奥出雲町の市外局番は
(0854)です

奥出雲町そばマップ

扇屋そば
☎57−0034

吾妻そば
☎54−0219

一風庵
☎52−9870

山県そば
☎52−1149

あさひ亭
☎52−1714

たたらのいえ
☎52−0075

斐乃上荘
☎52−0234

舌震亭
☎54−1114

鬼蕎麦
☎54−2101

姫のそば ゆかり庵
☎52−2560
※稲田神社社務所内

八川そば
☎52−1513

川西そば工房
☎080−5232−4148

小八川
いきいきグループ

清聴庵
☎56−0800

高原そば 壱心
☎52−0543

お問合せ
島根県奥出雲町商工観光課
〒699−1592
島根県仁多郡奥出雲町三成358−1
電 話 (0854) 54−2524

奥出雲のそばの歴史

奥出雲町のそば栽培の歴史は古く、この地で盛んに行われた「たたら製鉄」との関係が深いとされています。奥出雲地方は良質な砂鉄の産地であり、6世紀頃には製鉄が盛んでした。「たたら製鉄」では、大量の砂鉄と、木炭を必要とします。砂鉄の採取にあたっては、山を切り崩し、大量の土砂を川に流して砂鉄を選別するという「鉄穴（かんな）流し」という方法が行われていました。この切り開かれた山の斜面や、木炭を作るために森林を伐採した跡地などにそばを栽培したと言われています。

奥出雲のそばの特徴

奥出雲そばは、昼夜の寒暖差が激しい風土に鍛えられ、力強い香りと味を秘めた極上品として知られています。

中でも地元で「横田小そば」と呼ばれる在来品種のそばは、松江藩のお殿様も召し上がったと考えられています。

しかし、小粒で収穫量が少なく、収穫時期が遅いことから、降霜等の気象災害を受けやすい短所があり、純粋な「横田小そば」は姿を消していました。

そこで、平成15年にここにしかないご当地そばで地域おこしをしようと、「横田小そば」復活プロジェクトがスタート。5年の歳月を経て、農家に種子が配布出来るようになりました。現在でも奥出雲町全体のそば栽培面積の2割程度しか「横田小そば」は栽培されておらず、門外不出のため、「幻のそば」と言われ、稀少なそばとなっています。

奥出雲町　蕎麦が食べられるお店

店　名	営業時間	定休日	住　所	連絡先（市外局番: 0854）
吾妻（あずま）そば	11:00 ～ 14:00 / 17:00～19:00予約のみ	1～2月 日曜日、3～12月 月曜日	奥出雲町三成 409-5	54-0219
扇屋（おうぎや）そば	10:00 ～ 15:00(L.O.14:30)※なくなり次第終了	火曜日(祝祭日は営業)、臨時休業あり	奥出雲町郡 340（ＪＲ亀嵩駅内）	57-0034
鬼蕎麦（おにそば）	11:00 ～　※なくなり次第終了	1～2月 水曜日・木曜日、3～12月 水曜日・第1木曜日	奥出雲町三成 1415-27	54-2101
鬼の舌震亭（おにのしたぶるいてい）	10:30 ～ 17:00(L.O.16:00)	不定休	奥出雲町三成 1417-6	54-1114
清聴庵（せいちょうあん）	11:00 ～　※なくなり次第終了	月～金曜日、12～3月休業、G.W.・紅葉シーズン毎日営業	奥出雲町上阿井 1655(可部屋集成館駐車場内)	56-0800
あさひ亭（てい）	11:00 ～ 14:00　※なくなり次第終了	月曜日、不定休となる場合あり	奥出雲町横田 1028-4	52-1714
一風庵（いっぷうあん）	11:00 ～ 15:00(L.O.14:30)	木曜日・毎月最終水曜日(祝祭日は営業)	奥出雲町下横田 89-2	52-9870
川西そば工房（かわにしこうぼう）	10:00 ～ 14:00	月・水・金、1～3月休業、G.W.・11月前半頃毎日営業	奥出雲町下横田 993-2	080-5232-4148
小八川いきいきグループ（こやかわ）	※そばイベント期間中のみ実演販売			
たたらのいえ	11:00 ～ 15:00(L.O.14:30)	金曜日	奥出雲町竹崎 878	52-0075
八川（やかわ）そば	11:00 ～ 16:00	火曜日(祝祭日は営業、翌日休)	奥出雲町八川 99-1	52-1513
山県（やまがた）そば	10:45 ～ 15:00(L.O.14:30)※なくなり次第終了	水曜日・木曜日	奥出雲町大呂 515	52-1149
姫（ひめ）のそば　ゆかり庵（あん）	11:00 ～ 14:30 (L.O.14:30)	火曜日・第3水曜日(祝祭日は営業)	奥出雲町稲原 2128-1 (稲田神社社務所内)	52-2560
斐乃上荘（ひのかみそう）	11:30 ～ 14:00　※なくなり次第終了	火曜日・水曜日、冬期不定休	奥出雲町竹崎 488-1	52-0234
高原（こうげん）そば　壱心（いっしん）	11:00 ～ 15:00(L.O.14:30)※なくなり次第終了	月曜日、第1火曜日(祝祭日は営業、翌日休)、インスタグラム参照	奥出雲町八川2965-6	52-0543

※情報は2026年8月現在のものです。
※営業時間・定休日は変更になる場合があります。
　また、地域行事等で臨時休業の場合もあります。詳しくは各店舗へお問合せください。
※全店舗そばの数量には限りがありますので、あらかじめご了承ください。