

好きなものを、好きなだけ。



いまこそ、おひとりさまデビュー！

「おいしいものが食べたい、たまには外食もしたい！...でも、感染症がやっぱり心配」そんな方は、いまだからこそ、「おひとりさま」デビューしてみませんか？密を避け、感染症を予防しながら好きなものを食べて、ひとりの時間を楽しく、美味しく過ごしてみたいかがでしようか。



..... ひとりごはんのススメ

01 気分に合わせてお店の選定



気分にあわせてお店を検索、お気に入り登録を忘れずに！店内の雰囲気は事前にチェック。カウンターがあるお店がオススメ。混雑具合もチェック！

02 意外と多い！「おひとりさま」



ハードルが高い印象がある、おひとりごはん。実際に店内に入ってみると意外と「おひとりさま」が多いこともしばしば。

03 好きなものを好きなだけ楽しむ



シェアすることもないで誰かに合わせることもなく、好きなものを注文！思い切ってニンニク料理を頼んでみる？

04 気ままにひとりの時間を



ゆっくりでも、急いでいても、マイペースに食事が出来る、おひとりごはん。ひとりの時間を楽しく過ごしましょう！

※お店ごとの感染対策のルールに従って楽しみましょう。 ※食事中の会話は控えましょう。

ご協力店舗：西光園 高井田店

Tourist Information - 東大阪スポット

東大阪押さえておきたい 一押しスポット

Places you shouldn't miss!

日本夜景遺産 Observatory, 22F City Hall 東大阪市役所22階展望ロビー

地上から高さ約100mに位置する展望ロビー。阪神高速東大阪線と近畿自動車道が交差する東大阪ジャンクションを走る車の流れは、まるで近未来都市のようで日本夜景遺産にも選ばれた。(入場無料)



大阪のビル群を一望!!

東大阪市 花園ラグビー場 Hanazono Rugby Stadium



日本最古のラグビー専用スタジアムで全国の高校生ラグビーの聖地。大学、社会人リーグにも全国各地からラグビーファンが集まる東大阪のランドマーク。近鉄ライナーズのホームスタジアム。



石切劔箭神社 Ishikiri Tsurugiya Jinja Shrine



石切さんと親しまれ、でんぼ(腫れ物)の神様として全国各地から病氣平癒を願う人々が訪れる。「石切さんのお百度参り」は国内で最も有名。



石切参道商店街 Ishikiri shopping street



昭和レトロな雰囲気の売店や飲食店、占いなど多彩なお店が並ぶ。テレビ番組のロケ地としても大阪で有名なスポット。



東大阪観光ガイド



WEBサイトにアクセス!

発行：東大阪観光協会 × 東大阪ツーリズム振興機構

東大阪市観光振興事業 2021.2

※Googleマップのアプリのインストールと位置情報の設定を推奨しています。
※Googleマップの仕様の変更等によりリンク切れがある場合がありますのでご了承ください。
※GoogleマップはGoogleLLCCの登録商標です。 ※QRコードは(株)デンソーの登録商標です。

TAKE FREE

移動の合間に
おいしいチェック♪

HIGASHI OSAKA CITY

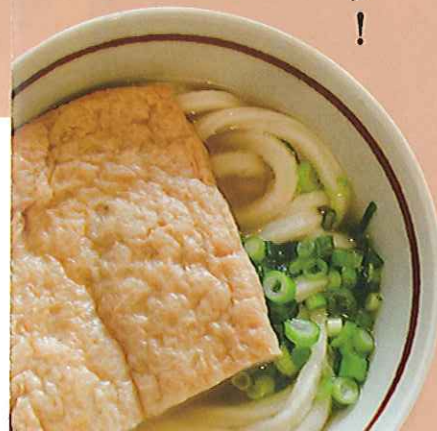
もぐもぐ 東大阪



Google Mapで

お気に入りのお店を
東大阪で、見つけよう!

静かに楽しむ
おひとりさま
デビュー!



感染症対策のため
お持ち帰りください

東大阪市/東大阪観光協会
/東大阪ツーリズム振興機構

東大阪に来たら これ食べてって!

たこ焼き Takoyaki Octopus balls

絶対に外せない
大阪の
定番グルメ



image/
丸幸水産 布店



定番!
大阪グルメ



image/よしひろ

Okonomiyaki
Japanese pancake

お好み焼き

あまから〜い濃厚ソー
スがたまらない!ふっく
ら熱々お好み焼き。



さっくさく!
あっつあっつ!



串カツ

薄めの衣と食材が相
まってサクサク何本
でも食べられそうな
串カツ!もちろんソー
スは2度つけ禁止。



image/串かつ ちとせ



image/
味工房まなま 別館

うどん Udon

温かくてほっと
する、うどん。
珍しいだしを使
用したお店もあ
り、関西独自のお出汁がし
みる〜!



image/統愛うどん なでしこ

和食

Washoku
Japanese
food

見た目も美しく、山、海、自然の
素材そのものを生かした和食
は、日本人だけでなく、海外から
の観光客にも大人気。



挑戦!
ひとり
ごはん

目にも美味しい
色とりどりの

和食・お寿司

寿司

Sushi

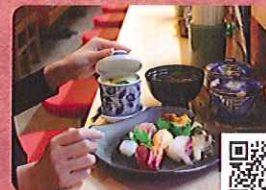
色鮮やかなネタを大將が目の前
で握ってくれるお寿司は格別。
カウンターがあるお店もあるの
でおひとりさまでも大歓迎!



image/
花月寿し

悩んだらコレ #東大阪グルメ

カレーに中華に焼き鳥、洋食!
まだまだある東大阪グルメ。
「東大阪グルメ」で近場の人気
店を探そう。



image/
二星らーめんららら

ラーメン

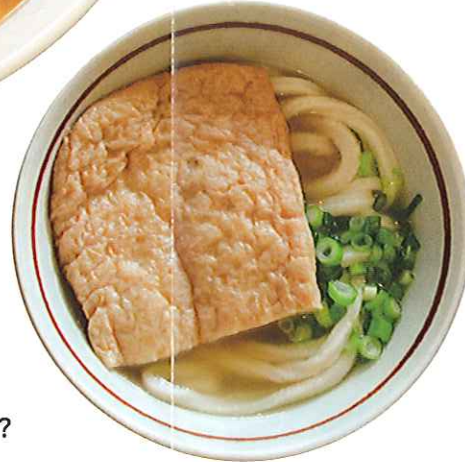
Ramen

おひとりでも気軽に食べに行きや
すいラーメン。東大阪の人気店をめ
ぐって、コンプリートしてみたい!



おひとり
ピギナー
種対決

ラーメンvsうどん
今日はどっちの気分?



Yakiniku
Grilled meat

焼肉



七輪で贅沢に炭火焼肉!
上質なお肉をお好みの焼き加減で。



ご飯もお酒も
すすむすすむ!



image/西光園 高井田店