

伊賀へようこそ！

イイガイド

伊賀の**見**どころ・**食**べどころ・まるわかり!

合言葉でもらえる

お得な**特典**つき

詳細は中面へ 



伊賀のええとこ
74 スポット！

アンケートに答えて

伊賀牛を当てよう!



伊賀の観光情報
WEBでもチェック

伊賀市の公式観光ガイドマップ

伊賀焼や伊賀くみひもなどの伝統工芸品作りをはじめ、ワインナー作りやいちご狩りなど、体験施設もたくさん！

工芸・体験



中

A collection of Japanese food items. In the foreground, there is a wooden box filled with white rice. To its right is a bag of rice with a cartoon character on it. In the background, there are several bottles of miso and soy sauce.



な
とこ、
見てだーヨ!

★「だーこ」…伊賀弁で「だっこ」



窯元めぐりの
詳細はこちら



生糸や絹糸などを使い、伝統的な組み方で繊細な紐に組み上げる、組紐。大ヒットアニメ映画「君の名は。」に登場したことで、ちょっとした話題に。そんな美しい組紐作りを体験できる施設も多いので、自家用に、お土産用に、伊賀くみひもを楽しんでみて。



自然・癒し



忍者にまつわる神社仏閣など、31か所でご朱印がもらえる「伊賀忍者回廊」。専用のご朱印帳を手に入れて、ご朱印を集めながら忍者の歴史を感じてみよう。



自然・癒し

滝に高原、渓谷など、豊かな自然に包まれた伊賀は、眺望抜群の絶景スポットがたくさん。カメラを片手にとっておきの1枚を探しに出かけよう。

自然豊かな伊賀は、四季折々の花々も魅力的。若倉峽公園には、約800本のソメイヨシノやしだれ桜、余野公園にはヤマツツジが美しく咲き誇ります。美しい花々と魅惑の香りに包まれて、心地よい一日を過ごそう。

旅の疲れを癒してくれる温泉もたくさん。
自然に囲まれた露天風呂にゆっくり浸か
ればリフレッシュすること間違いなし！

本遺産
HERITAGE



日本遺産
忍びの里伊賀・甲賀
はこちら



伊賀忍者回廊
詳細はこちら

ユネスコ無形文化遺産に指定されている
勝手神社の神事踊や、奈良時代から続く
正月堂の修正会など、伝統行事が盛りだ
くさん。スケジュールをチェックして、ぜひ
見に行ってみて。



忍者にまつわる史跡や文化財に指定された名所など
連綿と続く歴史と文化遺産に触れよう！

周囲を山林に囲まれた伊賀は、自然も豊か。高原や溪谷、花の名所で四季の移ろいを感じよう！

伊賀のええとこ 行ってだ〜こ!

伊賀市内には、「幻の牛」とも呼ばれる伊賀牛をはじめ、地元の食材を使ったおいしい料理が食べられるお店がたくさん。和菓子や日本酒などのお土産処、伝統工芸の体験施設やアウトドアスポットまで、伊賀のええとこ、行ってだ〜こ!

MAP E-5 伊賀えとこ飯店

Chinese Restaurant/ Iga Eetoko Hanten

創業35年、地元で長く最も愛される町中華です。伊賀牛、伊賀肉、伊賀野菜をばり、チャーハン(のんにんに)セット、ランチから夜の1杯まで使える便利な店。

0595-55-0000 ①11:30-14:30 (LO14:00) ②17:30-20:00 (LO19:30) ※火 ③16: 上野駅から約5km 予約可 ※昼900〜1500円 ※夜2000〜3000円

②2222 ③2222 ④2222

飲食 Eat

MAP C-1 4 キラナ

Cafe/ Kirana

伊賀の郷にある田んぼに囲まれたのどかなカフェです。ランチやケーキは、自家焙煎のコーヒーとの相性を考えて作られています。アコースティックバンドと一緒に音楽を楽しむことができます。

0595-51-7139 ①11:00-18:00 (LO17:30) ※月曜(LO18:00) ②11:30-14:00、17:30-20:00 (LO19:30) ※火 ③16: 上野駅から約3.4km 予約可 ※昼1100〜1900円

MAP C-1 4 ベーカリー C-1 4 ベーカリー Bakery/ Torta Rosso

伊賀の郷にある田んぼに囲まれたのどかなカフェです。ランチやケーキは、自家焙煎のコーヒーとの相性を考えて作られています。アコースティックバンドと一緒に音楽を楽しむことができます。

0595-43-2000 ①11:00-17:00 ※月・火 ②16: 上野駅から約3.4km 予約可 ※昼1100〜1900円

MAP B-2 8 西ざわ飯店

Iga Beef Restaurant/ Nishizawa Shoten

伊賀牛を扱う精肉店で、先代から受け継がれたノウハウと経験を活かして、伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。

0595-24-8641 ①11:00-17:00 ※月・火 ②16: 上野駅から約3.4km 予約可 ※昼1100〜1900円

MAP B-2 8 西ざわ飯店

Iga Beef Restaurant/ Nishizawa Shoten

伊賀牛を扱う精肉店で、先代から受け継がれたノウハウと経験を活かして、伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。

0595-24-8641 ①11:00-17:00 ※月・火 ②16: 上野駅から約3.4km 予約可 ※昼1100〜1900円

MAP B-2 8 西ざわ飯店

Iga Beef Restaurant/ Nishizawa Shoten

伊賀牛を扱う精肉店で、先代から受け継がれたノウハウと経験を活かして、伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。

0595-24-8641 ①11:00-17:00 ※月・火 ②16: 上野駅から約3.4km 予約可 ※昼1100〜1900円

MAP B-2 8 西ざわ飯店

Iga Beef Restaurant/ Nishizawa Shoten

伊賀牛を扱う精肉店で、先代から受け継がれたノウハウと経験を活かして、伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。伊賀牛の魅力を最大限に引き出す料理を提供しています。

0595-24-8641 ①11:00-17:00 ※月・火 ②16: 上野駅から約3.4km 予約可 ※昼1100〜1900円

伊賀市まるごと Map

伊賀の歴史街道 大和街道 三重県関宿から伊賀上野を経由して奈良に至る街道

伊賀街道 伊賀市と名張市を結ぶ街道

伊賀コリドーロード

伊賀市と名張市にまたがる、伊賀農業。1周94.5kmで、サイクリング・ツーリズムにおすすめ。豊かな自然を肌で感じてみては。

「初瀬街道」を歩いてみよう

古くから京都や奈良と伊勢を結ぶ初瀬街道。その周辺に猪苗代として栄えたのが阿保宿です。現在でも、常夜燈が宿場町の面影を残しています。

「忍者」と伝えて 特典 をゲット!

「特典」マークがついたお店で合言葉を伝えたと、お得なサービスが受けられます。

「忍者」マークがついたお店で合言葉を伝えたと、お得なサービスが受けられます。

特典 参加店リスト

2027年12月31日 まで

「特典」マークがついたお店で合言葉を伝えたと、お得なサービスが受けられます。

MAP C-24 カフェチャマ Lu Cafe/ ChaChaMaLu

大人をメインにした落ち着いた雰囲気のため、1人でも気軽に利用できる雰囲気です。バニラ、ビーツ、フルーツグラノーラが人気メニュー。ビーツのデコレーションも大好評です。

0595-52-0114 ①11:00-16:00 (LO15:00) ※水 ②16: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1500〜2000円

MAP C-25 レストラン 敏の味

旬の魚介や野菜にこだわった食材を使った、フレンチのコース料理がメインです。12月1日には特別付きメニューが2日限定で提供されます。

0595-52-3989 ①12:00-14:00 (LO13:30) ※火・水 ②16: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1980〜2990円、夜3850〜8800円

MAP C-26 豆一珈琲

伊賀の歴史街道を歩きながら、山手、茶花などを自然と楽しめる町歩きツアーです。初心者からベテランの方まで楽しめるコースです。

0595-52-5885 ①11:00-16:30、②17:00-19:00 (LO18:30) ※月・火・水・木・金・土・日・祭 ③10: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1000〜1500円、夜1500〜2500円

MAP C-27 瑞福祥 青山店

伊賀の歴史街道を歩きながら、山手、茶花などを自然と楽しめる町歩きツアーです。初心者からベテランの方まで楽しめるコースです。

0595-52-5885 ①11:00-16:30、②17:00-19:00 (LO18:30) ※月・火・水・木・金・土・日・祭 ③10: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1000〜1500円、夜1500〜2500円

MAP C-28 豆一珈琲

伊賀の歴史街道を歩きながら、山手、茶花などを自然と楽しめる町歩きツアーです。初心者からベテランの方まで楽しめるコースです。

0595-52-5885 ①11:00-16:30、②17:00-19:00 (LO18:30) ※月・火・水・木・金・土・日・祭 ③10: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1000〜1500円、夜1500〜2500円

MAP C-29 ヤマナカ

伊賀の歴史街道を歩きながら、山手、茶花などを自然と楽しめる町歩きツアーです。初心者からベテランの方まで楽しめるコースです。

0595-52-5885 ①11:00-16:30、②17:00-19:00 (LO18:30) ※月・火・水・木・金・土・日・祭 ③10: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1000〜1500円、夜1500〜2500円

MAP C-30 豆一珈琲

伊賀の歴史街道を歩きながら、山手、茶花などを自然と楽しめる町歩きツアーです。初心者からベテランの方まで楽しめるコースです。

0595-52-5885 ①11:00-16:30、②17:00-19:00 (LO18:30) ※月・火・水・木・金・土・日・祭 ③10: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1000〜1500円、夜1500〜2500円

MAP C-31 豆一珈琲

伊賀の歴史街道を歩きながら、山手、茶花などを自然と楽しめる町歩きツアーです。初心者からベテランの方まで楽しめるコースです。

0595-52-5885 ①11:00-16:30、②17:00-19:00 (LO18:30) ※月・火・水・木・金・土・日・祭 ③10: 上野駅から約13km 予約可 ※昼1000〜1500円、夜1500〜2500円

伊賀へのアクセス

車

名古屋から（約90分）

名古屋高速 東名阪国道 名阪国道 上野東IC
白川IC 名古屋西IC 亀山IC

大阪から（約80分）

阪神高速14号 西名阪自動車道 名阪国道 上野東IC
高麗橋IC 松原JCT 天理IC

京都から（約80分）

名神高速道路 新名神高速道路 県道775・49号、国道25号 伊賀市
京都東IC 草津JCT 甲南IC

鉄道

名古屋から（約120分）

JR関西本線 JR関西本線 伊賀鉄道 上野市駅
名古屋駅 亀山駅 伊賀上野駅

近鉄名古屋線 近鉄大阪線 伊賀鉄道 上野市駅
近鉄名古屋駅 伊勢中川駅 伊賀神戸駅

大阪から（約100分）

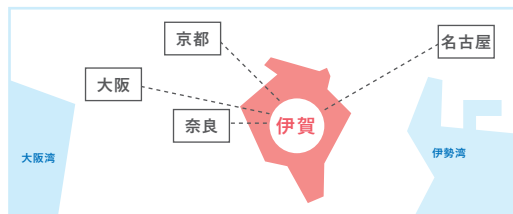
JR大和路線 JR関西本線 伊賀鉄道 上野市駅
天王寺駅 加茂駅 伊賀上野駅

近鉄奈良線 近鉄大阪線 伊賀鉄道 上野市駅
近鉄大阪難波駅 上本町駅 伊賀神戸駅

京都から（約110分）

草津駅 柘植駅
JR東海道本線 JR草津線 JR関西本線 伊賀鉄道 上野市駅
京都駅 JR奈良線 JR大和路線 JR関西本線 伊賀上野駅
木津駅 加茂駅

近鉄京都線・近鉄橿原線 近鉄大阪線 伊賀鉄道 上野市駅
近鉄京都駅 大和八木駅 伊賀神戸駅



高速バス

名古屋から（三重交通高速バス 約100分）

名古屋高速 東名阪国道 名阪国道 上野市駅
名鉄バスセンター 関バスセンター

主要
宿泊施設

MAP B-2 H1 ヒルホテルサンピア伊賀
☎0595-24-7000 西明寺2756-104

MAP B-2 H2 上野フレックスホテル
☎0595-21-3111 平野中川原544-2

MAP B-2 H3 ホテルルートイン伊賀上野
☎0595-26-1818 服部町260-3

MAP B-2 H4 ABホテル 伊賀上野
☎0595-26-0055 小田町719-1

MAP B-2 H5 ビジネスホテル ウィークリー・オーエヌ
☎0595-23-6116 服部町369-1

MAP C-4 H6 メナード青山リゾート
☎0595-54-1326 霧生2356

MAP C-1 H7 モクモクファーム OKAERiビレッジ
☎0595-43-1489 湯舟2925-1

MAP C-4 H8 青山ハーモニー・フォレスト
☎0595-55-2255 種生3137-1

MAP C-1 H9 ファミリーロッジ旅籠屋・伊賀店
☎0595-45-6858 中柘植157-2

MAP B-2 H10 伊賀めぐみ草庵
☎0595-51-8383 依那具221

MAP C-1 H11 忍舎
☎0595-51-5573 御代1027-1

MAP C-2 H12 料理旅館 梅家
☎0595-47-0012 平田374

MAP C-3 H13 伊勢慶
☎0595-52-0074 阿保1417-4

MAP B-2 H14 ゲストハウス サープレ伊賀
☎090-4367-9540 四十九町1187-10

伊賀上野シティホテル
☎0595-22-0101
上野魚町2874

料亭旅館 三田清
☎0595-21-0030
上野赤坂町320

アインズ伊賀
☎080-5100-8182
上野恵美須町1610

陰陽宿（おんみょうじゅく）
☎0595-51-7307
上野丸之内29

城下町
エリア

NIPPONIA HOTEL
伊賀上野 城下町
☎0120-210-289
上野西町3377

旅館 薫染荘
☎0595-21-0027
上野桑町1473

ルートイングランティア
和蔵の宿 伊賀上野城前
☎0595-26-1011
上野丸之内1-131

泊船 HAKUSEN
☎0595-48-5190
上野丸之内116
旧上野市庁舎 SAKAKURA BASE

タクシー
会社

近鉄タクシー
上野配車センター
☎0595-21-0033

相互タクシー
☎0595-21-0404

三交タクシー
上野営業所
☎0595-21-0585

新堂タクシー
☎0595-45-2186

キタモリ交通
☎0120-190-170

観光
案内所

スタッフが笑顔と
おもてなしの心でお出迎え

伊賀の観光地、グルメ、お土産、イベントなどの情報をご提供。
周辺地域の観光パンフレットやマップも豊富に取りそろえています。
季節の見どころや、観光でお困りの際もお気軽にお問い合わせください。

伊賀市観光インフォメーションセンター（土産物店「伊賀百貨」併設）
☎0595・51・9743 ●上野丸之内116 旧上野市庁舎 SAKAKURA BASE M2階



伊賀上野 DMO TEL.0595-26-7788

〒518-0873 三重県伊賀市上野丸之内 122-4

だんじり会館内

<https://www.iga-guide.com>

このパンフレットの掲載内容は2026年2月末時点の有効な情報です。
最新の情報や詳細については各施設にお問い合わせください。
掲載金額は消費税を含む、総額表記です。