



店主の好きが滲み出る うらまちの定食

URANO MAMA

VOL.
08

2023 DEC



うらまちに、昼呑みできる店ができた。おいしくてボリュームたっぷりの定食と、気どらない店の雰囲気があるSNS等でも話題になっている。

特に評判になっているのは、銀だらの粕漬定食。満足感ありつつも重たくな、お箸が止まらない。定食のご飯は冗談みたいな山盛り。マンガ盛りと云うのだそう。副菜にお漬物や煮物が付き、どれも家庭的で優しく、ふと肩の力が抜ける味。

お酒の注目は日本酒で、下諏訪の酒蔵御湖鶴の十種類以上が店内の冷蔵庫にずらり。御湖鶴括りで飲みくらべができてしまう。生ビールや自家製の年動物梅酒など、日本酒以外もあり。

店主の水菜さんは漫画家/イラストレーターでもある。店内の手描きの案内などがとってもかわいい。娘さんがお手伝いされていて仲良し親子の様子にもほっこり。

お店をどうしていきたいですか、と聞くと「なんでもやってみようと思ってる」と返ってきた。「ルーキーNight」としてお客様だったルーキーさんに夜の営業を任せたりと、すでに開店当初には予想していなかった展開がある。娘さんのコスプレイヤー、イルカさんがコスプレDAYを開催するなど、今後もどんな展開が飛び出すか！楽しみです。

よりみち散歩

営業時間 11:00~15:00
木金曜日定休、不定休あり
松本市大手5丁目7-18
@mizunanoyorimichi

ルーキーNight
営業時間 19:00~23:55 (LO 23:20)
日曜日定休、不定休あり
@rookie.night



左：ミニチュアフード作家でもある水菜さん作の看板。細い路地の奥にあるお店なので、これを目印にどうぞ！



女鳥羽の泉の西隣の建物には、じつは複数のテナントが入っている。2階にリストギャラリー、1階奥が古道具燕、そして扉を開けてすぐの山山食堂は、朝7時から定食を楽しめるお店だ。モーニングにはパンとコーヒーかご飯とお味噌汁かを選ぶことができ、オプションでトーストをハニーチーズトーストにしたり、自家製ベーコンや塩鮭をつけることも出来る。一つ一つが丁寧に作られていることを感じる、1日頑張るための元気になる定食。古い蔵をリノベーションし現在のテナント物件となっている。古道具燕の店主など、身近な人々の力を借りて自分で達で工事を行った。「建物の記憶を残すことを意識していたそう。もともとあったものを尊重しつつも、店主の高橋さんの好きなものや志向をうかがい知れる空間になっている。人の家のリ



ビングにお邪魔しているような感じですね、と伝えると、特に何かを表現しようという気負っているわけではないけれど、人々がふらっと集まれる場を作りたくて。と語ってくれた。高橋さんは大阪出身。飲食の仕事をしたのちに、山に魅力を感じて向かった立山での山小屋従業員の間を経、松本に移住。山小屋関係者や、登山前後に立ち寄る客も多い。

さんさん 山山食堂

営業時間 7:00~16:00
月・火定休 不定休あり
TEL.0263-75-3508
松本市大手5-4-25 List1階
@33shokudo

うらまち
界隈

うらまちから世界に羽ばたいた
幼児教育法スズキ・メソッド
発祥の地の案内板設置される



スズキ・メソッド（鈴木才能教育）が松本ではじまり、現在も世界中に多くの実践者（2021年の調査では、47ヶ国40万人以上）がいることはよく知られている。

だが最初に学校が開かれた場所がうらまちにあった事は、これまであまり知られていなかったのではないだろうか。才能教育研究会では、以前より石碑あるいは案内板等を設置できないだろうかと模索があったそうだが、この度実現した。案内版は魚町鮮魚さんの理解を得て、うら町はしご横丁の入り口に設置された。

スズキ・メソッド創始者である鈴木鎮一は名古屋出身で、松本に特別な縁があったわけではない。「音楽を通じてヒューマニズムを実現したい」という鈴木木の思想に共鳴した熱意ある音楽青年たちの存在が松本にあり、1965年に「松本音楽院」を発足。芸者の練習場（検番）だった建物を使わせてもらおうよう、手配したのも彼らだ。1967年に移転するまで、鈴木才能教育の拠点は二十年間うらまちにあった。

TAKE FREE | ご自由にお持ちください

凡例

- 🍴 食事処・レストラン(昼)
- 🍴 食事処・レストラン(夜)
- 🍴 食事処・レストラン(昼・夜)
- 🏠 居酒屋
- 📺 BAR/スナック
- ☕ 喫茶・カフェ
- 🛒 物販
- 🍡 スイーツ
- 💧 湧水・井戸
- その他

店名末尾に★マークのあるお店は、本紙配布店です



うらまちを通じ松本の街を見直し、松本がもっと楽しくなる。
当マップ配布に協力してくれる店、施設リスト

- ① ベラミ人形店 ② salon as salon ③ cafe chiiann ④ 菜日
- ⑤ フランス惣菜 ルニ ⑥ 横山薬局 ⑦ ゲストハウスtabi-shiro
- ⑧ そればな ⑨ books電線の鳥 ⑩ 三代澤酒店 ⑪ たい焼きふるさと
- ⑫ 飯田屋鮎店 ⑬ something tender ⑭ ガルガ ⑮ てまりや ⑯ Plaire
- ⑰ Oldies B Goodies ⑱ 長野銀行大名町支店
- ⑲ ノセメガネ上土本店 ⑳ café noyie ㉑ かのめや

旅館すぎもと(松本市美ヶ原温泉) CreperieMonkava(松本市島内)
本・中川(松本市元町) 華陽麵坊(松本市元町)
オートプラザ諏訪(諏訪市) 松本マツダオート(松本市平田)

配布にご協力いただける店、施設募集中です。



かつて松本で一番の繁華街だった“うらまち”は時代の波に取り残され、ひっそりと佇んでいる。そこで店舗や地元のみなさんの協力のもと、町の魅力を発信しつつ、エンターテインメントなど、新たなアプローチで活気を取り戻そう！というプロジェクト。2023年度も、お芝居の公演やマルシェ、クラフトイベントなど、うらまちを舞台に様々な企画を計画、開催しています。

<https://note.com/uramaticstreet>



Follow us ! @ura_no_mama

Instagramアカウントでは、プロジェクト関連のお知らせその他、新規発刊のお知らせ、配布店の紹介、本誌紙面に掲載しきれなかった取材写真のご紹介などをしていきます。



うらまちと周辺のお店をGoogle Mapで見れます。

<https://qr.paps.jp/vtZFM>



企画・編集・デザイン: 梅川茜

写真: 宇賀神拓也

発行: 信州松本うらまちレジリエンス協議会 2023.12.08

長野県地域発元気づくり支援金活用事業