

## とばたランチマップ~Tobata Lunch Map~

みなさん、戸畑には食事処がたくさんあるのをご存じですか？

戸畑は7区で一番面積が小さく、さらに、北側約45%は民間企業の所有地ですが、南側約55%にはみなさんのおなかを120%満たすグルメの名店がいっぱい！

九州工業大学や明治学園などの教育施設や旧松本家住宅や旧安川邸などの歴史的建造物が多くある「文教のまち」戸畑。しかし、そういった施設・建造物は多くあっても、戸畑に通勤・通学されている方が一度は思う「お昼どこで食べようか」。

そんなみなさんにぜひ知ってほしい！という思いを込めて、今回は、戸畑区役所の若手職員※「MOS(モス)」で戸畑の飲食店20店舗（ランチ有）取材してきました。もちろん、戸畑にお住いのみなさんも新たなお気に入りのお店がきっと見つかります！

ページをめくるたび、おなかが鳴ること間違いなし！

このランチマップが、みなさんのランチ探しのお役に立てば幸いです。

### 《和食》

P 2 ①魚やん

P 2 ②うどん家 米

P 3 ③おおむら亭

P 3 ④パパイヤ KING

P 4 ⑤チャンポン福龍

P 4 ⑥フタゴ亭

### 《洋食》

P 5 ⑦cafe no cona

P 5 ⑧フレンチベースしん門

P 6 ⑨マリポサキッチン

### 《BREAD》

P 6 ⑩楓 ※ 令和6年6月29日閉店  
(八幡東区へ移転)

P 9 ⑪KazuBaker

### 《Cafe》

P 9 ⑫ENDE

P10 ⑬cafe a table

P10 ⑭喫茶シャルム

P11 ⑮Flora

P11 ⑯Cafe de Rouge Blanc

### 《外国料理》

P12 ⑰106サウスインディアン

P12 ⑱中華料理 中山楼

P13 ⑲南米ボリビア料理ラパス

P13 ⑳ハワイアンダイニングマカヒキ

※ 令和6年4月27日閉店（直方市へ移転）

P7~8…全体マップ

**NEW**

P14 ㉑RED BRIDGE 《Cafe》

※「MOS(モス)」…戸畑区役所若手職員で構成された、戸畑の魅力アップや住みやすさについて議論していく会。

※マップに掲載している情報（店舗の住所、電話番号、営業時間、取扱商品、金額等）は令和5年12月時点のものです。各店の都合により変更になる場合がございますので、ご了承ください。

※商品の金額は、税込みです。

## ① 魚やん



ホッケ定食  
750円

塩サバ定食  
600円

- 住所/戸畑区中原西 3-2-20
- 営業時間/11:00~13:30
- 定休日/ 日~火曜日
- TEL/093-871-0006
- 駐車場/あり(1台分)

### 『お店の自慢・こだわり』

気温や焼き場の温度にあわせ魚の焼き加減を調整し、最も美味しい焼き時間になるようこだわっている。塩サバやホッケなど、他では中々ない大サイズで提供。ランチは海鮮丼などあわせて

1日20食限定で提供!

塩サバ(写真左)もホッケ(写真右)も身が厚く食べ応え抜群♪脂と旨味が詰まっています。ご飯が進む(o^-^o)

カウンター席では、気さくな店主と会話をしながら食事することができる。

2号店の「うおやん駅前店」(定休日:木・日曜日、祝日 住所:中原西2-18-1)も営業中!



UOYANFAMILY8  
Instagram  
(本店)



UOYAN\_EKIMAE  
Instagram  
(2号店)

## ② うどん家 米(よね)

- 住所/戸畑区中原東 1-22-17
- 営業時間/月~土...11:00~18:00  
日...11:00~21:00
- 定休日/毎週火曜日・お盆・年始
- TEL/093-882-7979
- 駐車場/あり(16台分)



1,180円  
(ミニ:870円)

830円  
(ミニ:570円)

### 『お店の自慢・こだわり』

人気メニューは「ごぼ天うどん」「肉うどん」「うどん定食」。メニューは40種類近くあり、すべて《ミニサイズ》がある。

従業員は常にお客様の事を思いながら、おいしいものを素早く提供できるよう尽力しているんだそう。

カウンターの上には木板メニューがずらっと並んでいるが、これは、お客さんの要望に答えるうちに増えていったとのこと…!

「ごぼ天うどん」のごぼ天は分厚く食べ応えあり! 「肉うどん」の肉とうどんの出汁がマッチして美味しい!

### 『店主のひとこと』

従業員が元気よく働いているお店です! ぜひ米(よね)のうどんをご堪能ください!

### ③ おおむら亭



- 住所/戸畑区境川 1-7-25
- 営業時間/11:00~15:30  
17:30~20:00
- 定休日/ 火曜日
- TEL/093-882-3313
- 駐車場/あり (店舗向かい 10台)

#### 『お店の自慢・こだわり』

創業 50 余年、変わらない味を提供する老若男女に人気のお店。看板メニューはとり唐ちゃんぽんととり唐焼きそば！

ちゃんぽんはシャキシャキ野菜たっぷりで食感も楽しめるし、鉄板で調理した焼きそばはソースの香りてついお腹がグーっと鳴ってしまう。ちゃんぽんの上にドン！とのったとり唐は、スープとの相性を考えた味付け。焼きそばと合わせても、その存在感は抜群！かなりボリュームミーだが、とり唐をスープに浸したり麺と一緒に味わったりと食べ方がアレンジできるので、全く飽きることなくペロリと完食しました！

### ④ パイヤ KING

- 住所/戸畑区中原西 2-4-1  
コンフォート九工大 1 階
- 営業時間/11:30~13:30(ランチタイム)  
18:00~01:00(ディナータイム)
- 定休日/ 不定休
- TEL/093-883-3044
- 駐車場/なし

#### 『お店の自慢・こだわり』

人気メニューは「チキン南蛮定食」。

ランチタイムの定食は、すべて600円で提供。

※平日限定で11:30~13:00までは550円!!

九州工業大学正門の交差点の向かいにあり、

九工大生や九工大の先生も通われているとの情報が！

学生向けにボリューム満点で、人気のチキン南蛮は一切れが大きく、柔らかくジューシーで、タルタルソースと甘酢が絡んでご飯が進む進む！

お昼はしっかり食べたい！がっつり食べたい！という方におすすめです！



生姜焼きはお肉が柔らかくてトロっとして美味しい♪

## ⑤ チャンボン福龍



- 住所/戸畑区中原西1-1-36
- 営業時間/11:00~15:00(ランチタイム)  
17:30~20:30(ディナータイム)
- 定休日/毎週日曜日
- TEL/093-871-7091
- 駐車場/あり(裏手に4台分:  
【21・22・23・24番】)

チャンボンセット 1,200円

### 『お店の自慢・こだわり』

人気メニューはやはり戸畑名物の「戸畑チャンボン」!!チャーハンとのセットで頼む人が多いそう。その他にも「豚骨ラーメンセット」と「ぎょうざ」も人気。

創業54年で、当時通っていた子どもが大人になり、お子さんと一緒に来店するなど、昔から地元の方に愛されるお店で、ランチ時はいつも人でにぎわっている。

戸畑チャンボンは、お店こだわりのもちもちした「蒸した細麺」とあっさりとしていてコクのある「100%豚骨スープ」に野菜がたっぷり入ったボリューム満点の一品!蒸し麺に豚骨スープと野菜の旨味が絡んでお味は抜群!「豚骨ラーメン(写真上)」はチャーシューともやしに乗った the 王道の豚骨ラーメン!セットでついてくるチャーハンは程良い塩加減です♪

店内には著名人のサインがずらりと並んでいます…!

## ⑥ フタゴ亭

- 住所/戸畑区小芝2-10-18
- 営業時間/11:00~21:30
- 定休日/毎週月曜日
- TEL/093-871-5660
- 駐車場/あり(6台分)



週替わり定食  
(平日のみ)  
800円



お好み焼き  
770円から



お弁当  
900円から

### 『お店の自慢・こだわり』

人気メニューは「週替わり定食」と「お好み焼き」。客層が学生や医療関係者の方が多いため、〈スピーディに提供〉かつ〈ボリューム感〉を大切にしている。

すべて手作りで提供しており、オリジナルソースも人気。店内に描かれている壁の絵は、すべて店主の奥様が描いたものΣ(・o・)!

「週替わり定食(取材時「みそカツ」(写真左))」は

お肉が分厚く食べ応えがあり、負けじと野菜もたくさん入っていた。「お好み焼き(写真中)」は鉄板いっぱいになり、分厚くボリューム満点!

テイクアウトもあります!(写真右「唐揚げ弁当」)



Facebook



FUTAGOTEI  
Instagram

## ⑦ cafe no cona(カフェ/コナ)



1,320円

- 住所/戸畑区新池 1-8-21
- 営業時間/9:00~18:00  
11:30~15:00(ランチタイム)
- 定休日/ 毎週月曜日
- TEL/093-883-7736
- 駐車場/なし

### 『お店の自慢』

人気メニューは第3週目に提供する「トリコニック」。

店内は落ち着いた雰囲気です。ゆったりとした時間を過ごすことができます。

ハンバーグすること間違いなし! 「ガパオライス」(写真上)はスパイスが食欲をそそり、ポークが分厚く食べ応えあり(o^-^o)ご飯の上にまんべんなくかけられたカレーと野菜が具沢山のオムレツとの相性は抜群! (「オムレツ&カレー」(写真下)) 週によって具材が替わるので、毎週いろんな味を楽しめる♪

### 『店主のひとこと』

おなかの空いたら寄ってね! 裏通りでお待ちしています!  
(お弁当 ニクマウ! もあるよ!)



Facebook



CAFE\_NO\_CONA  
Instagram

## ⑧ フレンチベースしん門

- 住所/戸畑区浅生 2-8-5
- 営業時間/11:00~14:30(ランチタイム OS)  
17:00~20:00 (ディナータイム OS)
- 定休日/ 毎週月曜日
- TEL/093-871-6685
- 駐車場/なし



2,090円



2,150円

### 『お店の自慢・こだわり』

人気メニューは「ハンバーグ&オムライスランチ」(写真上)と「しん門ランチ」(写真下)。

創業1966年の老舗洋食屋。地産地消の食材、創業以来継ぎ足しのデミグラスソース、昔のレシピのままのマヨネーズやドレッシング、変わらぬ味が愛され続けています。店内は南フランスを意識したモダンな装飾のため、リラックスして食事出来ますよ♪「ハンバーグ&オムライス」はチーズや蟹肉などが織り込まれたオムライスと、デミグラスソースがよく絡んだ芳醇な

ハンバーグのセットで飽きることがない味わい♪  
ボリューム満点な「しん門ランチ」は約20cmある身がぎっしりのエビフライに牛サガリストーキ、ムニエル…  
みなさんの大好物がぎゅっと詰まったランチ!  
いつも頑張っている自分にご褒美を…



Facebook



SHINMON1966  
Instagram

## 9 マリポサキッチン

1,738円



- 住所/戸畑区浅生 2-4-11
- 営業時間/ 11:30~15:00(ランチタイム)  
17:30~21:00(ディナータイム)  
20:00(ラストオーダー)
- 定休日/ 毎週月曜日、第3火曜日
- TEL/093-287-4288
- 駐車場/なし

### 『お店の自慢・こだわり』

人気メニューは「マリポサ定食(日替わりランチ)」「パスタ定食」。  
店主がご飯好きのため、ご飯に合うような味付けの料理を提供しています。  
店主夫婦が気さくなため、通い続けるお客さんもいるんだとか。

「揚げ鶏の香味ダレ」(写真左上)は自家製生姜ダレを使用し、鶏肉とあっさりした野菜にしっかり絡み合うような味付けてご飯がどんどんすすみます♪「ポークグリルステーキとエビフライ」(写真右上)は特大サクサクエビフライと柔らかステーキ、キッシュ、マッシュポテトなどボリューム満点!たくさん食べたい方にオススメです!

### 『店主のひとこと』

ワンちゃんと一緒にランチを過ごすことができる個室もあります!  
ぜひ愛犬とご一緒にどうぞ!※個室は1部屋なので予約をお願いします。  
夜の部にはコース料理もあります。注文の際は、事前に連絡ください。



Facebook



MARIPOSA.KITCHEN  
Instagram

## 10 楓(かえで)

※ 令和6年6月29日閉店  
(八幡東区へ移転)

- 住所/戸畑区浅生 2-7-2
- 営業時間/7:30~18:00
- 定休日/ 日曜日・連休の祝日
- TEL/093-883-3688
- 駐車場/なし



194円

### 『お店の自慢・こだわり』

人気メニューはメロンマフィン(お店イチオシ)、メロンクロワッサン、カレーパン(揚げていないことがこだわり)。

常連やいい香りにつられて来店するお客さんが多く、人気商品は午前中で品薄状態になるとのこと!

毎月 月末週の金・土曜日に開催される「マフィン祭」が魅力の一つ。この祭り限定で販売される「プ

ンマフィン」もお店おすすめの絶品の一品。また、地域に寄り添った価格を意識しているんだそう。

ほんのり黄色いスポンジ生地にメロンパンが帽子のように重なっているメロンマフィン。メロンパンのサクッとした食感とマフィン生地のしっとりふわふわした食感はギャップがあり食べ応え抜群♪



BAKERY/OS.PAN.JP

Instagram