

清流高津川

天然鮎

あゆ

天然鮎が食べられる飲食店マップ

益田市
津和野町
吉賀町



“高津川の鮎料理”

伝統の100年フード部門

～江戸時代から続く郷土料理～

令和6年5月5日に認定をいただきました。

“天然もの”を使っておりますので、時期、天候等によりご用意できない場合があります。必ず事前に各店へのご確認またはご予約をお願いいたします。

ぜひご利用いただきご賞味ください

高津川

一級河川の中で

唯一ダムがなく、

「水質が最も良好な河川」

の選定を何度も受けている

圏域のシンボル

「高津川」。



100年フードとは？

地域で世代を越えて受け継がれてきた食文化を、100年続く食文化「100年フード」と名付け、文化庁と共に継承していくことを目指すものです。



【自家用車でのアクセス】

【益田市】

- ・戸河内ICより▶191号線 (所要時間:約1時間半)
- ・浜田ICより▶9号線 (所要時間:約40分)

【津和野町】

- ・小郡ICより▶9号線 (所要時間:約1時間10分)
- ・六日市IC▶187号線▶9号線 (所要時間:約1時間)

【吉賀町】

- ・山口ICより六日市IC▶187号線 (所要時間:約50分)
- ・広島ICより六日市IC▶187号線 (所要時間:約1時間)

【石見空港を利用したアクセス】

東京(羽田)から萩・石見空港まで約90分
大阪(伊丹)から萩・石見空港まで約60分※季節運航
萩・石見空港から益田駅までバスで約10分



【問い合わせ先】

益田地区広域市町村圏事務組合

TEL 0856-31-0226 FAX 0856-31-0315

2026年6月発行

天然鮎

鮎は高津川の初夏から夏、そして秋を代表する食材です。清流にしか棲まない天然の鮎は、豊かな森林により清流が保たれ、良質な苔が育つため、その苔を食べて高津川産天然鮎は「香魚」とも呼ばれるほど非常に香り高く、美味しく育ちます。



「アユ科」唯一の魚

一般的に水質が良い河川の鮎は、スイカの香りがすると言われています。日本では古くから知られる淡水魚で呼び名も多く、一年しか生きないことに由来する「年魚」

体表の粘膜に香りがあることから「香魚」などと呼ばれています。

また、俳句の季語として

「鮎」は夏を、「若鮎」は春を

「落ち鮎」は秋をあらわしています。

目にも美しく、淡泊で香り高い味わいの鮎は、水の美しい所にしか生息しない鮎は、自然からのかけがえのない恵みです。



鮎の美味しい食べ方

清流で育まれた天然の鮎は、地元では日本一と讃えられています。定番の「塩焼き」「鮎飯」「鮎寿し」

「背ごし」「天ぷら」等の他、鮎料理として商品化された

「甘露煮」「鮎のうるか」等

地元の想いのこもった料理がたくさんあります。

どうぞ、本物の味をご賞味ください。



11 料亭 上田 料亭・要予約

塩焼き

営 11:30~14:00 (L.O 13:30)

休 ランチ:水木金+不定休
料亭:要予約

益田市高津1丁目46-2
0856-22-0826

12 荒磯温泉 荒磯館 要予約

焼き、刺身 (宿泊時も対応)

営 11:30~14:00 (要予約)

休 不定休

益田市西平原町1019-1
0856-27-0811

9 居食処 あんじょう

塩焼き、刺身・せごし (入荷時限定)

営 17:00~22:00 (L.O 21:00)

休 火曜日

益田市乙吉町イ331-3
0856-23-5688

10 御食事・会席 一葉 要予約

塩焼き、せごし、あらい天ぷら、甘露煮

営 11:00~14:00
17:00~21:00 (L.O 20:30)

休 水、第四木曜日

益田市中島町イ1604-7
0856-24-2773

13 民宿・レストランとみ

塩焼き

営 11:00~14:30 (L.O 14:00)
17:00~20:00 (L.O 19:30)

休 水曜日

益田市木部町イ833-1
0856-27-2225

14 持石海陽王国

塩焼き、天ぷら

営 11:00~14:30 (L.O 14:00)
17:00~21:00 (L.O 20:00)

休 月曜日 (祝日の場合は火曜日)

益田市高津町口563-2
0856-22-0059

15 渡辺旅館 要予約

鮎料理
フルコース

営 要予約

休 なし(※要予約)

益田市横田町262
0856-25-2310

16 若松屋

塩焼き (予約で他品目も)

営 17:30~23:00 (予約で希望時間対応)

休 木曜日 (休日予約可)

鹿足郡津和野町日原231-1
0856-74-0313

17 ピノロッソ 要予約

パスタ、前菜

営 11:30~14:00
18:00~(要予約)

休 木曜日+不定休

鹿足郡津和野町後田口284
0856-72-2778

18 のれん宿 明月 要予約

塩焼き (懐石料理一品)

営 要予約

休 要予約

鹿足郡津和野町後田口665
0856-72-0685

19 福寿し

塩焼き
せごし(入荷時限定)

営 11:30~14:00 (L.O 13:30)
16:00~21:00 (L.O 20:30)

休 月曜日

鹿足郡津和野町後田口89-8
0856-72-0350

20 ごはん屋かきのき村 要予約

鮎御膳(塩焼き、鮎飯、みそ汁、小鉢、酢の物) 要予約

営 11:00~15:00 (L.O 14:30)

休 木曜日

鹿足郡吉賀町柿木500-1
道の駅かきのきむら
0856-79-8024

21 原田屋旅館 要予約

刺身、酢の物、うるかなす、寿司、一夜干し、天ぷら、塩焼き、甘露煮など

営 11:30~21:00

休 不定休

鹿足郡吉賀町柿木292
0856-79-2005

22 味処 柿の里 要予約

塩焼き、せごし、唐揚げ、鮎飯

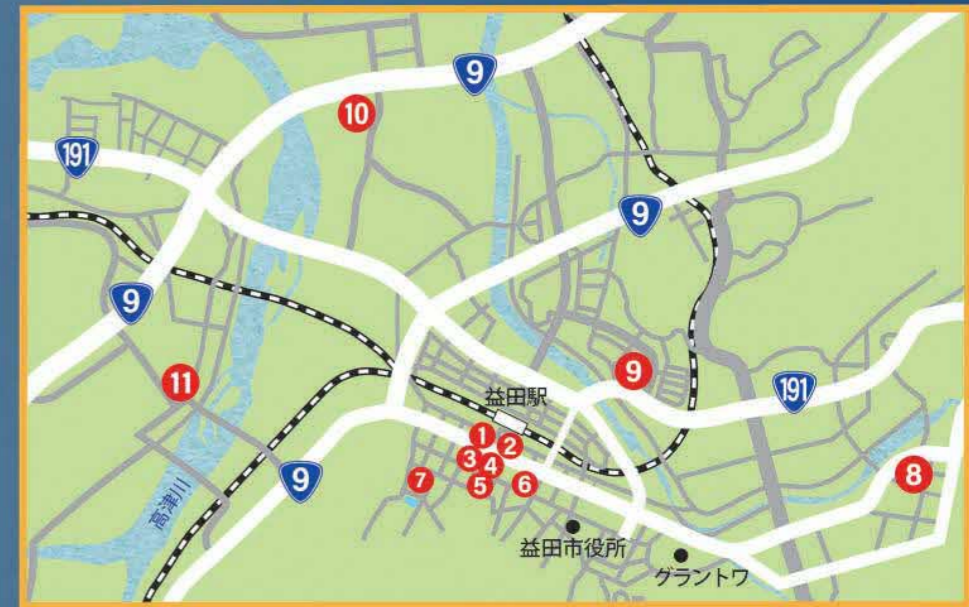
営 11:00~14:30 (L.O 14:00)

休 水曜日

鹿足郡吉賀町柿木81
0856-79-2155



益田市中心部拡大図



1 海鮮丸

塩焼き

営 16:00~23:00 (L.O 22:30)

休 12月31日

益田市駅前町25-5
0856-22-8484

2 STAGIONE 要予約

コース料理

営 11:30~14:30 (L.O 13:00)
18:00~22:00 (L.O 20:00)

休 日、月曜日

益田市駅前町17-1 EAGA 2F
0856-22-5695

3 いろはにほへと

塩焼き、天ぷら
刺身

営 17:00~未定 (L.O 22:30)

休 日曜日

益田市駅前町23-21
0856-22-0133

4 屋台ざんまい

塩焼き

営 18:00~2:00 (L.O 1:20)

休 日曜日

益田市駅前町19-5
0856-22-3233

5 御料理まるでん

塩焼き、天ぷら
コース料理(要予約)

営 18:00~24:00 (L.O 23:30)

休 日曜日

益田市駅前町20-15
0856-22-6644

6 寿司処みのり

塩焼き、天ぷら
御造り

営 11:30~14:00 (L.O 13:30)
17:30~22:00 (L.O 21:00)

休 月曜日+不定休

益田市駅前町11-7
0856-22-1356

7 田吾作

塩焼き、せごし
唐揚げ

営 12:00~14:00
17:00~

休 不定休

益田市赤城町10-3
0856-22-3022

8 市原家 要予約

塩焼き

営 11:30~21:00 (昼) 11:30~ (L.O 13:30)

休 火曜日

益田市本町5-32
0856-22-0231