾍﾟｼｬﾙ(ﾐﾙｸ味)…980円

9 MAP-1【C-4】 イタリアン・レストラン ゆきたけ
☎22-0655 むつ市昭和町5−3
手作りソースとチーズをたっぷり使った料理が味わえるお店です。
昭和50年の創業から変わらぬ味と雰囲気が当店だけのオリジナル料理でお待ちしております。お持ち帰りもできます。
営業時間 昼/11:30〜14:00 夜/17:30〜21:00 / 定休日 水曜日 / 駐車場 6台 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・ﾁｰｽﾞｲﾝﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｽﾃｰｷ…1,300円 ・ハンバーガバスタ(タン)…1,400円

10 MAP-1【B-4】 キッチン はなかど
☎22-0044 むつ市緑町18−56
アットホームな洋食屋です。
ビーフシチュー、牛タンシチュー、ハンバーグ最高においしいです。一度おためし下さい。
営業時間 昼/11:00〜14:00 夜/17:00〜21:00 / 定休日 火曜日 / 駐車場 10台 / 収容人数 40人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・日替りランチ……850円 ・ビーフシチューセット…1,600円

11 MAP-1【C-4】 洋食屋さん Primo Piatto（プリモピアット）
☎22-8567 むつ市海老川町5−7
お一人様でもお子様連れでも気軽にくれる洋食屋さんです。
オムライス・パスタ・ビザなどでお持ち帰りもOK！！その他に産地を使ったビーフシチューやカツ丼などもおすすめです。
営業時間 昼/11:30〜14:30(ラストオーダー14:00) 夜/17:30〜21:30(ラストオーダー20:00) / 定休日 水曜日、第２火曜日 / 駐車場 有 / 収容人数 25人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・ふわふわ卵のオムライス各種…950円〜 ・自家製リッスビーフカツ丼…1,350円〜 / 別世帯&個室利用も&4人 1000円〜（4名様から、3日前まで要予約）

12 MAP-1【D-3】 サライ
☎22-0677 むつ市新町1−6
おすすめは手作りビザ、ラーメン、焼肉。
営業時間 18:00〜 2:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 4台 / 収容人数 30人
メニュー ・ラーメン……660円(税込) ・ビザ(S-20cm)……1,320円(税込)

13 MAP-1【B-4】 ダイニングバー 下北バル
☎23-7115 むつ市下北町2−46 プラザホテルむつ1F
下北の食材を生かした本格的なダイニングバーです。
老子身や、二次会等の様々なパーティープランもご用意致しております。ドリンクメニューも充実のラインアップです。
営業時間 昼/11:00〜14:00(L.O13:30) 夜/17:00〜21:00 (L.O20:30) / 定休日 不定休 / 駐車場 280台 / 収容人数 60人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・大満海自カレー……1,200円 ・スイーツ各種

14 MAP-1【C-3】 アグレアーブル
☎23-9114 むつ市小川町2−17−1
下北半島の四季折々の旬の食材を、本格フレンチ・イタリアンで。
下北の豊かな自然の恵みを、その日その時にしか出来ない本格的な一品に表現して、お客様に楽しんでいただいています。
営業時間 11:30〜14:30(ラストオーダー13:30) 17:30〜21:30(ラストオーダー20:30) / 定休日 第1・3月曜日と臨時火曜日 / 駐車場 14台 / 収容人数 40人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・むつ湾産ほたてバターソース…1,480円 ・シェフおまかせディナーコース…5,000円
予約が必要 5,000円〜/利用客＝8名 2時間・6名様から

15 MAP-2【A-3】 Discovery Café（ディスカバリーカフェ）
☎23-6456 むつ市小川町2−9−5
大小の個室空間で ゆっくりとした時間をお過ごしいただけます。
ランチタイムはドリンクとサラダのセットが付いてお得。夜のアルコールメニューも豊富。しっかり胃袋のうスイーツまで揃ってます。
営業時間 昼/11:30〜14:30 夜/17:30〜 0:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 8台 / 収容人数 120人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ぶりぶりエビマヨサラダ…930円 ・チーズ焼きリゾット…980円〜
予約が必要 2,500円〜/90分 5名様以上

16 MAP-2【B-1】 カフェ 月うさぎ
☎23-8727 むつ市柳町1−2−7
ランチから夜にはみまでゆったり楽しめるお屋敷跡のある雰カフェ
グラタン、ドリア、カフェランチ、スイーツと豊富なメニュー
店内で焼き立てのクロワッサン、フレッシュエ、ドリンクテイクアウト
営業時間 昼/11:00〜15:00 夜/17:00〜22:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 10台 / 収容人数 40人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・ごろごろフレンチトースト…950円 ・特製スポリタン……880円

17 MAP-2【A-2】 レストラン&ワインバー パサパ
☎34-9707 むつ市小川町2−10−1
ワインと本格料理を楽しめる洋食屋です。
地元の旬の食材を主かした料理をビストロやバルの様に気軽にご利用頂けます。キリンハートランド(生)¥1品、グラスワイン¥400〜。
営業時間 17:00〜24:00 / 最終入店(23:00) / 定休日 月曜日、第１日曜日 / 駐車場 9台 / 収容人数 24人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・煮込みハンバーグ……1,180円 ・ｳｽﾞﾗｰﾄﾘｭﾌﾙｰﾌｧﾝ盛…980円
予約が必要 4,000円〜/2 時間 4名以上お名まで

18 MAP-3【A-3】 はねやホテル2F レストラン あすなろ
☎22-8445 むつ市本町2−7
地場産をふんだんに使用した手作り料理をお楽しみください。
日替りランチはケーキ・コーヒー付きで大好評。その他、和定食・洋定食もきっとご満足いただけます。
営業時間 朝/7:00〜 9:00 昼/11:30〜14:00 夜/17:00〜21:00 / 定休日 土・日・祝日 / 駐車場 30台 / 収容人数 48人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ランチ……1,000円 ・定食……1,480円〜
予約が必要 1人1,500円〜/2 時間

19 MAP-1【B-5】 カラオケ合衆国むつ店
☎33-3456 むつ市下北町7−17
昼はランチでおいしやり、夜は最長10時間お酒飲み放題
昼前機種、好評機種や！コンセプトルームもあります。お好みのデザインルーム、お気に入りの機種でカラオケをお楽しみ下さい。
営業時間 平日/10:00〜翌 1:00 週末/10:00〜翌 3:00 / 定休日 無 / 駐車場 50台 / 収容人数 340人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・平日ﾄﾞﾘﾋﾟｰ…1,680円(税込)〜 ・トマトポテ盛……880円(税込)
予約が必要 お酒飲み放題は、お一人様1,780円〜/時間〜(部屋代別)

20 MAP-1【C-4】 KITCHEN アルカ
☎080-5775-6973 むつ市新町10−25
手作り加盟で安心とヘルシーをお届け！
毎日食べても安心して食べられる様になるべく減塩を心がけています。おすすめはおとうふドライカレーです。
営業時間 月火水木/10:30〜14:30 金・土/10:30〜14:30 17:00〜19:00 / 定休日 日曜日・祝日 / 駐車場 4台(店舗後ろ) / 収容人数 12人 / 出前(宅配) 有 / 持ち帰り 有
メニュー ・ドレスオムライスデミソース…680円(税込) ・おとうふドライカレー……600円(税込)

21 MAP-1【D-3】 餐カフェ（サンカフェ）
☎34-9433 むつ市上川目2−39 2 F
ひろう、のんびり、ゆっくり空間で、素敵な時間をお過ごしください。
ランチタイム（11時〜2時）の料理にサラダ、ドリンク、小鉢（数種）サービス！
営業時間 11:00〜20:00(LO 19:00) / 定休日 火曜日 / 駐車場 15台 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・シオプレート……1,000円 ・アボカド豆乳パスタ…900円
予約が必要 要相談

22 MAP-2【C-1】 椿
☎34-9761 むつ市田名部町8−13
会議や少人数での利用も可能。お気軽にお問い合わせください。
季節と共に旬の和菜子、洋菜子を多数取り揃えております。
旬の食材にこだわる空間でゆっくりとおくつろぎ下さい。
営業時間 11:00〜18:00(LO 17:00) / 定休日 水曜日 / 駐車場 3台(店舗裏側) / 収容人数 16人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・善哉(お飲み物付き)……880円 ・抹茶……440円

23 MAP-2【A-2】 cafe Bar 弘前屋
☎31-1960 むつ市小川町2−10−3
意識をリノベーションしたカフェバー
8名〜18名の個室空間。メインフロアは28名、貸切OKリノベーションした空間を個自由にお使い下さい。
営業時間 昼/12:00〜15:00 夜/17:00〜21:00 / 定休日 火曜日 / 駐車場 8台 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ハンバーバスタダラタン…1,000円 ・チキンオーバーライス…1,000円
予約が必要 3,000円〜2 時間 4名様以上 食事4〜5品

24 MAP-2【B-2】 BAR LIFE
☎080-1843-6497 むつ市柳町1−2−44
しっぽり落ち着いた雰囲気で、多種多様なお酒が楽しめます。
落ち着いた店内で、ゆったりリフアーで、お酒と料理を楽しめる、隠れ家的なお店です。
営業時間 18:00〜 2:00 / 定休日 月曜日 / 駐車場 無 / 収容人数 14人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・マルゲリータピザ……800円 ・ゴルゴンゾーラのパスタ……900円
予約が必要 貸切コース 4,500円/2時間 4名様以上〜 要予約

25 MAP-1【A-3】 coffee HYGGE montblanc 1955
☎34-1175 むつ市中央2−29−5
パンとケーキ＆コーヒー＝HYGGE(ヒュッゲ)
HYGGE＝それは「ほっとひとした居心地の良い時間」パンとケーキとコーヒーを通してHYGGEな時間をお届けします。
営業時間 9:00〜18:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 有(5台) / 収容人数 14人 / 出前(宅配) 有 / 持ち帰り 有
メニュー ・ブレッドセット……600円 ・ケーキセット……700円

26 MAP- 2【B-2】 ハンバーグステーキ ぶらうん
☎23-0124 むつ市本町4−18
手づくり・ボリューミーなおいしいハンバーグのお店です。
営業時間 19:00〜 2:00 週末/19:00〜 4:00 / 定休日 無 / 駐車場 無 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ハンバーグ定食……1,320円(税込) ・単ネギそば……880円(税込)

27 MAP-2【C-1】 モリバーター
☎33-0407 むつ市田名部町9−15 1 F
女性１人でも気軽にご立ち寄れるDining&Barです♪
ランチセット1050円(税込)からありますし、お酒もちろん、アルコール類も豊富、軽食も承っております。
営業時間 昼/11:30〜14:00 夜/18:00〜21:00 / 定休日 日曜日・月曜日 / 駐車場 3台 / 収容人数 25人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・アボカドクリームパスタ 1,380円(税込) ・アボカドベーグサンド 1,650円(税込)
予約が必要 料理付お一人様5,500円(税込)〜/２時間４名様以上

28 MAP-5 ぐーちょきぱん
☎090-5839-5711 むつ市関根名子4−37 2F
焼きたてパンを楽しみながらのお食事のお店
2021年5月にオープンしたベーカリーショップ
パンの販売(火〜日)＋土・日・祝ランチ営業(全て税込1,000円)
営業時間 ランチ(土日祝のみ)11:00〜14:00 パン販売 8:00〜 / 定休日 月曜日(パン販売) / 駐車場 5台 / 収容人数 12人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り パンのみ（前日予約）
メニュー ・ランチ：薬膳カレー・野菜グラタン…1,000円(税込) （ランチは焼きたてパンをへ試食）

ご当地グルメ 大湊海自カレー
海上自衛隊では航海の際、外の景色がほとんど変わらないため、曜日感覚がなくなってしまうことがあり、毎週金曜日はカレーライスを食べる習慣があります。むつ市では、海上自衛隊大湊基地所属の艦艇等、それぞれの個性ある秘伝のレシピに基づく10部隊選りすぐりのカレーをむつ市内で味わう事が出来ます。※詳しくは下記へ

お食事処 市外局番 0175
ラーメン・中華・食堂 27件
営業時間 / 定休日 / 駐車場 / 収容人数 / 出前(宅配) / 持ち帰り

1 MAP-1【C-3】 駐車場食堂
☎090-8614-4224 むつ市小川町2−3−10
みそ貝焼き定食や牛バラ焼き定食、焼魚定食など定食20種類。
当店オリジナルのカニみそラーメン、みそカレーバター牛乳ラーメン、イタリアンそばラーメン、チャンポンメン、ぜひお試しください。
営業時間 昼/11:30〜13:45 夜/17:30〜19:45 / 定休日 不定休 / 駐車場 20台 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・下北産(ﾏｲﾙ)新しゃも鍋御1…1,400円 ・肉ネギラーメン……850円

2 MAP-1【C-2】 食事処 なか川
☎22-4740 むつ市小川町2−21−11
恐山観光の際にはぜひお立ち寄りください。
みそ貝焼き定食をはじめ、おいしいお料理で皆様のご来店をお待ちしております。
営業時間 昼/11:00〜14:30 夜/17:00〜18:30 / 定休日 月曜日・祝日不定休 / 駐車場 6台 / 収容人数 25人 / 出前(宅配) 有 / 持ち帰り 有
メニュー ・みそ貝焼き定食…1,200円 ・かつ丼……850円

3 MAP-1【D-2】 お食事処 幸楽（こうらく）
☎23-5022 むつ市柳町1−9−12
満腹！満足！何度訪ても冬ぐりじたら、あきない味！みんな笑顔いすま・小上り・カウンター席あります。特製スープと手作りチャーシュー！自慢のあんかけ！ぜひ食べてみてください。
営業時間 昼/11:30〜14:30(ラストオーダー13:45) 夜/17:30〜19:30(ラストオーダー19:45) / 定休日 月曜日、日曜日 / 駐車場 15台 / 収容人数 35人 / 出前(宅配) 有 / 持ち帰り 有
メニュー ・日替定食……820円 ・五目そば・五目あんかけ焼そば…800円

4 MAP-1【B-5】 中華料理 龍虎殿
☎22-3775 むつ市横迎町2−6−6
おいしい中国料理を揃えて、幸せな時をお過ごしください。
餃子もうカカヒと姿食まで、約10種のメニューを良心価格で提供しています。各種宴会などご利用ください。
営業時間 昼/17:30〜22:00(L.O 21:00) 夜/17:30〜22:00(L.O 21:00) / 定休日 月曜日 / 駐車場 12台 / 収容人数 40人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・小エビチリソース…1,200円 ・鶏肉唐揚ニンニク風味…800円
予約が必要 4,000円〜(料理付き、2 時間 4名以上)

5 MAP-1【D-4】 万八ラーメン 苫生店
☎23-3910 むつ市金曲1−2−2
こだわりの味噌。万八ラーメン
定番ラーメンから万八オリジナルラーメンをはじめ、多数のメニューを取り揃えております。皆さまのご来店をお待ちしております。
営業時間 11:00〜22:00 / 定休日 無休 / 駐車場 25台 / 収容人数 53人 / 出前(宅配) スミモーメン配達隊 / 持ち帰り 有(一部メニュー)
メニュー ・味噌ラーメン……750円 ・ニラレバラーメン…800円

6 MAP-1【B-5】 万八ラーメン 下北店
☎22-4133 むつ市下北町2−31
広い空間で、こだわりのラーメンをお楽しみください。
ラーメン類、中華物菜も楽しめるお店です。ボックス席もあり、プライベートでお使いただけます。
営業時間 11:00〜21:00 / 定休日 無休 / 駐車場 20台 / 収容人数 55人 / 出前(宅配) 有 / 持ち帰り 有(一部メニュー)
メニュー ・味噌ラーメン……780円 ・ニラレバラーメン…820円

7 MAP-1【B-3】 万八ラーメン 中央店
☎22-8778 むつ市十二枝6−2
強火で炒めた野菜がおいしい、味噌ラーメン、ニラレバラーメン
単品ラーメンからライスをサービス、ラーメン以外にもチャーハンや餃子、セットメニューが人気。お持ち帰りも出来ます。
営業時間 11:00〜22:00 / 定休日 無休 / 駐車場 54台 / 収容人数 無 / 出前(宅配) 有(一部メニュー)
メニュー ・味噌ラーメン……750円 ・ニラレバラーメン…800円

8 MAP-1【C-5】 ふるさと
☎22-0763 むつ市昭和町24−7
お食事・お持ち帰り、どちらでもOK。できたて商品をご提供。
メニューが豊富。静かな住宅街にあり、ゆっくりお食事できます。当店は実約35年。皆様から親しまれている味をどうぞ！
営業時間 11:00〜21:00 / 定休日 月曜日・月１回火曜日 / 駐車場 5台 / 収容人数 18人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ハンバーガー……200円〜 ・ファミリー定食・弁当…650円

9 MAP-1【B-2】 明華園
☎22-4740 むつ市緑町16−19
明るい接客、家族みんなで真面目にやってます。
住宅地にあり昼夜通しで中華料理や各種定食を楽しめる店。手造りタンタは絶やさずです。お子様連れのお客様には小上がりも好評。
営業時間 昼/11:00〜13:30 夜/17:00〜20:00 / 定休日 火曜日 / 駐車場 10台 / 収容人数 24人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・エビチリ定食……800円 ・レバニラ定食……750円

10 MAP-1【B-3】 食事処 そうま
☎22-4599 むつ市金谷2−11−22
青森県産の新鮮なホタテを使用したメニューが好評です。
ぜひともご賞味ください。
営業時間 11:00〜14:00 / 定休日 日曜日 / 駐車場 5台 / 収容人数 28人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・セットメニュー…800円〜 ・みそ貝焼き、定食

11 MAP-1【B-5】 中華そば・定食 駅前食堂
☎22-0860 むつ市下北町5−45
むつ・下北の自衛隊グルメ御用信です！
昼夜通ちくまの海自カレー約定食のみ定食。ラーメンと定食を等下北の味が楽しめるお店です。海自カレーに単前予約をお下すれます。
営業時間 昼/11:00〜15:00 夜/17:00〜20:30 / 定休日 木曜日 / 駐車場 15台 / 収容人数 40人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・広島定食……1,080円 ・直輝博多トンコツラーメン…810円
予約が必要 10名様以上、貸切り可能

12 MAP-1【A-3】 食堂ぽわ〜る亭（むつ市役所内）
☎23-4772 むつ市中央1−8−1
当店はセルフサービスとなっております。
「むつ市共通商品券」「ムチュランカード」に利用できます。また「当店オリジナルポイントカード」もございます。（金曜日はポイント2倍）
営業時間 10:30〜14:00 / 定休日 土・日・祝祭日 / 駐車場 400台 / 収容人数 32人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー 各種弁当のお持ち帰りできます

13 MAP-2【A-2】 しらかわ食堂
☎22-1813 むつ市小川町2−6−6
ボリューム満点、自慢の中バラ焼定食を是非どうぞ。
牛バラ焼定食はたっぷりの肉と玉ぎのバラ焼き、二種・キラーメン、唐揚げ定食。すきやき、とんかつ定食もオススメです。
営業時間 昼/11:00〜14:30 夜/17:00〜19:30(夏季は21:30まで) / 定休日 日曜日 / 駐車場 15台 / 収容人数 124人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・牛バラ焼定食……1,300円 ・すきやき……2,800円 ・ホルモン焼き定食…1,050円 ・ジンギスカン定食…1,100円

14 MAP-2【A-1】 中国料理 五十番
☎22-3866 むつ市金谷1−1−14
中国料理のご宴会、各種会合を承っております。和洋有り。
営業時間 11:00〜20:00 / 定休日 火曜日 / 駐車場 有り(建本P) / 収容人数 60人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・五目チャーハン……600円 ・野菜炒め定食……600円

15 MAP-2【C-2】 らーめん大将
☎22-8190 むつ市田名部町6−35
ラーメン、ギョウザの専門店です。
営業時間 昼/11:00〜13:30 夜/17:00〜ラストオーダー20:30 / 定休日 月曜日 / 駐車場 4台 / 収容人数 20人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・レバニララーメン…850円(税込) ・ふのりラーメン…750円(税込)

16 MAP-2【B-1】 味の店 一龍
☎22-2537 むつ市柳町1−4−47
町の中華屋さん。お一人様でもお気軽にどうぞ。
から揚げ、チャーハンも人気です。ぜひお試しください。
営業時間 10:30〜15:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 無 / 収容人数 25人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ネギラーメン(ライス付)…700円 ・ラーメン……400円

17 MAP-3【B-3】 ジャンボ餃子の店 ますや
☎22-4757 むつ市本町2−25（レンガ通り）
飲みのシメはますやで決まり！ラーメン各種もオススメです！
ジャンボな味で、40年に成りました。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。
営業時間 19:00〜 2:30 / 定休日 日曜日 / 駐車場 無 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・ジャンボ餃子……800円 ・コーヒー耐ハイ……500円

18 MAP-3【C-3】 御食事処 むらかみ
☎23-5470 むつ市田名部町3−29
趣味、各種宴会、単品料理等、幅広く取り揃えております。
お気軽にお立ち寄りください。
営業時間 20:00〜深夜 / 定休日 日曜日 / 駐車場 無 / 収容人数 25人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・エビクリーム定食…1,800円 ・カツ煮……900円

19 MAP-3【B-3】 みゆき食堂
☎23-7210 むつ市名部町3−31
当店自慢のカツ丼、とんかつ等、ぜひご賞味ください。
深夜まで営業しております。お気軽にお立ち寄りください。
営業時間 月〜木/18:00〜 1:00 金・土/18:00〜 2:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 有(15台) / 収容人数 15人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・特製とんかつ……1,500円 ・カツ丼……900円

20 MAP-4 北の家族
☎29-3313 むつ市大湊新町35−45
ラーメンのスープ、具材はすべて手作りです！
ラーメンの他、セットメニュー、定食も充実しております。ぜひご来店ください。
営業時間 平日昼/11:00〜15:00 平日夜/17:00〜20:00 土・日祝/11:00〜20:00 / 定休日 火曜日(祝日は営業) / 駐車場 13台 / 収容人数 50人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・みそチャーシュー…930円 ・とんこつ五目ラーメン…850円

21 MAP-5 横浜家系ラーメン 家系家
☎26-3509 むつ市奥内字大窒平117
本州最北端の家系ラーメン
一度や二度じゃまだまだ、三度食べれば はまります。
営業時間 8:00〜20:00 / 定休日 水曜日 / 駐車場 15台 / 収容人数 20人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・家系ラーメン……700円 ・ネギとリチャーシュー…1,180円

22 MAP-5 下北名産センター
☎22-3231 むつ市大畑2−13−33
下北半島最大規模の観光ドライブイン！！
下北半島唯一の新鮮市場構内に立地し、鮮度と品質が自慢です！昔懐の大漁海自カレー(ビーフ)は金・土・日のみ提供しています！！
営業時間 売店/ 8:00〜17:00 食堂/11:00〜14:00 1〜4 月 水曜、木曜日 5月〜12月 無休（臨時休1回・変更あり） / 駐車場 100台 / 収容人数 70人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・大間まぐろ丼…3,300円〜 ・ほたて刺定…1,650円

23 MAP-5 ドライブイン下北
☎26-2716 むつ市野沢字畑沢野29
はまなすラインをお通りの際は、ぜひお立ち寄りください。
時化などで入荷しないときもありますが、お客様に喜んでもらえるよう新鮮・旬に気遣った食材を利用しております。
営業時間 10:00〜15:00 / 定休日 月曜日 / 駐車場 30台 / 収容人数 30人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・定食各種 ・どんぶり・めん類各種

24 MAP-3【D-4】 福士ラーメン
☎23-6455 むつ市新町27−6
当店自慢の自家製スープ・麺にこだわりご賞味ください。
「青森のおいしい健康応援店」の認定店です。
お一人様でもグループでもお気軽にお立寄りください。
営業時間 11:00〜14:00 / 定休日 不定休 / 駐車場 有(15台) / 収容人数 有 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・正油ラーメン……600円 ・味噌チャーシュー……900円

25 MAP-1【C-4】 麺屋 頂ーITADAKIー
☎23-0007 むつ市新町12−3
魚介豚骨Wスープのラーメンやつけめんつけ麺ーITADAKIーが人気。
老子や肉揚げ、チャーハン、煮魚のチャーシュー盛などのセットメニューが人気です。
営業時間 昼/11:00〜15:00(L.O 14:30) 夜/17:00〜21:00(L.O 20:30) / 定休日 水曜日 / 駐車場 有(ほたとう駅前店駐車場) / 収容人数 32人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有
メニュー ・ﾐｽﾘﾁｬｰｼｭｰ麺…1,080円 ・二刀流担々麺……900円

26 MAP-1【A-4】 駅屋 鈴 中央店
☎39-9714 むつ市中央2−9−12
むつ市中央にあるラーメン店になります。
すべて手作りで頑張っています。ご来店お待ちしております。
営業時間 昼/11:00〜15:00 夜/17:00〜21:00 / 定休日 火曜日 / 駐車場 20台 / 収容人数 35人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 無
メニュー ・鶏白湯味噌……880円 ・台湾ラーメン……880円

27 MAP-1【B-3】 石焼きビビンバ専門店 ソウル閻食堂
☎34-9372 むつ市中央1−17−3
只今、手作りのタレ２種を限定販売しております。
①トウフヤグのタレ（人気No.1）
「豆腐や素麺のサラダが一新。どこでも食べやすく変わります。」
②ビビンバやせばご飯のタレ
「様々な調味料やプタキムチチャーシューなど…が一新。韓国スタイルのご飯に変わります。」
営業時間 平日/11:30〜14:30 17:30〜20:30 金・土/11:30〜14:30 17:30〜21:30 日曜日、第１月曜日(不定休あり) / 駐車場 20台 / 収容人数 40〜50人 / 出前(宅配) 無 / 持ち帰り 有

28 MAP-5 友だち募集中 @mutsucci
むつ商工会議所LINE公式アカウント
役に立つ情報をLINEでお届け！

ご当地グルメ 大湊Sora空っ！
「大湊Sora空っ！」は、当市に所在する航空自衛隊第4空警戒群で食べられている「空上げ（からあげの名称で下北半島（むつ市、下北、上北郡）産にこだわった食材を使用する等、地域との関連性や連携を深めた「町の潮揚げ」です。
第4空警戒群で通常食べられている「元祖」と提供店独自メニュー「オリジナル」の２種類があります。

ムチュランカード
クレジットカード、QRコード、交通系IC、ポイント払い等、各種キャッシュレス決済を取り扱っている店舗です。
（各種支払方法の詳細は各店舗にお問い合わせください）

「ムチュランカード」は、加盟店で５００円（税抜き）お買い上げごとに１ポイント。３６ポイント貯まると加盟店で３００円のお買い物ができます。（実施主体：むつ商工会議所）

令和6年版 むつ市グルメガイドマップ

取扱店・掲載店の表示

ご自由にお取りください！ ◉ジャンル別 ◉MAPで地域別

洋食・レストラン・喫茶 / ラーメン・中華・食堂 / 寿司・和食・そば / 焼肉・ステーキ・鉄板焼 / 居酒屋 / バー・パブ・スナック

飲食店選びはコレで決まり！
田名部地区・大湊地区（旧むつ市）の
おいしい情報が満載！

下北半島 旬の味

春 トゲクリガニ コウナゴ 山菜・サクラマス

秋 スルメイカ・サケ クロソイ・イクラ オコッペいもっこ 一球入魂カボチャ

夏 ホタテ ホヤ ウニ

冬 マグロ・アンコウ マダラ・ナマコ アワビ・布海苔

令和5年12月発行
発行 むつ商工会議所 むつ下北コンベンション誘致推進協議会
〒035-0071 青森県むつ市小川町二丁目11-4 TEL 0175-22-2282 ・ FAX 0175-22-0167
URL http://www.mutsucci.or.jp E-mail somu@mutsucci.or.jp

「むつ市グルメガイドマップ」にはむつ商工会議所会員のお店を掲載しております。
出前（宅配）のエリアは各店舗にお問い合わせください。
また、大間マグロ取扱店では、時期によって取り扱っていない場合がありますので、ご了承ください。

タクシー・自動車運転代行（市外局番：0175）

かぎもとタクシー	22-3121・0120-053121	北斗タクシー	22-1121・0120-351121
尻屋観光タクシー	28-5554・0120-225310	大一運転代行	22-5731
田名部タクシー	22-2141・0120-022141		

MAP-5
【むつ市全体】
至大畑・大間
旅館サルビア
くーちょきぱん（2F）
代官山公園
五十番
むら井食館
カ

お食事処 市外局番 0175

寿司・和食・そば

営業時間 / 定休日 / 駐車場 / 収容人数 / 出前(宅配) / 持ち帰り

15件

1 MAP-1 [D-3] すし処 てんが
☎22-7141 むつ市新町2−6
おまかせは、にぎり13貫。
小宴会承っております。
席/要予約
夜/17:30〜23:00
不定休
4台 / 25人
有 / 有
メニュー
・おまかせ……4,000円
・穴きゅう……700円

2 MAP-1 [D-4] とんかつ 若菜
☎22-7320 むつ市新町27−15
サクッ、シュワッ！衝撃の食感をお楽しみください。
自家製パン粉と贅沢な油、絶肉は厚産の豚肉、最高級産地、キラリ元ポーク等のメニューを用意。心ゆくご満足をお約束いたします。
昼/11:00〜14:00
夜/17:00〜22:00
月曜日
7台 / 30人
無 / 有
メニュー
・ヒレかつ御膳……1,400円
・レディース御膳…1,280円

3 MAP-1 [D-3] にぎり どってん家
☎22-7780 むつ市新町7−35
うまい 新鮮 安い
むつ湾、津軽海峡の食材をもちろん取り扱ってます。
イカ、ホタテ、マグロ、うに、平目、etc
昼/11:30〜13:00
夜/17:00〜21:00
日曜日
4台 / 20人
有 / 有
メニュー
・ランチ(税込) 940円〜、1,100円
・晩酌セット(税込)…2,400円
お得な
5,500円〜(税込)/2時間

4 MAP-5 大黒家
☎24-1361 むつ市宇田町18−34
資料館「北洋館」から徒歩5分にある和料理自慢
地元牛場のセリ場を待ち合わせて厳選した下立の旬の味が楽しめる。
おまかせコース+旬の盛り 予約された方が安心です。
18:00〜23:00
不定休
5台 / 20人
有 / 有
メニュー
・特上寿司……2,300円
・店主おすすめ(税込)…3,500円〜

5 MAP-1 [A-3] 鮨 うえ乃
☎24-1122 むつ市中央2−28−7
下立半島の魚が、減圧室のごとくかつ、健康にこだわりました当大間産「本鮪」かま式炊きの旨いシャリに、下立半島の新鮮な魚介類、「めえ〜」よ。
11:30〜21:00
第2・4水曜日
20台 / 40人
有 / 有
メニュー
・大間産本鮪にぎり…5,000円
・下立半島盛り……4,400円

6 MAP-1 [D-3] 源氏車
☎22-9201 むつ市新町2−15
下立の新鮮な魚介類を堪非、ご賞味ください。
おすすめは、刺身・寿司はもちろん、うなぎ、ステーキ等、個人客のメニューです。冬季限定ふぐコースも絶品です。
17:30〜21:30
日・祝日・他
5台 / 30人
無 / 有
メニュー
・握り寿司……1,800円
・うな重……3,500円

7 MAP-2 [C-3] 秀寿司 むつ店
☎22-3117 むつ市横迫町1−7
新鮮なネタとシャリが好評です。
陸奥湾のヒシャ、大間のマグロ、下北産もずくもあり、新鮮なネタを用意しております。
11:30〜21:30ラストオーダー
日曜日(不定休)
20台 / 50人
有 / 有
メニュー
・寿司(並)……1,100円(税別) マップ持参の方に大盛の
・おまかせ膳上…3,600円(税別) もずくサービス致します。

8 MAP-3 [D-3] 鮨割烹 東寿し
☎0120-440140 (ずしおいい) ☎22-2031
ステンドグラスの大扉と向き合い、職人との会話を楽しみながらお食事。
創業59年、下立一の老舗で、新鮮な旬の食材を使い、炭火で炊く魚ふかまどのシャリにこだわり、お客様の喜び大切におもてなし。
17:30〜24:00
日曜日
10台 / 100人
有 / 有
メニュー
・おまかせ(ぜひご予約)…5,500円(税抜) 5,000円〜(ときどき贅沢5品)
・夢現満点なご宴会…3,000円 2時間・5名様以上

9 MAP-3 [D-3] 割烹 王将
☎22-1291 むつ市田名部町4−28
創業昭和32年。以来、味を守り続けてまいりました。
11:00〜20:00
隔週火曜日
12台 / 40人
有 / 有
メニュー
・和定食……1,600円(税別)
・カンネ……800円(税別)
・みそラーメン…900円(税別)
・ラーメン……700円(税別)

10 MAP-3 [A-4] 創作料理の店 ありあけ
☎22-4709 むつ市本町2−4
下北の旬が詰まった 旬の食材を活かした料理が自慢
地元市場のセリ場を待ち合わせて厳選した下立の旬の味が楽しめる。
おまかせコース+旬の盛り 予約された方が安心です。
17:00〜21:30
不定休
4台 / 40人
有 / 有
メニュー
・自家製手打ちそば……800円 6,000円(税込)〜
・店主おまかせコース…4,000円〜5,000円 2時間・6名様以上

11 MAP-3 [C-2] 和風料理 楠こう
☎22-7377 むつ市田名部町2−5
「楠こう」ならではの郷土料理をぜひお楽しみください。
下立の味をたっぷり盛り込んだ一品料理などご用意し、皆様のご来店をお待ちいたしております。各種ご宴会承ります。
昼/11:30〜14:30
夜/17:00〜21:00
水曜日
1/1,6/13,12/31
15台 / 230人
有 / 有
メニュー
・下立づくし御膳…3,300円
・みそ貝焼定食……1,320円
宴会コース(料理1,500円,飲み放題1,500円)/2時間・8名様以上

12 MAP-3 [D-2] 蕎麦酒肴 かも川
☎22-9230 むつ市田名部町2−3
創作料理、季節料理をはじめ、ジャズが流れる懐しの空間。
新潟のへぎそばをはじめ、四季によって創作料理が変わり、楽しみながらゆっくりとお酒とお料理が味わえるお店です。
17:00〜23:00
日曜日
1台 / 45人
無 / 有
メニュー
・へぎそば……600円〜
・創作料理……400円〜

13 MAP-3 [D-2] 和食 天一
☎22-0881 むつ市新町2−32
天ぷら・和食専門の店で、下立の味をゆっくりとお楽しみ下さい。
大間マグロの取扱店です。お気軽にお立ち寄り下さい。
昼/11:30〜14:00(L013:30)
夜/17:00〜21:30(L021:00)
月曜日
4台 / 28人
有 / 有
メニュー
・上握り(11種)2,200円〜(税別)
・大間マグロ漬け丼…2,500円(税別)

14 MAP-1 [D-3] そば処 妙見
☎23-8741 むつ市横迫町1−9−11
当店のあなごの天ぷらは自慢の一品です。
当店は下北産の食材をふんだんに使用しております。
他では味わえない「妙見の味」をご賞味ください。
11:00〜14:00
月曜日〜水曜日
有(4台) / 20人
有 / 有
メニュー
・天ぷらそば……1,000円(税込)
・そばもち……150円(税込) ※そばもちはテイクアウトできます。

15 MAP-5 「下北名物」 樺山そば
☎22-0610 むつ市田名部宇南樫山19−1
樺山村200年の伝統十割そば打ちにこだわっています。
十割そばに合ったメニューをご用意致しております。
中でもご当地グルメ大湊海軍コロッケは、一押しです。
11:00〜17:00
月曜日
30台 / 30人
有 / 有(生そば)
メニュー
・ざるそば……700円
・大湊海軍コロッケ1個…350円

16 MAP-1 [D-3] 恵比寿鳥
☎22-3665 むつ市新町3−6
古民家風の店内で、地酒、地物料理等楽しめます。
大間鶏、東通和牛等地物料理と炭火で焼いた牛やきとり
と地酒等をどうぞ召えています。
17:00〜22:00
不定休
29人
メニュー
・炭火焼き……160円〜
・大間マグロ刺身…1,200円

17 MAP-3 [A-3] めし処 かさい
☎23-7332 むつ市本町1−8 (名店街)
豊富な量和料理と好みにあった多種多様な飲食店が揃ってます！
わがままなスタッフの会話でおもてなし！楽しくゆっくり飲んで食べてくつろいで明日への活力を！大間マグロ(自日予約)
17:00〜22:00
日曜日、祝日、年末年始
2台 / 40人
有(オープル注文受付有)
メニュー
・炭の丁寧焼……700円
・エビみそマヨネーズ…800円
飲込みん 500円(税別)〜
4名様以上

18 MAP-3 [C-1] 与の助
☎22-4466 むつ市田名部町2−8 2F
お一人様でもお気軽にどうぞ！
おまかせメニューなどご用意しております。
18:00〜22:00
日曜日、祝日
30人
メニュー
・スッポン(10月〜4月)
・小鉢料理各種
飲み放題
2時間 5,500円〜

19 MAP-3 [C-2] むぎの穂
☎39-0479 むつ市田名部町3−7
ララリと玄組に立ち寄って、旨い料理でゆっくりとくつろいで下さい。
豊富なメニューでお待ちしています。月間定のおすすめ、創作料理や魚介なども用意しております。
17:00〜0:00
第2木曜日
10台 / 50人
有 / 有
メニュー
・お刺のたき…1,200円 ・ご飯物
・喜麻盛三種……550円 ・ざるそば

20 MAP-3 [B-1] 居酒屋 遊
☎080-5036-4763 むつ市本町4−6 (キンタショッパース通り内)
お一人様でもお気軽にお立ち寄り下さい。
お客様の満足できるよう努めていきます。少人数活躍対応。
旬の食材をふんだんに使った料理をお楽しみください。
18:00〜0:00
不定休
13人
メニュー
・馬刺……800円
・手羽先ギョーザ……450円
飲み放題
5,000円(料理・飲み込)
2.5時間、4名様以上

21 MAP-3 [C-2] やきとり 寄鳥味鳥
☎22-6840 むつ市田名部町3−6 田名部神社前
やきとり・鉄焼・揚出鳥・鳥刺し等豊富なメニューでお迎えします！
下立名物のみそ貝焼き、当日仕入れのおすすめメニューなどもございます。ぜひご賞味ください。
飲み放題
4,500円(税込)〜
2時間/5名様以上
17:30〜22:30
月曜日(当面火曜日も休み)
1台
17人
無 / 有(金・土を除く)
メニュー
・焼き鳥盛合せ(5本)…1,600円(税込)
・馬刺し……800円(税込)

22 MAP-3 [C-1] 居酒屋 酒呑童子 (しゅてんどうじ)
☎22-0966 むつ市田名部町2−8 睦松ル1 F
御一人様でも、楽しく飲める店です。
県内の食材、日本酒も各種取り扱ってます。旨でにぎやかに楽しい時間を過ごしましょう。
18:30〜
不定休
30人
メニュー
・イカゴロ焼き……1,100円
・もつ煮込み……500円
飲み放題
4,000円〜
(宴会コースのみ、料理付)

23 MAP-3 [B-3] 居酒屋 家政家
☎22-6580 むつ市本町2−25 (レンガ通り)
ホテルに近い場所にあります。
お一人様でも家族連れでも気軽に入れます。旨でにぎやかに楽しい時間を過ごしましょう。
17:30〜23:00
水曜日
20人
メニュー
・もつ煮込み
・県内のお酒各種
飲み放題
4,500円〜
2時間
4名様〜

24 MAP-3 [B-1] 居酒屋 三宝
☎22-1018 むつ市田名部町1−11
親子で海峡をやっています。
新鮮な魚、煮魚がメインです。緑提げ(地場産品応援の店) 加盟店です。
18:00〜23:00
不定休
20人
メニュー
・刺身三品……1,000円
・煮魚……500円〜
飲み放題
4,000円〜
2名様以上

25 MAP-2 [B-2] 居酒屋 ばんだ
☎080-8846-6869 むつ市柳町1−2−44
神社裏の小さな居酒屋ですよっと中腰でニーハオで伺んでです。
肉もレバニューの魚を揃えております。肉食な人もさかなな方もみんな、どうぞ、たまには少し変な居酒屋でどうですか？
日曜日
(日・月曜日が連休の時は日曜営業)
18:00〜22:00
月曜日
30人
メニュー
・ばんだ焼鳥……450円
・チャーシュー炒飯…780円
飲み放題
2時間3,000円〜
宴会コース 5,000円〜(のみほうだい)

26 MAP-2 [B-2] TAPAS BAR GABUU (タパス バル ガブー)
☎050-8884-8768 むつ市柳町1−2−1
本州最北端のスパニッシュバル
バエリアやアヒージョなどをメインに北・南・多人数でも楽しめる店です。スパニ系の産まじゃパイナーナーのこだわりですもいりスイスキーなどを揃えます。
平日/18:00〜24:00
金・土/18:00〜 2:00
火曜日
15人
メニュー
・お刺のたき…1,200円
・エビのビッチョ1 P……640円
飲み放題
お1人様4,000円〜
(お料理込み)/2時間

27 MAP-4 居酒屋 安浪
☎29-3325 むつ市大湊新町17−8
地元食材を使った季節感ある料理でおもてなし
自家製マタタビ酒を是非ともご賞味ください！！
17:00〜22:00
不定休
16人
メニュー
・馬刺し……800円
・大湊料理(おまかせ)…3,000円
・季節先ギョーザ……450円
飲み放題
5,000円(料理・飲み込)
2.5時間、4名様以上

28 MAP-4 季節料理 酒菜屋(さかなや)
☎29-2383 むつ市大湊新町16−9
青森の魚を色々食べ比べてみてください。
炭火で焼き上げる魚をはじめ、地魚の刺身の盛り合せ、平打ちそばなど、ご用意しております。
飲み放題
5,000円〜/2時間
17:00〜23:00
日曜日
20人
メニュー
・お刺身盛り合せ…1,500円〜
・自製鮨のお打ちそば…700円

29 MAP-4 美酒嘉肴 京華(けいか)
☎29-6622 むつ市大湊新町1−12
おいしいお酒と、定食等をむつ市一豊富な和酒と共に
県産の海産物、旬の食材を楽しめる和食屋居酒です。全国産、魚肉、いろいろ、大也に入る海産物を豊富ります。大小宴会にも対応。
17:00〜22:00
水曜日
60人
メニュー
・海鮮丼……1,980円
・ホタテクリラタン……800円
飲み放題
お料理付 お一人様
4,000円〜/2時間

30 MAP-4 炭焼 みつ井
☎24-1791 むつ市大湊新町3−6
地元に愛され50年以上。下立の味をどうぞ。
毎週金・土曜日限定メニュー(馬刺し握り寿司、お土かせ握り寿司) お食事のみ大歓迎です！
17:30〜23:00
月曜日
8台
40人
メニュー
・みそ貝焼……800円
・ホッケ焼……1,500円
焼き鳥、天ぷら、刺身、一品料理等

31 MAP-4 のみくい処 番屋
☎29-5112 むつ市大湊新町6−9
北の国から
魚類、ほっけ、宮八かれい、珍味等は北海道根室から入荷、選果の味を楽しんでください。焼き処鮭もあります。(2時間4,000円〜)
17:00〜23:00
不定休
有
22人
メニュー
・みそ貝焼……800円
・ホッケ焼……1,500円

32 MAP-4 居酒屋 舟だまり
☎24-0911 むつ市大湊新町17−35
下北の旬の季節料理や魚介類が味わえます。
営業中の単焼きがおすすめです。
17:30〜22:00
火曜日・水曜日
3台
20人
メニュー
・焼魚……700円
・東通牛単焼(1本)……400円

33 MAP-4 居酒屋 伝ちゃん
☎24-3729 むつ市大湊新町20−31
新鮮で美味しいメニューがいっぱい。炭火焼きの味をご賞味ください。
地元の食材で作った料理と、他産、本格焼酎を取り揃えております。おすすめは馬刺、炭火焼き鳥、みそ貝焼、本場の味チチデニ、キムチ etc
飲み放題
お1人様4,000円〜
(お料理込み)/2時間
17:00〜 0:00
第2木曜日
10台
50人
メニュー
・みそ貝焼き……750円
・馬刺し……1,200円

1 MAP-3 [B-3] スナック 乙女倶楽部
☎080-8221-3539 むつ市本町2−6 (レンガ通り1F)
20代〜40代の元気なスタッフが待ってます。
飲み放題
2時間3,000円〜
宴会コース 5,000円〜(のみほうだい)
20:00〜 1:00
不定休
無
30人
メニュー
・飲み放題：3,000円〜/90分 1名様から

2 MAP-3 [C-1] スナック さくら
☎090-4551-7513 むつ市田名部町2−8
お一人様でもお気軽にご来店ください。
リーズナブルな料金で皆様のご来店をお待ちしております。コンパニオンフーやもご利用ください。
飲み放題
2時間3,000円〜
20:00〜24:00
日曜日、祝日
14:15人
5人
メニュー
・飲み放題：3,000円
その他カラオケ込み

3 MAP-2 [C-2] 酒処 みよし
☎22-1863 むつ市田名部町5−5
「おてん」がおいしい酒処。カラオケも楽しめます。
アットホームなお店です。お一人様でもお気軽においでください。
19:00〜
日曜日(祭)・1つとても有り)
2台
20人
7人
メニュー
・飲み放題：3,000円/2時間
お一人様3,000円/2時間

4 MAP-3 [B-3] ナイトイン 織姫
☎23-4789 むつ市本町2−5 (レンガ通り2F)
カラオケ点数ビッシンコでウインデッキして下さ〜い！！
広い店内、明るいスタッフが皆様をお待ちしております。
お気軽にお立ち寄り下さい。
20:00〜 1:00
日曜日
無
45人
4席
メニュー
・料金システム：ボトルキープ ウイスキー5,000円〜、各種焼酎3,000円〜、飲み放題お一人様3,000円 1名様〜2名様→60分、3名様〜4名様→80分、5名様〜120分

5 MAP-3 [B-4] 花月(はなづき)
☎23-7446 むつ市横迫町1−11 (はまなす通り2F)
落ち着いた雰囲気です。
皆様のご来店をお待ちいたしております。お一人でもお気軽にお立ち寄りください。
20:00〜 1:00
日曜日・祝日
無
25人
5席
メニュー
・料金システム：飲み放題お1人様2時間4,000円
(3名様〜/カラオケ込み)

6 MAP-3 [B-3] 萌音(もね)
☎23-2944 むつ市横迫町1−11 (はまなす通り)
心やすらく落ち着いた店内です。
初めての方でも楽しんで過ごせる心のこもったおもてなし、常連にお応えします。
19:00〜 1:00
日・祝日(連休時営業)
24人
4席
メニュー
・料金システム：飲み放題 (2時間・カラオケ込み 5名様より) 3,000円

7 MAP-3 [C-3] Salon de TARA
☎23-4688 むつ市横迫町1−1−17 (天きん通り1F)
20:00〜 0:00
日曜日、祝日
無
25人
10席

8 MAP-2 [A-3] 呑んべぇ Taro
☎070-8423-0622 むつ市小川町2−7−22 ホテルユニティ1階向い)
マンガ喫茶もALL500円BAR NOチャージNOお通し
1杯だけでも気軽にお立ち寄れるCAFE&BAR を営業中!!深夜までお酒を飲んだ、お腹空いた、ゆっくりしたい、そんな時にお気軽にご来店ください。
料金システム：喫茶プライベートルーム(ゲーム・カラオケ・ネット)1人500円
飲み放題飲付 800円4名様以上
20:00〜end
不定休
無
12人
8席

9 MAP-3 [D-3] HEAT (ヒート)
☎31-0868 むつ市田名部町3−18 (柄沢通り2F)
アットホームな雰囲気のお店です。
お一人様でもふらっと立ち寄れる、気軽に一時心よりお待ちしております。
料金システム：飲み放題、単品飲み、ボトル飲み有り、通算各自ご用意しております。飲み放題(カラオケ付)3時3,000円、1時4,000円、(生ビール、カラオケ込)
20:00〜 2:00
不定休
無
40人
10席

10 MAP-3 [D-3] スナック 黒水仙
☎23-5151 むつ市田名部町3−1 (イルカビル1F)
ひとときの出逢いを大切に、心やすらくにお寛ぎ下さい。
下立の美味しいワインも各種取り揃え、皆様のお越しをお待ちしております。
料金システム：お1人様2時間 4,000円
(カラオケ込み)
19:00〜 0:00
日曜日、祝日
20人
4席

11 MAP-3 [C-2] 紅鶴
☎090-7792-0284 むつ市田名部町2−17
アットホームで和やかに。
お客様みんなで楽しめるお店です。ご来店をお待ちしております。
18:00〜 0:00
無休
無
12人
12席

12 MAP-3 [C-1] ブランド JIN
☎22-8740 むつ市田名部町2−17 (今宮ビルプラザ2F)
スマイル。
いつも笑顔を絶やしませんよ♥
料金システム：そふとう 3,000円、膳月4,000円
(飲み放題) 3,000円/120分 (1名様〜/ヒール・カラオケ付)
20:00〜 1:00
月曜日
無
70人
10席

13 MAP-3 [C-1] スナック 宵待草
☎22-0785 むつ市田名部町2−8
カラオケのない、会話を楽しむお店です。
18:00〜 1:00
日曜日
無
12人
8席
料金システム：安心価格です

14 MAP-3 [C-1] スナック ブランド
☎23-2649 むつ市田名部町2−1 (今宮ビルプラザ2F)
飲み放題90分3,000円より。4名様から45名まで。
(カラオケ付き) ご宴会随時承ります。
20:00〜 1:00
月曜日
無
45人
7席

15 MAP-3 [D-2] Mickey's (ミッキーズ)
☎22-7966 むつ市田名部町3−11
ヒバの香りがするレトロな店内でのおいしいお酒はいかがですか。
各種パーティーや合合、20名様までの貸切もご予算に合わせて、できますのでお気軽にご相談ください。
料金システム：ビール、カクテル、ワイン ¥600〜
20:30〜LAST
不定休
無
25人
6席

16 MAP-3 [C-4] スナック 河仙
☎23-1525 むつ市横迫町1−1−5 (ミナト通り入口)
元気な母親のマダムがお迎え致します。落ち着いた雰囲気のお店です。
地酒各種・下北ワイン・洋酒もショットで楽しめます。下北ジオパークガイド、下北の魅力をお伝えします。
料金システム：飲み放題 3,000円
2時間 (カラオケ込み) 1名様〜
19:30〜
日・月・祝日
2台
24人
7席

17 MAP-3 [B-1] スナック ベル
☎23-5973 むつ市田名部町1−7 (神社横町)
皆様のお越しをお待ちしております。
神社横にありますアットホームなお店です。
お一人様でもお気軽にお立ち寄りください。
料金システム：飲み放題、カラオケ込 600円/2時間
20:00〜 2:00
日曜日
無
20人
4席

18 MAP-3 [C-4] Rote Rose (ローテローゼ)
☎22-9350 むつ市横迫町1−1−8 (天きん通り)
明るく元気なスタッフ 楽しい一時を♡
アットホームな店内、お一人様でもお気軽にお立ち寄り下さい。スタッフ一同皆様のご来店をお待ちしております。
料金システム：チャージ料金なし 単品ボトルキープあり
酒肴豊富に用意しております。2時間飲み放題 1,500円
20:00〜 1:00
日曜日、祝日
20人
7席

19 MAP-3 [C-1] ラビリンス
☎22-7603 むつ市田名部町2−17 今宮プラザ2F
お一人様大歓迎！ソフトドリンク各種ございますのでお酒の飲めない方も大歓迎です！！
19:00〜 1:00
不定休
20人
6席
料金システム：チャージ500円。
ボトルキープ：鏡月3,000円
飲み放題：1名様99分3,000円(カラオケ込み)

20 MAP-3 [B-2] Bellissima (ベリッシマ)
☎31-1349 むつ市本町桜ビル
楽しく飲めるお店です。カクテルもあります。
南国育ちのマスと、明るいスタッフのお店です。スタッフ一同皆様のご来店をお待ちしております。
20:00〜
日曜日
22人
6席
料金システム：(飲み放題 月曜〜金曜 8時〜11時 (カラオケ込) 土曜〜祝日 1時間(カラオケ込) 2人〜4人 1時 1,000円(カラオケ込) 5人〜 1時 1,500円(カラオケ込)

21 MAP-3 [A-2] ROXY
☎31-1480 むつ市本町4−1 (青森むつ支店様向かい)
ダーツ&ビリヤード 初心者大歓迎です！
大人気のコカレロ他、肩ダームなお酒などもご用意しております。
19:00〜 2:00
無
24人
4席
料金システム：ダーツ お一人様100円〜
ビリヤード お一人様300円〜

22 MAP-3 [C-4] 亜路都
☎33-0250 むつ市横迫町1−1−8 (天きん通り)
天きん通りに移転オープンしました。
皆様のお越しをお待ちしております。
19:00〜 1:00
日曜日
25人
9席
料金システム：飲み放題1時間1,000円(カラオケ、女のその飲み放題で1名様から 半人数により要相談

23 MAP-3 [C-3] SNACK 麻利
☎22-4821 むつ市横迫町1−23 ニュクスビル2F
安心安全、ゆったりとおくつろぎ下さい。癒しの空間をめなたへ。
県内一のカラオケ設備！良心会計で気軽のおもてなし！明るい活力を当店で！お一人様でもお待ちしております。
19:00〜 1:00
日曜日
1台
35人
6席
料金システム：4人〜 2時間4,000円
(生ビール、カラオケ込)

24 MAP-3 [B-3] ROOH (ルーフ)
☎090-2028-4015 むつ市本町2−25 (レンガ通り2F)
お一人様でもお気軽にご来店ください！
21:00〜 3:00
不定休
25人
5席
料金システム：チャージ500円(税込)ドリンク ALL500円(税込)！！飲み放題：1時間2,000円(税込)、2時間3,000円(税込)

25 MAP-3 [B-2] スナック 後生善人
☎23-5723 むつ市本町4−25 桜ビル1F
料金システム：金額飲み カラオケ込み5分/カラオケ無し1分ゆる〜3人〜。お一人様4,000円
食べ物も品数も豊富！！ 18:00−21:30のご予約も承ります！！
20:00〜 1:00
日、月曜日
20人
6席

26 MAP-3 [C-4] Night in Supper うわさの悪女
☎23-5333 むつ市横迫町1−11 B−4 (はまなす通り)
創業30年の実績と信頼で、安心してお楽しみいただけます。
接待、歓送迎会や忘、新年会、会議等の2次会にお気軽にご利用下さい。
19:00〜24:30
日曜日、祝日
31人
6席
料金システム：飲み放題 お一人様3,000円/90分
(2名様以上カラオケ代金不)

27 MAP-3 [D-2] BAR NEUTRAL (ニュートラル)
☎23-7376 むつ市田名部町3−8 ナイトパレス2F
お一人でも、ゆっくりまったり飲めるお店です。
ちょっとしたおつまみやお食事もできます。お気軽にお立ち寄りください。
料金システム：チャージ500円(税抜)、ビール・カクテル(ビール500円(税抜)〜/バスタ各種700円(税抜)〜、カクテル600円(税抜)〜、テイクアウト有、缶飲、菓子飲、飲み放題 菓子約3 900円〜(税抜)
20:00〜 3:00(LO 2:30)
火曜日
12人
12席

28 MAP-2 [C-2] moony
☎23-7316 むつ市田名部町6−4
料金システム：チャージ500円、生ビール550円、各種カクテル500円〜、Food500円〜、飲み放題：2時間3,500円(2名様〜)、宴会コース：2時間5,000円(4名様〜)
20:00〜 1:00
日曜日
25人
7席

29 MAP-3 [B-3] NOW escort (ナウエスコート)
☎22-5255 むつ市横迫町1−11 はまなす通り2F
お一人でも気軽に飲めるアットホームでやさなお店です。
10名様〜のご予約でシャンパン1本サービス♡個性豊かなスタッフが皆様のご来店をお待ちしております。
料金システム：チャージ料金なし 単品ボトルキープあり
酒肴豊富に用意しております。2時間飲み放題 1,500円
21:00〜 1:00
日曜日
15人
3席

30 MAP-3 [C-1] スナック 百花
☎090-5822-6662 むつ市田名部町2−9 小笠原ビル1 F
1人でもOKです。
19:00〜24:00
日曜日
1台
10人
6席
アットホームなお店です。
料金システム：飲み放題90分2,500円〜

31 MAP-4 スナック ぽたん
☎24-2681 むつ市大湊新町20−1
楽しく飲んで歌って踊って笑って、ストレスを発散しましょう！
カラオケと民謡メニューで宴会のできる店。弱もい雰囲気で大きの皆さま様でもちろんんてもOK！自慢無限カラオケ有り。
料金システム：飲み放題(カラオケ付き)・1時間2〜4人様2,000円
2時間お一人様2,000円(3名様より)
19:30〜 2:00
不定休
10台
25人
8席

32 MAP-4 snack you・・・
☎24-5113 むつ市大湊新町17−35
17時から営業。おつまみも作ります。
お一人様から2時間飲み放題、1,000円(飲み放題)、いも3,000円、他2,500円
17:00〜 0:00
日曜日
20人
5席

33 MAP-4 Rush
☎080-6006-4371 むつ市大湊新町5−2
お酒を飲めない方でも大歓迎！
決まったメニューはございません。あなたのお好みのお酒をお作りします。さっぱり甘め？
料金システム：カクテル1時間飲み放題 お一人様2,000円(3,000円までご来店のお、ジュース・ウイスキー500円〜、フードもあり
11:00〜13:30
17:30〜25:00
日曜、月曜日
1台
11人
7席

酒処 市外局番 0175

居酒屋

営業時間 / 定休日 / 駐車場 / 収容人数 / 出前(宅配) / 持ち帰り

33件

1 MAP-3 [A-1] 居酒屋 江戸っ子花
☎22-1676 むつ市本町4−4
酒楽・味楽・下北の旬でおもてなし。
大小ご宴会を承っております。大部屋16名様、中部屋12名様、小部屋1〜8名様収容できます。3日前までご連絡ください。
17:00〜22:00
日曜日
1台
70人
メニュー
・焼き小鉢(本日3品)…2,200円
・味噌貝焼……700円
飲み放題
4,000円(料理込み)2時間3,000円(料理込み)3時間以上、宴会コース5,000円〜

2 MAP-1 [D-3] 恵比寿鳥
☎22-3665 むつ市新町3−6
古民家風の店内で、地酒、地物料理等楽しめます。
大間鶏、東通和牛等地物料理と炭火で焼いた牛やきとり
と地酒等をどうぞ召えています。
17:00〜22:00
不定休
29人
メニュー
・炭火焼き……160円〜
・大間マグロ刺身…1,200円
飲み放題
宴会コース4,000円
(税込)〜/6名様以上

3 MAP-2 [B-2] 居酒屋 桃
☎23-0523 むつ市田名部町1−20
50種特製メニューを飲んで食べて、楽しい一時をどうぞ！
楽しいママがおいしい食事でおもてなし。おつ仕度でご来店ください。
17:00〜22:30
日曜日
20人
メニュー
・さくら鍋(一人前)…1,580円 ・晩酌セット…1,680円
・やきとり(1本)……150円

4 MAP-3 [C-2] 居酒屋 成兵衛 (しげべえ)
☎090-5755-6901 むつ市田名部町3−5 田名部神社前
安くて楽しい お客様から好評の店
両前、ジンギスカン、牛タン焼き、ホルモン焼き、刺身など、季節の料理とお酒各種を取り揃えてお待ちしています。
17:00〜
無休
40人
無 / 無
メニュー
・スッポン(10月〜4月)
・小鉢料理各種

5 MAP-3 [B-1] K.きゃさりん
☎090-4041-9230 むつ市田名部町1−8
夜11時まで営業しています
セクイてコンパンメにオインイみせ ①ツレソイ ②ハハオヤ ③ヨトモ ④クタシのコセ
18:00〜23:00
火、水曜日
14人
無 / 無
メニュー
・日替わおすすめ料理…500円〜
・ラーメン……600円〜
飲み放題
夏打合せ

6 MAP-3 [C-3] 韓国居酒屋 韓(ハン)
☎33-2636 むつ市田名部町3−29
ママ手作り本格韓国料理の店
台座の韓国料理を2品選ぶみプラスいし宴会は大人数でも対応できます。お気軽にお問い合わせ下さい！
飲み放題
料理・飲み放題(2時間)お一人様
コース15 500円/2時間
17:00〜23:00
第1、3月曜日
8台
50人
メニュー
・ナムルプラトル…3,000円(2人前)
・ヤキ肉(ハムギョ)…各500円

7 MAP-1 [D-3] 和風ダイニング みつのや。
☎23-2115 むつ市上川町2−39−1 F
居酒屋ならではの一品料理、七種揃も好評です。
昼は定食屋、夜は居酒屋、料理長は和食屋、お客様へのご要望に出来る限り、美味追求すべてのスタッフ一丸、真心居酒を心掛けております。
昼/11:00〜14:00
夜/17:00〜22:00
水曜日
有
40人
無 / 無
メニュー
・ビーフいっぱ(50g)…1,070円
・和け煮オナシ(350g)…1,070円

8 MAP-3 [B-2] 居酒屋 かちかち山
☎22-4805 むつ市本町4−28
令和３年４月に移転して、元気に営業中 !!
御一人様でも、楽しく飲める店です。
県内の食材、日本酒も各種取り揃えてます。旨でにぎやかに楽しい時間を過ごしましょう。
18:30〜
不定休
30人
メニュー
・イカゴロ焼き……1,100円
・もつ煮込み……500円
飲み放題
4,000円〜
(宴会コースのみ、料理付)

9 MAP-3 [C-1] 居酒屋 くるまざ
☎22-9288 むつ市田名部町2−17 今宮プラザ1 F
地酒と絶品の居酒屋
下立の新鮮な魚介類を使った料理で皆様をおまもてしております。
18:00〜23:00
日曜日
40人
メニュー
・私のお勧め「まかせ3コース…660円(税込)
・岩のりと鶏肉の味噌焼き…605円(税込)

10 MAP-3 [B-2] 居酒屋 あずさ
☎090-2035-2111 むつ市田名部町1−1神社横丁
安い料金で、楽しめるお店です。
焼き鳥、一品料理を用意してお待ちしております。
18:00〜
不定休
20人
メニュー
・みそ貝焼き……800円
・もつ煮込み……500円
2,000円 / 2時間
2名〜

11 MAP-3 [D-1] Dining 乃々
☎22-2884 むつ市田名部町2−23
初・洋・中、様々な創作メニューを取り上げていただけるお店です。
お客様に合わせたアットホームな心地よい空間と、小さなお店ならではの心配りをモットーに皆様のご来店をお待ちしております。
17:00〜22:00
日曜日
(日・月曜日が連休の時は日曜営業)
30人
メニュー
・パニーニ・カクテル……1,200円
・カキ&魚のトマトソースのパスタ 950円

12 MAP-3 [D-2] さいはて居酒屋 下北物語
☎22-4896 むつ市田名部町3−8
下立の旬の季節料理と地酒をお楽しみいただけます。
両隣を海と山に囲まれた下北へようこそ！！豊富な海の幸・山の幸を楽しみながら、楽しい一夜をお過ごしください。
17:00〜22:30
月(毎週)、日(不定休)
50人
メニュー
・みそ貝焼き……880円
・刺身各種

13 MAP-3 [C-3] やきとり 串や
☎22-1300 むつ市田名部町3−26
飲み放題コース 8名様〜30名様 12時飲み1人様4,200円 料理7品
(3品目飲めニューに 飲み放題が含かさみそ)うま盛飲み放題 ホタテバター&醤油ホタテ&ニンニク&ホルモン&鶏のタタキ・馬刺し・魚刺ニお盛セセロの定大飲みラッダ&各種ニラニラチャプチャン(海鮮)
飲み放題
2,200円〜/4名様〜
(お料理込み)
17:00〜23:00
不定休
10台
30人
メニュー
・炭のカルビ…800円(税別)
・カキフライ…500円(税別)

14 MAP-3 [C-2] 酒遊海峡 善
☎22-7203 むつ市田名部町3−4 (田名部神社前)
海鮮海峡で獲れた新鮮な魚をおいしいお酒と共に楽しめる居酒屋！
漁師が営む居酒屋です。刺身、寿司、焼魚の他、東通牛もあります！夏のプランの料金もお気軽にご相談ください。
飲み放題
3,000円〜/2時間
17:00〜来店23:00まで
月曜日(当面火曜日も休み)
1台
17人
無 / 無 / 有(金・土を除く)
メニュー
・焼鳥(串打ち5本)…1,600円(税込)
・馬刺し……800円(税込)

15 MAP-5 「下北名物」 樺山そば
☎22-0610 むつ市田名部宇南樫山19−1
樺山村200年の伝統十割そば打ちにこだわっています。
十割そばに合ったメニューをご用意致しております。
中でもご当地グルメ大湊海軍コロッケは、一押しです。
11:00〜17:00
月曜日
30台
14人
メニュー
・ざるそば……700円
・大湊海軍コロッケ1個…350円

16 MAP-3 [A-1] 居酒屋 春
☎31-0559 むつ市本町4−6
和食、寿司、中華、季節の一品料理、創作料理等々
幅広くお客様の御要望に応じ和食、寿司、中華等々できるでなし限ります。宴会コースはボリューム満点、2時間3分です！
飲み放題
料理7品4,500円〜6,000円
2時間4名〜25名
17:00〜23:00
月曜日
5台
30人
メニュー
・オリジナル鶏料理……500円〜
・特の刺身……500円〜

17 MAP-3 [A-3] めし処 かさい
☎23-7332 むつ市本町1−8 (名店街)
豊富な量和料理と好みにあった多種多様な飲食店が揃ってます！
わがままなスタッフの会話でおもてなし！楽しくゆっくり飲んで食べてくつろいで明日への活力を！大間マグロ(自日予約)
17:00〜22:00
日曜日、祝日、年末年始
2台
40人
メニュー
・炭の丁寧焼……700円
・エビみそマヨネーズ…800円
飲込みん 500円(税別)〜
4名様以上

18 MAP-3 [C-1] 与の助
☎22-4466 むつ市田名部町2−8 2F
お一人様でもお気軽にどうぞ！
おまかせメニューなどご用意しております。
18:00〜22:00
日曜日、祝日
30人
メニュー
・スッポン(10月〜4月)
・小鉢料理各種
飲み放題
2時間 5,500円〜

19 MAP-3 [C-2] むぎの穂