

高千穂 ガルメマップ

Takachiho Gourmet MAP

2026.2.1 現在



高千穂の大自然が育んだ高千穂グルメ!
山の幸・棚田米・高千穂牛・チキン南蛮などを
お楽しみ下さい!

Takachiho Gourmet from Takachiho's Rich Nature! You can enjoy Takachiho Rice, Takachiho Beef, Chicken Namban, etc!

ランチ & カフェ

Lunch & Cafe

高千穂名物「鳥の丸焼き」(4,000円税込)「かつぼ酒」(1,150円〜)が人気。

☎ 0982-72-2201

🕒 8:30~17:00 (LO 14:00)

📍 高千穂町押方1245-1

① あらぎ乃茶屋

高千穂名物「鳥の丸焼き」(4,000円税込)「かつぼ酒」(1,150円〜)が人気。

☎ 0982-72-2201

🕒 8:30~17:00 (LO 14:00)

📍 高千穂町押方1245-1

② お食事処 千穂の家

人気No.1チキン南蛮に、焼きたての山女塩焼き、地元の食材を使用した料理。

☎ 0982-72-2115

🕒 11:00~16:00

📍 高千穂町山62-1

③ 元祖流しそめん

昭和30年創業「元祖流しそめん」発祥のお店で創業以来変わらない「つゆ」にも自信あり。

☎ 0982-72-2115

🕒 11:00~16:00

📍 高千穂町三田井965-2

④ お食事処 田舎屋

精肉店直営の食事処で高千穂限定のそめん流し定食やチキン南蛮定食が人気。

☎ 0982-72-3977

🕒 10:00~14:00

📍 高千穂町三田井965-2

⑤ そば処 銀橋

地鶏とごぼうの湯込みを使った夜神楽そば、テイクアウトも可能な「うま重」や地鶏定食が人気。

☎ 0982-72-2433

🕒 11:00~15:00

📍 高千穂町押方128-2

⑥ 道の駅高千穂 レストラン

豊富なメニューをそろえたレストラン。定番のチキン南蛮やうどん・そばが人気です。

☎ 0982-72-3100

🕒 10:30~15:00 (LO 14:30)

📍 高千穂町三田井1296-5

⑦ そば処 天庵

九州の厳選された蕎麦粉を使用した手打ち蕎麦専門店。季節の野菜を組み合わせたコースも人気。

☎ 0982-72-3023

🕒 11:00~15:00 (LO 14:30)

📍 高千穂町三田井1180-25

⑧ こびる茶屋

日替わり弁当のテイクアウト販売。団体様のご注文も歓迎。小グループの予約に限り店内でランチも可能です。

☎ 0982-83-0808

🕒 12:00~14:00 (夜は予約時のみ営業)

📍 高千穂町三田井42-13

⑨ カフェ ARIGATO-ありがと-

高千穂あまらぎ鉄道に隣接してあるカフェ。当店でしか味わえない「チキン南蛮」をお楽しみください。

☎ 0982-82-2161

🕒 12:00~15:00 (LO 14:30)

📍 高千穂町三田井1444-1

⑩ 野菜料理 田の花

ほぼ野菜のワンプレートプラスで高千穂牛もおススメです。

☎ 0982-76-1087

🕒 11:30~15:00

📍 高千穂町三田井4587

⑪ 高千穂手打ち蕎麦 おたに家

自家生産自家製粉の本格手打ち蕎麦を棚田を眺めながら落ち着いた雰囲気の中でどうぞ。

☎ 0982-73-2228

🕒 11:00~14:30 (LO 14:00)

📍 高千穂町三田井5138-1

⑫ お食事処 なかや食堂

岩戸地区にある大衆食堂。定食・種類あり、仕出しもします。宴会ができる大広間もあります。

☎ 0982-74-8837

🕒 11:00~14:00 / 17:30~21:00頃まで(夜は要予約)

📍 高千穂町岩戸706

⑬ 喫茶 この花

ふるさと納税返礼品にも出している高千穂牛ローストビーフの他、高千穂産紅茶、ハーブティーもご用意しています。

☎ 080-5605-1902

🕒 水 10:00~17:00 / 金~火 18:00~21:00 (要予約)

📍 高千穂町岩戸793-2

⑭ 咲耶「SAKUYA」式の丸

天岩戸神社のそばにある、とろける食感の高千穂牛やもちつが百歳地鶏の炭火焼きが楽しめるお店です。

☎ 0982-82-2620

🕒 11:00~14:00 (LO 13:45) / テイクアウト 10:00~15:00

📍 高千穂町岩戸794-16

⑮ 高千穂焼 五峰堂・あまらぎの隠れカフェ

豊富なスイーツや高千穂牛を使用したオリジナルのトング等をテラス席で楽しめる人気のカフェ。

☎ 0982-76-1200

🕒 10:00~17:00

📍 高千穂町岩戸1082-21

⑯ BARU's CAFÉ

高千穂駅内にある、広い店内やテラス席でコーヒーやサンドイッチを楽しむカフェ。

☎ 0982-82-2016

🕒 10:00~16:00

📍 高千穂町三田井967-11

⑰ Café TAKACHIHO-BASE

令和7年4月に高千穂町中心部にオープンしました。観光のお客様、地元のお客様がゆっくり集まるカフェです。

☎ 0982-73-2228

🕒 11:00~15:00 (LO 14:30)

📍 高千穂町三田井5138-1

⑱ CAFÉ PANPARADE

焼きたてのパンとコーヒーが楽しめるカフェ。フラパチーノ、オリジナルバーガーも人気です。

☎ 0982-72-3937

🕒 平日 9:00~17:00 / 土・日・祝 7:30~18:00

📍 高千穂町三田井392-1

ランチ & ディナー

Lunch & Dinner

⑲ 炭火焼肉 ジパング

上質で幅広い種類のお肉やホルモンが自慢。窓から眺める豊かな自然の景色も魅力。

☎ 0982-82-2989

🕒 11:00~14:00 (LO 13:30) / 17:00~21:00

📍 高千穂町押方1248-2

⑳ ともえる食堂

高千穂牛炙り丼とチキン南蛮の美味しいお店です。

☎ 0982-83-1166

🕒 11:00~14:00 / 17:00~19:00

📍 高千穂町三田井1265-13

㉑ 高千穂牛レストラン和

柔らかい舌ざわりと豊潤な旨味の「高千穂牛」専門店。

☎ 0982-73-1109

🕒 11:00~14:30 (ステーキLO 14:00) / 17:00~21:00 (ステーキLO 20:30)

📍 高千穂町三田井1099-1

㉒ 焼肉 初栄

ステーキや焼肉を楽しむことができるお店。ミニステーキ定食が人気です。

☎ 0982-72-3965

🕒 11:00~14:00 / 17:00~21:00

📍 高千穂町三田井810

㉓ ホルモン栄楽

自家製の秘伝のたれで食べる焼肉と自家製タルタルソースの「チキン南蛮」が人気です。

☎ 0982-72-3937

🕒 10:00~13:00 / 17:00~21:00

📍 高千穂町三田井92-5

㉔ 肉工房 初栄

定番の焼肉定食や、高千穂牛がたっぷり入った「肉めし定食」が人気です。

☎ 0982-72-2468

🕒 11:30~14:00 / 18:00~20:00

📍 高千穂町三田井1404-1

㉕ 高千穂鶏の炭火焼 吾平店

宮崎県産鶏をタレにつけ込んだ鶏の炭火焼が絶品。高千穂牛も提供しています。

☎ 0982-82-2353

🕒 11:00~14:00 (LO 13:15) / 17:00~20:30 (LO 20:00)

📍 高千穂町三田井3121-2

㉖ レストラン雲海橋

当店の人気メニュー!宮崎の名物チキン南蛮と冷やし汁(冬季はだんご汁)のセットです。

☎ 0982-72-3393

🕒 11:00~20:00 (LO 19:30) ※営業時間、変更となる場合あり。

📍 高千穂町三田井1035-7

㉗ いまちゃん食堂

安くても美味しくご飯が食べられます。ちゃんぽん、チキン南蛮が人気です。

☎ 0982-76-1213

🕒 平日 11:00~19:00 / 土・日 11:00~19:30

📍 高千穂町三田井1050

㉘ ちよいcafé にじいろ

チーズまんじゅうとドリンクのセットは、こだわりのコーヒー、紅茶、緑茶からお選びいただけます。

☎ 0982-83-0707

🕒 11:00~17:00

📍 高千穂町三田井1171-7

テイクアウト & スイーツ

Takeout & Sweets

㉙ 高千穂キングしいたけ

炭火の香ばしさと原木しいたけの濃厚な旨味が口いっぱいに広がります!!

☎ 0982-82-2081

🕒 10:30~17:00

📍 道の駅高千穂内

㉚ 前田菓子舗

高千穂神社近くの菓子処です。チーズ万十・団子やどら餅等、宮崎高千穂の銘菓が人気。

☎ 0982-72-2696

🕒 平日・土 9:00~19:00 / 水 9:00~14:00 / 祝 9:00~18:00

📍 高千穂町三田井1026-12

㉛ 大舞神

高千穂神社前のテイクアウト。食べ歩き用のカップで提供。チキン南蛮に自信あり。

☎ 0982-82-2929

🕒 10:00~17:30

📍 高千穂町三田井1035-7

㉜ 菓子工房 そらいろ

おひさまチーズまんじゅうは前日までのご予約にて焼き立てアツアツが食べられます。

☎ 080-9243-9606

🕒 8:00~17:00

📍 高千穂町三田井1050

㉝ 居酒屋 無我夢中

気軽に楽しめる居酒屋。肉・魚・野菜と豊富なメニューで飲み放題コースもあります。

☎ 0982-72-6001

🕒 17:00~21:30 (LO 20:30)

📍 高千穂町三田井4番地 松本ビル2F

㉞ 平清

好きなお惣菜を選んでお弁当が作れます。お惣菜だけでもテイクアウト可。高千穂「センター」から徒歩30秒!

☎ 0982-72-2081

🕒 10:30~17:00

📍 高千穂町三田井806-1

㉟ やなちゃんの家

手作りドーナツや回転焼きを販売。高千穂町内の観光施設でも販売しています。

☎ 0982-72-2240

🕒 9:00~18:00

📍 高千穂町三田井1398-1

㊱ みやげ品店安河原

マゴロウのフワクリームとスノーアイスが人気で、地元のはちみつを使ったはちみつソフトもあります。

☎ 0982-74-8757

🕒 10:00~17:00

📍 高千穂町岩戸1082

居酒屋

Izakaya

㊲ たちや鳥

店主こだわりの焼き鳥を中心とした鶏料理をお楽しみいただけます。

☎ 0982-82-2000

🕒 17:00~22:00 (LO 21:00)

📍 高千穂町三田井1145-40

㊳ 居酒屋 智恵丸

個室の居酒屋です。魚と鶏の炭火焼が自慢のお店です。

☎ 0982-83-1078

🕒 18:00~22:00 (LO 21:30)

📍 高千穂町三田井789-3

㊴ 咲耶「SAKUYA」

高千穂牛や地鶏料理を楽しめるお店で、和の空間で高千穂の美味しい食事やお酒を堪能できます。

☎ 0982-82-2490

🕒 17:00~21:00 (LO 20:30)

📍 高千穂町三田井797

㊵ 居酒屋 けんちゃん

大きな神楽面が目印の居酒屋。観光客に人気の居酒屋で高千穂の食と酒を楽しめます。

☎ 0982-72-5224

🕒 17:30~23:00

📍 高千穂町三田井796-2

㊶ 高千穂寿司処 竹心

地元の人や観光客で賑わう竹心。新鮮な魚や刺身、お寿司が楽しめます。

☎ 0982-72-3747

🕒 18:00~22:00

📍 高千穂町三田井802

㊷ 居酒屋 てんつくてん

ボリュームある料理が特徴で中でもチキン南蛮や、いも娘、五色納豆が人気メニュー。

☎ 0982-72-3858

🕒 17:30~22:00 (LO 21:30)

📍 高千穂町三田井805

㊸ ためき

オリジナルのスープの定番ラーメンとかつ丼が人気で深夜まで営業しています。

☎ 0982-72-3868

🕒 17:30~3:00

📍 高千穂町三田井782-4

㊹ ブルームーン

ドリンク100種類以上。ウィスキー・カクテル、ワイン、日本酒焼酎フードメニューあり。

☎ 0982-72-3964

🕒 19:00~2:00

📍 高千穂町三田井795-3

㊺ 居酒屋 神平

新鮮な魚料理とお酒を、気軽に楽しみたいだけの居酒屋です。単品料理はもちろん、コース料理もお楽しみいただけます。

☎ 090-8222-3649

🕒 18:00~22:00 (LO 21:30)

📍 高千穂町三田井806-6

おすすめジャンル一覧

和食 (Japanese Food)	うどん (Udon Noodles)	スイーツ (Sweets)
洋食 (Western Food)	ラーメン (Ramen Noodles)	居酒屋 (Izakaya)
肉料理 (Meat Dishes)	うなぎ (Eel Dishes)	そめん (Somen Noodles)
寿司 (Sushi)	カレー (Curry and rice)	
そば (Soba)	カフェ (Cafe)	

営業時間 (Business Hours) | 住所 (Address) | 高千穂町観光協会

休日 (Regular Holiday) | クレジットカード (Credit Cards) | QRコード

駐車場 (Parking Lot) | Wi-Fi | グルメ情報

お問い合わせ | 一般社団法人 高千穂町観光協会 | ☎0982-73-1213

御食事・レストラン (Lunch/Dinner-Restaurant)	
喫茶・軽食 (Cafe-Light meal) 居酒屋 (Izakaya)	
1	あららぎ乃茶屋 Araragi-no-chaya
2	お食事処千穂の家 Chiho-no-ie
3	元祖流しそめん Nagashi Somen
4	田舎屋 Inaka-ya
5	銀橋 Ginbashi
6	道の駅高千穂レストラン Michi-no-eki Takachiho
7	天庵 Ten-an
8	こびる茶屋 Kobirutyaya
9	ARIGATO Café ARIGATO
10	BARU's CAFÉ BARU'S CAFÉ
11	TAKACHIHO BASE TAKACHIHO BASE
12	CAFÉ PANPARADE CAFÉ PANPARADE
13	ジパング Zipangu
14	ともえまる食堂 Tomoemaru Syokudou
15	レストラン 和 Restaurant Nagomi
16	焼肉 初栄 Hatsuei
17	ホルモン栄栄 Eiraku
18	肉工房 初栄 Hatsuei
19	鶏の炭火焼 吾平店 Torinosumibiyaki Airaten
20	高千穂キングしいたけ Takachiho kingshiitake
21	前田菓子舗 Maeda Sweets
22	大舞神 Oomaigod
23	そらいろ Sorairo
24	にじいろ Nijiirou
25	平清 Hirase
26	やなちゃんの店 Yanachan-no-mise
27	たちや鳥 Tachiyadori
28	無我夢中 Mugamochu
29	咲耶 Sakuya
30	けんちゃん Ken-chan
31	竹心 Takeshin
32	てんつくてん Tentsukuten
33	智恵丸 Tomoemaru
34	たぬき Tanuki
35	ブルームーン Blue Moon
36	神平 Shinpei

