

# 1 羊年だから、ムートンブラン。味は「伊勢丹」風かも。



## ムートンブラン

— Italian restaurant —  
TEL 0153-26-2066  
営業：11:30~2:30 / 17:00~20:30  
ラストオーダー 昼2:00、夜20:00  
定休：木曜日 席数:20  
OPEN：2010年

### オススメ

- チキンソテー悪魔風(ライス付)850円 / ジューシーなチキンソテーに酢漬けのオリーブ、ケイパーがよく合う。
- スパゲティ / 茄子とベーコンのトマト850円 / 細めのスパゲティによく絡まったあっさりトマトソースとジューシーなベーコン&茄子のバランスがGood。
- カプレーゼ500円 / トマトとモッツァレラのサラダ

生粋の厚床民です!



オーナーシェフ・鈴木忠好

ヒツジ年の自分に合わせて、白い羊=ムートンブランと名付けた。看板にコック姿のヒツジが描かれている。シェフの鈴木さんは厚床生まれの厚床育ち。高校卒業後は「サラリーマンより手に職をつけたい」との思いで上京。数々のレストランで経験を積み、昨年まで伊勢丹「プチモンド」でシェフとして活躍。フレンチシェフとして活躍していた傍ら、本場イタリア仕込みの仲間の中で学んできたイタリアンを故郷で生かすことに。「気軽にイタリアンを楽しんでほしい」とホール担当の姉、岩田民子さん。店内には息子の絵画や、地元写真家の作品が飾られている。

# 2 常連客のお目当てはコーヒーか、エスカロップか?



左より、赤間ゆかり、赤間昌子、赤間ゆりえ  
RA・POHRU  
**ラ・ポール**  
— Restaurant —  
TEL 0153-26-2017  
営業：11:00-22:00 定休：月曜日 席数:30  
OPEN：平成13年



「ラ・ポール」は仏語で「かけ橋」の意。人の心と心のかけ橋になるようにという思いが込められている。根室生まれ、動物好きの親子(ゆりえさん、昌子さん、ゆかりさん)が切り盛りしている。3人に会いに訪れる常連客も多く、店のラックにコーヒーチケット(1冊6枚入り 2200円 ※通常コーヒー1杯450円)がずらりと並び、女性に喜ばれるサワーも充実しているのでカウンターに腰掛けておしゃべりしながらお酒を楽しもう。注目は根室市民の定番エスカロップ。これが食べられるのは厚床でこのお店だけ。特製デミグラスソースと、オリーブオイルで仕上げたライスがラポールオリジナル。

### オススメ

- エスカロップ(スープ付)870円 / 根室のソルフードエスカロップ。ラポールではライスにオリーブオイルをプラスし、カツレツに特製デミグラスソースをかけて仕上げている。
- 特製エスカロップ(スープ付)1100円 / ガーリックバターライスの上に通常エスカロップの3倍ある肉厚のカツレツがのる。※宮城県から毎年鹿ハンティングに訪れるお客様のリクエストが定番メニューに。



根室のソルフード 必食!

# 3 手羽先のうまさはひと手間懸ける「開き」に秘密あり。



TOKOEN  
**東光園**  
— BBQ Restaurant —  
TEL 0153-26-2238  
営業：11:30~13:30、18:00~23:00  
定休：日曜日 席数:33(カウンター9、テーブル4、小上がり20)  
OPEN：昭和56年

こだわりの手羽先はお土産に大人気。ケースに入れてテイクアウトもできます。

往時、最盛期の厚床を偲ぶ、国鉄单身寮兼休憩宿泊所を改造し、昭和56年に焼肉屋を開業。マスターは釧路の肉屋で働いたおりに、肉を見る目をみがき、さばき方を覚えた。昼は定食、夜は焼肉とビールを楽しむ人でカウンター座敷とも賑わう。けんちゃん、みゆきちゃん、マスターに会いに来る客も多い。

### オススメ

- 手羽先12本1000円(4人前) / 1人前3本より承ります。切れ目が入っているので、味が染み食やすい。ガスの焼き台で20分、身はやわらかくジューシー。表面がかりっとしている。
- 豚丼(みそ汁、漬物付き)600円 / 豚の肩ロース使用でこのお値段。東光園のマスターと客が認める美味しさ。
- ラーメン500円 / この価格でまんぷくの一品。その他人気の焼肉ではサガリ、カルビ、ホルモンもあり。



昔の国鉄寮だった焼肉屋「東光園」



★夜も11時まで営業します。

足跡を残そう、小さな発見のマチ歩き

# あつとこ界隈ガイド



## ■根室フットパスを歩くには?

まず通行証となるルートマップを入手しよう。

日本語版厚床、初田牛、別当賀各バスマップ 1部 200円  
英語・中国語版各マップ 300円、厚床花マップ 1部 100円  
※別当賀バスには野鳥保護ためゲートあり、鍵は明郷伊藤☆牧場!



## 厚床 / あつとこ 界隈歴史 INFO

厚床の名前の由来はアイヌ語の「アツトク・ト・ベツ」(楡の木の生える沼川)、その名が示すとおり、当初は炭焼き小屋が原野に数戸点在しているだけのところだった。現市街地、最初の住民は田中爺で鉄道(現JR)建設の人手相手に「そば屋」を営んでいた。大正8年11月25日、厚床駅が開業。その後、大正9年に軍馬、農耕馬を取り扱う「厚床馬市場」、昭和8年には国鉄標準線開業など、瞬間に根室内陸部の物流拠点として発展した。今の厚床周辺の産業は酪農業で1戸あたりの農地所有面積は日本一であり、昭和32年に完成した明治乳業唯一の練乳工場、根室工場(厚床)がそれを支えている。

## ●明郷伊藤☆牧場 酪農喫茶 Grassy Hill

Farm restaurant, Nemuro footpath information center  
TEL 0153-26-2181 営業：9:30-17:00 定休：毎月第1、第3水曜  
席数：20(夏場テラス席10) / 厚床郊外にあるソフトクリームが人気のお店。動物(ヤギ・ポニー・ウサギ)と触れ合える広場あり。



### 牧場体験(要予約)

- バター作り体験 (所要30分) 10:00 スタート 600円 / 人
- 乳搾り体験 (所要30分) 11:00 スタート 600円 / 人

## ●農産物加工体験館「食多楽」小笠原牧場

an interactive hands-on-experience center  
TEL 0153-26-2770 営業：10:00~16:00 定休：毎週金曜日  
大型ガスオープンなど本格的な調理器具がそろった加工体験施設。有料で施設を貸し出すほか、オーナー自ら指導する各種体験メニュー有り。

### 体験メニュー

- 蕎麦打ち体験 … 2000円 / 人 (講師料、材料費込み) 所要1時間
- ソーセージづくり … 3000円 / 400g / 人 (講師料、材料費込み) 所要1時間

### 築拓キャンプフィールド@くつたら

トイレ、風呂、テントレンタル、ピザ窯あり。館内宿泊  
1泊1人 2500円(夏季)

### 野菜畑オーナー

菜園料金：1区画 50㎡ (5m×10m) 5000円

■厚床駐在所	0153-26-2151
24 ■厚床消防分遣所	0153-26-2154
■厚床会館	0153-26-2322
定休日:月曜日※祝日の翌日休み 開館:9:00-22:00	
■市立厚床歯科診療所	0153-26-2249
■北海道新聞小笠原新聞販売所	0153-26-2006
■根室交通厚床案内所	0153-26-2655
■厚床パークゴルフ場	0153-26-2239
■厚床郵便局	0153-26-2210
■厚床小学校	0153-26-2011
■厚床中学校	0153-26-2314
■厚床へきち保育所	0153-26-2104
■障害者支援施設根室すずらん学園	0153-26-2134
■明治乳業株式会社根室工場	0153-26-2131
17 ■JA道東あさひ厚床事業所	0153-26-2241
ATM平日9:00-16:00、土曜 9:00-12:30	
※引き出し可(手数料無料…UFJ、JAバンク)、振り込み不可	
■東光寺(真宗大谷派紫雲山東光寺)	0153-26-2053
■開運寺(毘沙門山開運寺)	0153-26-2025
■蒼前神社(そうぜんじんじや)	

## あつとこホーピー

■早坂旅館	0153-26-2016
■ムートンブラン	0153-26-2066
■ラ・ポール	0153-26-2017
■東光園	0153-26-2238
■(有)丸正(まるしょう)山崎商店	0153-26-2001
■(株)叶一(かのいち)佐々木商店	0153-26-2018
■セイコーマート根室厚床店(営業:6:00-0:00)	0153-26-3351
■セブンイレブン根室厚床店(営業:24時間)	0153-26-2577
■美容室DearNatural(ディアナチュラル)	0153-26-2332
■厚床石油	0153-26-2037
■(株)ヒシサン厚床給油所	0153-26-2045
■金浜商店(燃料店)	0153-26-2027
27 ■伊東商店	0153-26-2010

大正7年に始まった伊東商店のご夫妻に昔話を聞いた。当時は店の前の殖民軌道を馬鉄が走り、煙草、金物、農具、衣類や雑貨、食料品や塩を商っていた店はいつも多くの利用客で賑わっていたという。経営していた旅館でも厚床の馬市場を目指して全国から訪れた商人や明治乳業の職員が宿泊して盛況だった。店には駅を利用する学生や列車待ちの客が訪れた。「忙しかったけど、人と接する毎日楽しかった」と孝子さん。「厚床は殖民軌道で栄えた町なんだよ」と、順二さんは懐かしそうに話してくれた。

