

Point
1

栄養たっぷりの 岩ガキで 健康と美容に!

岩ガキは、その栄養価の高さから「海のミルク」と呼ばれ、健康食品をしのぐほど豊富な栄養があります。旨味のもとであるグリコーゲンをはじめ、必須アミノ酸をすべて含むタンパク質やカルシウム、亜鉛などのミネラル類やビタミン類など、さまざまな栄養素が多量に含まれているのが特徴。夏場の疲労回復・肝機能の改善・血栓の予防にも効果があると言われており、暑い夏を乗り切るには最適な食材です。

また、高たんぱく質かつ低脂質で、美容やダイエットにも非常に効果的と言われています。岩ガキに含まれる成分は、肌荒れの改善や保湿効果、シミなどの改善などに加え、アンチエイジング(若返り)にも効果があると言われており、美味しいだけでなく、女性に嬉しい美容効果があるのも特徴です。



Point
2

日豊海岸の岩ガキは ココが違う!

日豊海岸の岩ガキは **デカイ! 美味しい!**

日豊海岸(につぼうかいがん)は、大分県中・南部から宮崎県北部にかけての、豊後水道及び日向灘沿いの海岸の総称。直線約120kmにもなる海岸は、自然豊かな山・川と海が入り組んだ「リアス海岸」として有名です。そんな日豊海岸の岩ガキは、黒潮からのミネラル豊富な海水と、山々から流れ出したミネラル豊富な雨水によって、一般の岩ガキと比べ、大粒で濃厚・クリーミーな味わいになるのが特徴。

また養殖の岩ガキは、天然の岩ガキと同じ栄養素を吸収して育つものの、生産者が貝掃除を繰り返し行うため、成長が早く、殻にたいする身の大きさも約2倍にもなると言われています。夏に最高の旬を迎える「日豊海岸の岩ガキ」。4月から6月にかけて食べごろの岩ガキ前線が北上し、夏に最高潮を迎えます。

身が大きくて美味しさ抜群の「日豊海岸の岩ガキ」を是非ご賞味ください。



プレゼントキャンペーン実施中!

期間中、参加店にてお食事(岩ガキ)いただいた方は、プレゼント応募ハガキに参加店スタンプを押して応募いただくと抽選で **豪華伊勢えびセット** などが当たります。

※参加店スタンプ1つを押して応募ください。



※写真はイメージです

1等 **豪華伊勢えびセット** × 5名様

2等 **地元の特選グルメセット** 5,000円分 × 4名様

3等 **地元の特選グルメセット** 3,000円分 × 10名様

応募方法 (参加店には、応募ハガキとハガキを投函する専用ボックスが配置されています。)

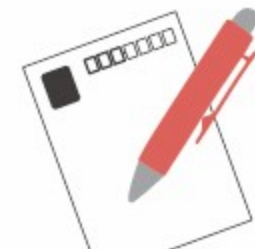
STEP 1

参加店でお食事をする。



STEP 2

お店に設置されている応募ハガキに、必要事項を記入する。



STEP 3

切手を貼らずに、専用ボックスにハガキを投函する。



応募箱

ご注意ください

一般の郵便ポストに投函する場合は、**切手が必要**になります。



岩ガキ前線北上中!

日向市 ▶ 門川町 ▶ 延岡市 ▶ 佐伯市



日豊海岸

佐伯市

延岡市

門川町

日向市

開催期間

5/1^木

8/31^日

今が旬!

大粒で
濃厚クリーミーな
岩ガキを是非
ご賞味ください!

2025

主催：日豊海岸岩ガキまつり実行委員会

- ◆ 一般財団法人観光まちづくり佐伯
- ◆ 一般社団法人延岡観光協会
- ◆ 一般社団法人門川町観光協会
- ◆ 一般社団法人日向市観光協会

〒876-0854 大分県佐伯市中村南町3-2
〒882-0053 宮崎県延岡市幸町2-125 ココレッタ延岡2F
〒889-0611 宮崎県東臼杵郡門川町門川尾末9246-2 門川駅内
〒883-0052 宮崎県日向市鶴町1 コルセ・カレ日向101号

TEL 0972-23-3400 (お問合せ：佐伯市観光案内所)
TEL 0982-29-2155
TEL 0982-57-4110
TEL 0982-55-0235

日豊
海岸

岩ガキまつり 開催店一覧

※各店舗、入荷状況・天候などにより提供できなかったり、早期終了となる場合がございます。事前にご確認の上お越しくださいますよう、お願いいたします。

アイコンの説明

- 📍 … 位置参照
- ☀️ … お昼の営業
- 🌙 … 夜の営業
- 🏠 … 住所
- ☎️ … 電話番号
- 🕒 … 営業時間
- 📅 … 定休日

開催時期

- ◆佐伯市…5月9日(金)から
 - ◆延岡市、門川町、日向市…5月1日(木)から
- (地域によって開催時期が異なります。)



岩ガキ前線北上中!

1. 塩湯

地元で獲れた岩ガキを酒蒸しにしてお出しします。濃厚な味わいの岩ガキをぜひお楽しみください。



- 📍 佐伯市上浦大字浅海井浦 2920-3
- ☎️ 0972-27-8309
- 🕒 11:00-20:30
- 📅 水曜日

2. シマノカキ シンエイマル

岩ガキを焼くスタイルでお楽しみください。佐伯市大入島産の岩ガキは、味が濃厚で甘みが強いのが特徴です。栄養豊富な佐伯湾で育った岩ガキを是非ご賞味ください! ヒオウギガイやホタテもご用意しています。(提供内容は時期によって異なります)



- 📍 佐伯市葛港 3535-30 (海の市場〇駐車場内)
 - ☎️ 080-8558-4967
 - 🕒 平日11:00-15:00 土日祝10:30-15:00/17:00-21:00
 - 📅 火曜日・水曜日
- ※写真はイメージです

3. ホテル金水苑 番匠亭

窓から光が差し込む明るい店内で味わう、贅を尽くした料理の数々。佐伯ならではの旬の食材を使用し、心を込めたおもてなしをご堪能ください。



- 📍 佐伯市駅前 2-4-13
- ☎️ 0972-22-8181
- 🕒 11:00-14:00 17:00-20:30【要予約】
- 📅 なし

4. 民宿・海業 まるに丸

貝の種類の多さは日本一。軒下でバーベキューもできます。日本風景街道に登録された日豊海岸シーニック・バイウェイの美しい風景を眺めながら新鮮な海産物をお楽しみください。(俺たちの渚の公園有り)



- 📍 佐伯市蒲江大字西野浦 2643
- ☎️ 0972-42-1600
- 🕒 ※要相談
- 📅 台風・悪天候時

5. 道の駅かまえ レストラン海鳴り亭

毎年夏には自慢の大粒の岩ガキ料理が好評です。レストランで堪能した後は、直売所で新鮮な岩ガキをお土産にどうぞ! 高平キャンプ場でも岩ガキを提供できます。



- 📍 佐伯市蒲江大字蒲江浦 5104-1
- ☎️ 050-5527-1820
- 🕒 11:00-14:30【LO】 15:00 まで
- 📅 月曜日

6. かまえ食堂 丼どん

蒲江インターより車で3分! プリプリの岩ガキはもちろん、蒲江で育ったリーズナブルなとらふぐ料理や海鮮丼、自家製さぬきうどんなども人気です。



- 📍 佐伯市蒲江野々河内浦江川 590
- ☎️ 0972-44-0960
- 🕒 11:00-15:00
- 📅 月・火・水(平日) ※祝日の場合、営業

7. かまえインターパーク 海への市 海のレストラン笑魚

レストラン笑魚にて、カキ遊膳(要予約)、岩ガキ三昧、単品メニューの岩ガキフライや岩ガキのにぎりなどを提供。また、直売所で岩ガキの販売をしておりますので、海鮮焼き小屋で焼いて食べることも出来ます。時期が短いのでお早めに。



- 📍 佐伯市蒲江大字森崎浦 142-16
 - ☎️ 0972-44-5515
 - 🕒 平日11:00-14:30【LO14:00】 土日祝10:30-15:30【LO15:00】
 - 【予約: カキ遊膳のみ】
 - 📅 臨時休業あり
- ※写真は「岩ガキ三昧」です

8. 北浦臨海パーク 牡蠣家

北浦の豊かな海で育った水産物を、提供しています。生産者直営なので新鮮で美味しいその時期の旬のものを食べることができます。



- 📍 延岡市北浦町古江 2501-60 北浦臨海パーク内
- ☎️ 0982-45-3039
- 🕒 11:00-15:00【LO14:00】
- 📅 毎週金曜日 (天候などで変更あり)

9. 道の駅 北浦 レストラン海鮮館

水質九州一の下阿蘇ビーチに隣接する道の駅北浦内に位置します。新鮮かつ美味しい料理を美しい景色を眺めながらお楽しみください。同施設内で製塩する「月の塩」も人気です。



- 📍 延岡市北浦町古江 3337-1
 - ☎️ 0982-45-3811
 - 🕒 10:30-16:00【LO15:00】
 - 📅 年末年始
- ※岩ガキの提供は5/12～

10. ふく福

地元の魚介類やうまいもんを中心に提供しています!



- 📍 延岡市新町 6-5 マルビル1階
- ☎️ 0982-32-0629
- 🕒 17:00-22:00
- 📅 毎週日曜日

11. 味処 国技館

創業60年を超える老舗です。春夏秋冬県北の海幸、山幸の旨いものをふんだんに揃えています。老若男女問わず、気軽に楽しめる空間を提供します。



- 📍 延岡市春日町 2-3-4
- ☎️ 0982-32-5729
- 🕒 11:00-15:00【LO14:00】 17:00-22:00【LO21:30】
- ※金・土のみ 22:30【LO22:00】
- 📅 毎週月曜日 (祝・休日、繁忙期は営業)

12. KADOGAWA 炎家

新鮮な海鮮料理と厳選された様々な素材を創作料理で提供。この期間・この時期だからこそ食べることができる鮮度と品質にこだわった岩ガキをご堪能下さい。



- 📍 門川町大字門川尾末 8322-2
- ☎️ 0982-66-4188
- 🕒 17:00～22:30
- 📅 毎週月曜日

13. 魚甚閣 常若 -TOKOWAKA-

海・山・川の幸を生かし、丁寧に作られた四季折々の料理が堪能できる本格的な日本料理店。濃厚でクリーミーな岩ガキ(要予約)も様々な料理で楽しめますので、是非ご賞味下さい。



- 📍 門川町上町 6-7
- ☎️ 0982-63-6655
- 🕒 (昼)11:30～14:00 (夜)18:00～22:00
- 【要予約】
- 📅 毎週水曜日

14. いけすの大漁や

いけすの活き魚介の磯料理・寿司料理の専門店です。品数が多く磯料理好きには最適!



- 📍 日向市上町 7-3 (ホテルベルフォート内)
- ☎️ 0982-52-0001
- 🕒 11:00-14:00 17:00-22:30【LO(平日)21:30】【LO(金・土)22:00】
- 📅 元日

15. 細島牡蠣小屋 かき寧

細島漁港に隣接するカキ小屋です。岩ガキを始め、獲れたての魚介類を浜焼きで提供致します! また、海鮮丼などの鮮魚類の提供も始めました。



- 📍 日向市細島 769-4
- ☎️ 0982-60-3698
- 🕒 10:30-16:00【LO15:00】
- 📅 毎週水曜日 (祝日の場合は変更あり)

16. 磯料理旅館 望洋館

自前の天然磯料理の旅館です。昼食・夕食だけでもお気軽にお電話下さい。



- 📍 日向市平岩 191-2
- ☎️ 0982-57-1002
- 🕒 11:30-20:00
- 📅 毎週火曜日

17. 漁業民宿 磯

四季折々の魚介料理が自慢の民宿。夫婦で心のおもてなし。ランチでも宴会でもお気軽にどうぞ!



- 📍 日向市幸臨 234
- ☎️ 0982-58-0313
- 🕒 11:00-20:00 (要予約)
- 📅 不定休 (予約頂ければ営業)

18. 民宿 船待

家族的なおもてなしが人気のお魚料理専門店の民宿。昼食でも夕食でもお気軽にお電話を!



- 📍 日向市幸臨 25
- ☎️ 0982-58-0217
- 🕒 11:00-19:00 (要予約)
- 📅 不定休 (予約頂ければ営業)

