

てくてく日和



島根



第8号

2014秋

¥0

TAKE FREE

特集1

自然とふれあう邑智郡

てくてくまち歩記 川本町～美郷町～邑南町

特集2 レトロバスDEまつえの商店街散策

見えない・見えにくいひとへ／バリアフリー旅行支援団体／

バリアフリーの外出を手助けするWEBサイト／交通機関や宿泊のバリアフリー

今回取材した 施設データ

市外局番 (0855)

a 湯谷温泉 弥山荘

☎ 邑智郡川本町湯谷 781-2
☎ 72-2645 ☎ 72-2646
🕒 温泉 10:00~20:00 (最終受付 19:30)、
レストラン 11:00~14:00、17:00~19:00
(L.O18:30)
🗓 月曜日 (祝日の場合は翌日)、大晦日
👤 一般 510 円、65 歳以上 360 円、小学
生 260 円
♿ 身障者は入浴料 360 円。入口スロープ
あり、広めの一般駐車場あり、車いす対
応トイレ 1 か所あり。
館内は土足不可だが、車いすのタイヤを
スタッフの方に拭いてもらえる。

c ラボカフェ明るい農村

☎ 邑智郡川本町大字南佐木 177-3
☎ 74-0870
🕒 10:00~17:00 (土日祝日のみ)
🗓 月~金曜日
♿ 入口スロープあり、一般駐車場あり、店
舗近くの公民館に車いす対応トイレあり。

d 悠邑ふるさと会館

☎ 邑智郡川本町川本332-15
☎ 72-0001 ☎ 72-1061
🕒 9:00~22:00
♿ 車いす貸出 2 台、大ホールの車いす席
10 席以上可 (前方の席は取り外し可能)、
車いす対応トイレ 4 カ所 (内 1ヶ所オス
トメイト対応) あり。

e かわもと おとぎ館

☎ 邑智郡川本町大字川本 332-13
☎ 72-3080 ☎ 72-3084
🕒 10:00~21:00
🗓 火曜日、年末年始
♿ 身障者用駐車場 2 台、入口段差なし、
エレベーターあり、車いす対応トイレ 2 カ
所あり。ホテルは、ウォークスルーの部
屋が 2 室あり (部屋の浴室・トイレは段
差あり)。

f 道の駅インフォメーションセンターかわもと

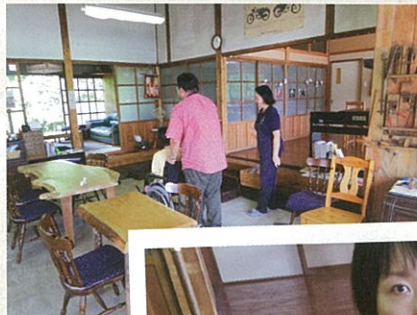
☎ 邑智郡川本町大字因原 505-5
☎ 72-1111 ☎ 72-1740
🕒 トイレ 24 時間、道の駅 8:00~19:00、
レストラン 10:00~19:00
🗓 年末年始 (レストランは月曜日)
♿ 身障者用駐車場 1 台、入口スロープあり、
貸出用車いす 1 台あり、オストメイト対応
車いすトイレ 1 カ所あり。

夢喰いバクの南天染めのグッ
ズはかわいて一目ぼれ♡

レポーターからひとこと

カナコ

温泉は手すりが付いていたり、浴場まで段差なく進めます。屋外のデッキには車いすのまま上がれるようになってるので、天気がいい日などは気持ちよさそう。明るい農村は入口にスロープや手すりがあつたり、郵便局の良いところをそのまま残して、気軽にいけるお酒落カフェでした。身障者トイレは近くの公民館にはあるそうなので安心ですね。おとぎ館は、段差なく入れるお部屋がりましたが、部屋のユニットバスへは段差がありました。館内の身障者トイレは右手すり左手すりど何カ所もあったのはよかったです。道の駅は広い通路でゆっくりお土産選びができました。身障者トイレは右手すりトイレの一カ所のみなので、左手すりのみでしか使えない方はご注意ください。



カナコ



お土産を買うならここ！血液がサラサラになるα-リノレン酸を多く含む栄養価の高いえごまの商品が多数並んでいる。

c ラボカフェ明るい農村



車で
20分



b 長江寺

隣にはお寺。このお寺には「猿頭 (ぼくとう) の玉枕 (ぎょくちん)」といわれる、悪い夢を食べてくれる猿の顔の不思議な珍宝がある。門の横に段差のない坂道があるので、車いすでもお参りできる。

歩いて
すぐ

a 湯谷温泉 弥山荘



天然炭酸温泉の弥山荘。館内は土足禁止だが、スタッフの方がタイヤを拭いてくれる。大浴場の浴槽それぞれに手すりがついていて、フチの段差も低め。個室の家族風呂もあり、ゆったりくつろげて長居してしまう。

車で
30分



d 悠邑ふるさと会館

音楽の町ともいわれる川本町の音楽施設。大ホールには車いす用の観覧席が 10 席以上設けることができ、車いす対応トイレは各トイレに配置されていてバリアフリー。

歩いて
すぐ



e かわもと おとぎ館

ウォークスルーの客室は 2 部屋あり、他の部屋は入口に段差が 1 段あり。部屋はユニットバスだが、館内に車いす対応トイレが完備されているので安心。段差なく入れるレストランやカラオケルームなど、宿泊以外にも楽しめる施設。

写真モデル車いす横幅 約 57cm

① 川本町

てくてくまち歩記

島根県のほぼ中心に位置する邑智郡は、川本町・美郷町・邑南町の 3 つの町からなっています。豊かな自然に恵まれたこの地には、中国地方最大の河川、江の川が流れています。川遊びはももちろん、川沿いをローカル列車で旅するのもよし、食材の宝庫でこだわりの「A級グルメ」を味わうもよし、絶景から望める紅葉狩りも秋の思い出になるでしょう。

特集1 自然とふれあう邑智郡



歩いて
すぐ

今回取材した 施設データ

市外局番 (0855)

g カヌーの里おおち

- ☑ 邑智郡美郷町亀村 54-1
- ☎ 75-1860 ㊟ 75-1860
- 🕒 9:00~16:00
- ☎ 火曜日(火曜日が祝日の場合は水曜日)、年末年始
- 📍 入場料【日帰り】大人 200 円・小中 100 円・幼児無料
- ※20名以上の団体は50円引き
- ※こころカード・島根県交通安全協会会員証提示で無料
- 【宿泊】500円/日・幼児無料
- ピザ焼き体験 2,000円~(具材持込は500円引き)
- カナディアンカヌーレンタル 1艇 2,500円(3人まで乗船可)。その他指導付き体験やカヤック、カヌーのレンタル料は要問合せ。
- ☎ 一般駐車場あり、車いす対応トイレ 1カ所、AEDあり。カヌーに乗船時にスタッフのサポートあり。乗船する川縁がぬかるんでいることもある。

h ゴールデンユートピアおおち

- ☑ 邑智郡美郷町粕淵571
- ☎ 75-1670 ㊟ 75-1671
- 🕒 3月~11月 9:00~21:00(最終受付は20:00)、12月~2月 9:00~20:00(最終受付は19:00)※温水プール・温泉の利用は10:00から。
- ☎ 毎週火曜日(火曜日が祝日の場合は水曜日)、年末年始
- 📍 温水プール+温泉+スパ+エアロビクス 大人 900円、小人(小中高生) 450円
- ※こころカード提示で大人800円、小人400円
- 温泉のみ 大人 500円、小人(小中高生) 250円
- エアロビクスルームのみ 大人 310円 小人(小中高生) 160円
- ☎ 障がい者手帳提示または75歳以上の方は利用料大人料金の半額。
- 11カ所、階段にスロープあり、入浴用車いす1台あり。



外へ移動!



背もたれ付きで楽ちん!

江の川でカヌー体験。カヌーやカヤックには背もたれがついているので、安定性抜群。足の不自由な方は、岸でカヌーに乗り込むので、安全。天候次第だが、川辺はデコボコやぬかるみがある場合がある。右手が不自由な方は、カナディアンカヌーを体験。自分の力でオールを漕げる方は、カヤックもおすすめ。

レポーターからひとこと

カナコ

カヌーの里おおちはスロープがついていたり身障者トイレがあったりと、車いすにも優しいつくりになっていました。一部小さな段差があったり、ピザ窯までは砂利道がありますが特に支障はなかったです。私は左手のみで作業しましたが、片手でも少しのサポートで作ることができました。石窯で焼けるピザに感激し、自分で作ったピザの味は格別でした! カヌーは移乗して座り脚をいれるだけと、とても簡単に乗り込めました。背もたれがついていて座位が保ちやすく、妖精のいそうな森林、野鳥をみたりと、波も穏やかな日で優雅な川遊びでした。ゴールデンユートピアおおちは、綺麗で広い身障者トイレ(左手すり)が一カ所ありました。温泉・温水プールまではスロープがあり、シャワーキャリーも常備されていて、いろいろな方が楽しめる施設だと思います。

②美郷町

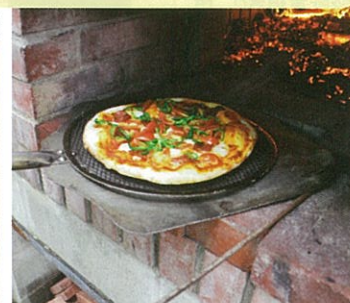
美郷町は三瓶山の麓にあり、江の川が流れています。秋の紅葉を眺めながら、アクティブに川遊びはいかがでしょう。カヌー、カヤックで優雅なひとときをどうぞ。



g カヌーの里おおち



ものづくり体験もできる施設で、石窯で焼いた本格ピザ作り体験ができる! 材料は持ち込みもOKなので、オリジナルのピザを作ってみよう。窯までの道は若干砂利道になっている。雨天の場合は、屋内で焼く窯があるそう。自分で作った焼きたてピザは、格別においしい!



みんなでワイワイするのも楽しいひととき!

おいしくてついでにべろりと食べすぎちゃった!

車で15分



h ゴールデンユートピアおおち

島根の中心にある観光の拠点になる宿泊施設。ゲストハウスは洋室のツイン棟(ユニットバス)と和洋室のグループ棟(トイレ・風呂別々)がある。部屋の入口は約30cmの段差あり。施設には温泉や温水プールなどが充実している。入浴用の車いすが完備され、プールへもスロープを使いそのまま入水できる。館内もスロープや車いす対応トイレがあるなど、安心の設備。



色々楽しめて、過ごしやすそう!

9月から11月9日まで時間無制限でりんご狩りを楽しめる。もぎたてのあまい完熟のりんごをまるかじりしてみよう!



● 赤木高原観光りんご園

- ☑ 飯石郡飯南町下赤名2814
- ☎ 0854-76-3344 ㊟ 0854-76-3344
- 🕒 りんご狩り9月~11月9日 9:00~17:00(最終受付は16:00)
- ☎ 期間中無休
- 📍 入園料 大人 540円、小人 320円
- 持出料 りんご 500/kg



りんご園には車いす対応トイレがないので、車で3分の「道の駅赤木高原」が便利。



車いすでも手を伸ばせばりんごをもぎ取ることができるりんご園。園内は土のため、車いすは移動に難あり。タイヤが土で汚れるので、タイヤ拭きがあるとよい。

番外編2

秋の味覚りんご狩りをしよう!

口羽駅~粕淵駅までを乗車体験!約30分の鉄道の旅

番外編1

復活した三江線に乗ろう!



日本一高い駅舎「宇都井駅」。116段の階段で、エレベーターや昇降機はなし。足の不自由な方にはとても不便だが、話のネタとして見るとおもしろい。



車いす専用席はないが、乗車口付近に広めのスペースがある。のどかな景色や秋には紅葉が車窓からながめられる。



乗車口は約90cm、2段の段差あり。基本的にワンマン列車であるが、車掌さんが乗車している場合はサポートもあり。



今回取材した施設データ

市外局番 (0855)

i 香木の森 クラブ館

〒 邑智郡邑南町矢上 7154-10
☎ 95-2369 ☎ 95-0209
🕒 10:00~17:00
🚫 火曜日
📄 入場料無料
🚗 一般駐車場あり (ajikura 向かいに身障者用駐車場あり)、貸出用車いす1台あり、車いす対応トイレ4カ所。園路は全てスロープがついている。一部急こう配な場所もある。

j カフェ香夢里

〒 邑智郡邑南町矢上 8529-8
☎ 95-0069 ☎ 95-1061
🕒 10:00~17:00
🚫 木曜日
🚗 身障者用駐車場1台あり、入口段差なし、車いす対応トイレ1カ所。

k ジェラテリアカフェ・ミューイ

〒 邑智郡邑南町矢上 3119-3
☎ 95-0118
🕒 10:30~18:00 (夏季延長営業あり)
🚫 不定休
🚗 一般駐車場あり (身障者用は付近に2台あり)、入口約3cmの段差、付近の駐車場公衆トイレに車いす対応トイレあり。テーブル席10席。

l 素材香房 ajikura

〒 邑智郡邑南町矢上 3123-4
☎ 95-2093
🕒 11:30~15:00 (14:00 オーダーストップ)、ディナーは予約制 (18:00~)
🚫 水曜日
🚗 付近に身障者用駐車場2台あり、入口段差なし、車いす対応トイレあり、テーブル席。

m 霧の湯・香遊館・レストラン「彩」

〒 邑智郡邑南町矢上 8532-2
☎ 95-3505 ☎ 95-3507
🕒 10:00~21:00
🚫 第2火曜日
🚗 身障者用駐車場3台あり、入口段差なし、エレベーターあり、貸出用車いす1台あり、車いす対応トイレ2カ所あり。香遊館と霧の湯は屋内で繋がっており段差なし。霧の湯の浴場は浴室まで段差なし。

n いこいの村しまね

〒 邑智郡邑南町高水2467-10
☎ 95-1205 ☎ 95-0843
🚫 第3火曜日
🚗 一般駐車場あり、入口スロープあり、エレベーターあり、貸出用車いす1台あり、車いす対応トイレ1カ所あり。バリアフリールーム1室あり、段差のない部屋には手すり、車いす対応トイレ、手すり付きの浴室、シャワーチェア完備。

o 断魚溪

〒 邑智郡邑南町井原
☎ 95-1119
🚗 車いす対応トイレ1カ所。



j カフェ香夢里

歩いて1分



歩いて1分

ハーブガーデンを眺めながらリラックスしてのランチ&カフェタイム。地元食材のランチや、ハーブティー、ラベンダーのソフトクリームで公園散歩の休憩にどうぞ。店舗には車いす対応のトイレが完備されていて安心。

k ジェラテリアカフェ・ミューイ



醤油のスプレーをかけると不思議！カラメルソースのような味わいに変った！

全国でもめずらしい一年中自然放牧で育った牛から搾った牛乳で、濃厚な味わいのソフトクリームやスイーツなどを味わえるお店。入口は約3cmの段差、店内にテーブル席がある。

歩いて2分

l 素材香房 ajikura



『A級グルメのまち』を代表する地産地消イタリアンレストラン。新鮮野菜や石見地方のお肉を使っており、邑南町の食の魅力を存分に味わうことができる。メニューはコース料理 (要望によりコース以外の対応も可能)。店内は落ち着いた空間で、入口段差なく入店できテーブル席。店内のトイレは手すりがついており車いす対応。

レポーターからひとこと



カナコ

香木の森周辺は、歩いてまわることができる距離に楽しめる施設が充実していました。沢山のハーブや季節のお花を、特に大きな段差なく見てふれることができました。段差のないカフェもあり、おいしいスイーツを楽しめました。各お店や施設ごとに、車いすで使えるトイレがあり、特に飲食店にもきちんと設備されていて安心して過ごせました。香木の森に近い、いこいの村しまねにはバリアフリールームがあり、宿泊室内にも手すりがついているなどきめ細やかな配慮を感じました。断魚溪は岩が多く降りて歩くことは困難でしたが、道路の上から眺めるだけでも迫力があり一見の価値があります。

グリーンハウスは定番のハーブから珍しいものまで、ハーブの苗を買うことができる。レイズヘッドというガーデニングができる作業台があるので、車いすでも楽に寄せ植えなどの体験をすることができる。

ハーブガーデンでは、240種類ものハーブを四季をとおして楽しむことができ、さわやかな香りに癒されながら散歩できる。一部の道が石畳になっており、車いすで歩くには少しガタガタすることもあるが、つまづくことはなかった。



i 香木の森



香木の森公園エリアは、徒歩圏内で自然豊かな邑南町の魅力を凝縮して感じられます。また、『ここでしか味わえない食の体験』を『A級グルメ』と称して取り組んでいます。町内の生産者がこだわり抜き、手間ひまかけて作り上げた食材を味わえるレストランやカフェが自信をもって迎えてくれます。

③ 邑南町



m 霧の湯



歩いて4分

車で10分

清々しい緑の中ゆったり浸れる天然の温泉が公園内にあり、一日の疲れを癒そう。広々とした大浴場は浴室まで段差なく、浴槽には手すりステップがついている。他にもハーブや薬草の露天風呂やバラやゆずの季節の湯もあり、様々なお湯を楽しめ心身ともにリフレッシュ。

o 断魚溪



車で30分

江の川支流の濁川中流域にあり、侵食されてむき出しになった流紋岩の崖が連なる渓谷。特に秋には紅葉が美しく彩る。しかし、川沿いまでは砂利道になっており、車いすでの走行は困難。川の上の道路からも断魚溪の迫力ある景観を観ることができる。

n いこいの村しまね



赤い屋根が特徴の島根県産の石州瓦と白壁がよく調和し、「日本のスイス」とも呼ばれている於保知 (おおち) 盆地が、いこいの村しまねからも一望できる。早起したら絶景の雲海をみられるかも。

この写真は一部合成加工があります



洋室が一室バリアフリールームとなっている。部屋のトイレとお風呂には手すりがついており、段差なし。部屋の窓にも手すりがあり、窓からも於保知 (おおち) 盆地が望める。

邑智郡 バリアフリー&車いすトイレマップ



①かわもとおとぎ館 1階



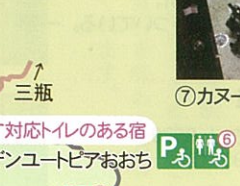
②かわもとおとぎ館 2階



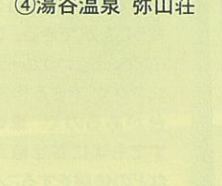
③悠邑ふるさと会館



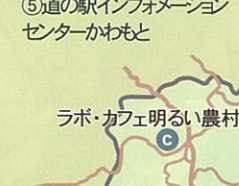
⑥ゴールデンユートピアおおち



⑦カヌーの里おおち



④湯谷温泉 弥山荘



⑤道の駅インフォメーションセンターかわもと



⑧香木の森公園 駐車場公衆トイレ



⑩いわみ温泉 霧の湯



⑪この村しまね



⑫断魚溪



⑬道の駅赤木高原



⑭潮温泉 大和荘



「道の駅」酒蔵奥出雲交流館は、奥出雲酒造の敷地内にあり酒及び焼酎等の販売やコシヒカリ「仁多米」をはじめ地元特産品の展示販売を行っており、近隣施設の「亀嵩温泉玉峰山荘」とともに多くの観光客の方にご利用頂いております。

地元特産品店内展示販売

道の駅「酒蔵 奥出雲交流館」

出来立てのほかほか新米をどうぞ

八岐大蛇の
神話の世界から
奥出雲が育んだ
銘酒「仁多米」

やまたのおろち
のたまたま

注文フリーダイヤルはこちら
0120-018-849
FAX:0854-57-0080
奥出雲酒造株式会社
〒699-1701 仁多郡奥出雲町亀嵩1380-1
TEL:0854-57-0888



清らかな水、奥深い森林から生まれる大気、そして、砂鉄生産の「かなな流し」が作った棚田が育んだ仁多米、その仁多米の結晶、銘酒「仁多米」は奥出雲の逸品として知られている。

今摺白慢
奥出雲のミネラル豊富な水、山間の昼夜の絶妙な気温差、地元和牛の完熟推肥がうまさの秘密です

出荷直前に精米

注文フリーダイヤルはこちら
0120-63-2248
FAX:0120-76-2251
奥出雲仁多米株式会社
〒699-1512 仁多郡奥出雲町高尾1787-22
TEL:0854-54-2248

おろちの眠る
神話の郷
奥出雲
おくいずも
逸品

美肌温泉
佐白長者の湯

泊まれる博物館で
ナイトミュージアムもどうぞ

自然に囲まれ、神話ゆかりの地に「宇宙の進化と生命の歴史」を宿泊体感できる「奥出雲多根自然博物館」。すぐ隣には美肌の湯・佐白温泉「長者の湯」と、お食事処「八重垣」や特産品の直売所もありゆったりほっこり楽しめる。これもまた奥出雲の逸品である。

奥出雲多根自然博物館
〒699-1434 島根県仁多郡奥出雲町佐白236
TEL:0854-54-0003

奥出雲多根自然博物館
〒699-1434 島根県仁多郡奥出雲町佐白236
TEL:0854-54-0003

博物館に
泊まろう

ナイトミュージアム体験

奥出雲多根自然博物館

レイクラインから 天神中央で下車

お茶処松江を味わうなら天神・白潟商店街へ。老舗の和菓子屋さんやお茶屋さんが並んでおり、商店街の町並みを歩きながら松江のお土産を探すのもまた楽しいひととき。

堀川遊覧船乗場バス停



松江の観光名所をぐるっと一周できる観光周遊バス「ぐるっと松江レイクライン」。ノンステップバスは3月～11月は3本に1本、12月～1月は2本に1本、決まった時間に運行している。ノンステップバスには車いす専用スペースが1台分完備されていて、しっかり固定されるので揺れも少なく快適。スロープを自力でのぼれない場合は、申し出があれば運転手さんのサポートあり。障がい者手帳提示で本人とその介助者が運賃半額。

彩雲堂本店



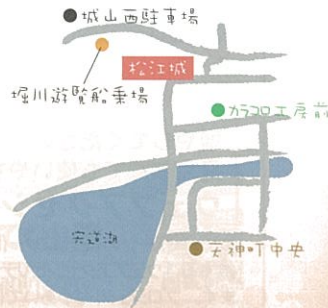
入口は段差なく、店内も広々。ゆっくりと松江の和菓子を選ぶことができる。喫茶スペースもあり一服することも。2階に展示場があり、車いすの方はスタッフに声をかけるとエレベーターまで案内してもらえる。

松江市天神町124
TEL:0852-21-2727

中村茶舗



入口に段差なく、椅子などで通路幅が狭い場所もスタッフの方が車いすで通行しやすいよう対応してくれる。工場見学（要予約）やお抹茶のサービスもあり、松江のお茶で一息つける老舗のお茶屋さん。



長岡屋茂助白潟店



職人さんが一本一本丁寧に焼き上げている長岡屋茂助の「あご野焼」。風味豊かなあご野焼は、一度は食べてもらいたい山陰の特産品。店内はフラットでショーケースも低めで、選びやすい。

松江市白潟本町42 TEL:0852-27-8911

山陰合同銀行本店展望フロア



山陰で一番高い建物である山陰合同銀行本店ビルは高さ75m。14階の最上階は展望室として無料開放されており、展望台から松江市内や穴道湖を一望できる。身障者用駐車場（おもしろい駐車場）2台、車いす対応トイレ（展望フロアは左手すり）、エレベーターあり。

松江市魚町10 TEL:0852-55-1000

市営城山西駐車場



パーク&ライド駐車場でマイカーでの松江市観光はこちらの駐車場がおすすめ。身障者用駐車場が3台、車いす対応トイレあり。レイクラインバス1日乗車券1000円以上購入で駐車料金3時間無料、対象観光施設を利用すると駐車料金半額（いずれも普通車のみ）。



レイクラインから カラコロ工房前で下車

松江の中心市街地にあり、旧日本銀行松江支店であったカラコロ工房は「創る」「見る」「体験する」「味わう」ことができる施設。歩いてすぐの「京店商店街」エリアには縁結びにまつわるスポットが盛りだくさん！

カラコロ工房



松江市殿町43 TEL:0852-20-7000

館内はバリアフリー。スロープ、エレベーターはもちろん、館内1階に車いす対応のトイレが2カ所あり、トイレ内の固定手すりが左手すりのもの・右手すりのもの2パターンある。

ふれんち酒場びいどろ

松江市殿町43カラコロ工房内
TEL:0852-20-6627



カラコロ工房内にある飲食店。段差なく入店でき、個室以外は段差なしのテーブル席（内1室は段差なく個室にもなる）でゆったりランチ♪館内に車いす対応トイレがあるのも安心。

〈京店商店街に向かう。レトロな町並みはステキだが、石畳の道のため車いすでは少しガタガタすることも。〉

ほらかな笑顔でお出迎えてくれる「カラコロ大黒」。大黒さまのお腹をなでると運気がアップするといわれている。



堀川そばの紺屋小路を歩いていると、ハートの浮き出た石畳を発見！この「ハートの石畳」、ハートの上に立ち素敵な出会いを懇願し、もうひとつのハートを最初に踏んだ男性と結ばれる。という噂。

まつえの商店街散歩

ノンステップバスが運行する時刻（3月～11月）

松江駅	松江(大手前)	遊覧船乗場	記念館前	小泉前	堀川遊覧船乗場	月照寺前	温泉水	松江(江の)	千鳥町	カラコロ	天神町中央	県立美術館前	遊覧船乗場	穴道湖	松江駅
9:00	9:10	9:13	9:16	9:17	9:21	9:25	9:26	9:32	9:36	9:40	9:46	9:48			
10:00	10:10	10:13	10:16	10:17	10:21	10:25	10:26	10:32	10:36	10:40	10:46	10:48			
11:00	11:10	11:13	11:16	11:17	11:21	11:25	11:26	11:32	11:36	11:40	11:46	11:48			
12:00	12:10	12:13	12:16	12:17	12:21	12:25	12:26	12:32	12:36	12:40	12:46	12:48			
13:00	13:10	13:13	13:16	13:17	13:21	13:25	13:26	13:32	13:36	13:40	13:46	13:48			
14:00	14:10	14:13	14:16	14:17	14:21	14:25	14:26	14:32	14:36	14:40	14:46	14:48			
15:00	15:10	15:13	15:16	15:17	15:21	15:25	15:26	15:32	15:36	15:40	15:46	15:48			
16:00	16:10	16:13	16:16	16:17	16:21	16:25	16:26	16:32	16:36	16:40	16:46	16:48			
17:00	17:10	17:13	17:16	17:17	17:21	17:25	17:26	17:32	17:36	17:40	17:46	17:48			
18:15	18:25	18:28	18:31	18:32	18:36	18:40	18:41	18:47	18:51	18:55	19:14	19:16			
17:00	17:10	17:13	17:16	17:17	17:21	17:25	17:26	17:32	17:36	17:40	17:59	18:01			

縁起運行ルート 4月～9月の運行 3月・10月・11月の運行

※12月～2月の時刻は松江市交通局へお問い合わせください。
※この時刻表は標準であり、交通事情により遅れる場合がありますのでご了承下さい。
※点検等でノンステップバスが運行できない場合があります。
松江市交通局 TEL: 0852-60-1111 (代)

ハートを探そう!

商店街の通りのどこかに埋め込まれている、パワーストーン。直接さわってパワーを取り込もう!



車



車いす用福祉タクシー

美郷町	大和タクシー ※寝台兼用車あり	☎0855-82-2252
邑南町	矢上タクシー	☎0855-95-0101

バス



おおなんバス(邑南川本線)

●所有するバス19台の内4台がツーステップバス(ハイエース)。どの路線・時間に運行するか、問い合わせにより確認することができる。

■お問い合わせ 邑南町役場 定住促進課 TEL: 0855-95-1117

石見交通 路線バス

- 浜田営業所管内は所有するバス(広島線除く)36台のうち19台がノンステップバス、5台がワンステップバス、24台が二ーリングバス、24台が低床バス。
- 大田営業所管内は所有するバス(広島線除く)28台のうち5台がノンステップバス、6台がワンステップバス、18台が二ーリングバス、11台が低床バス。
- 2～3日前に問い合わせると、どの路線・時間にどのバスが運行するかを確認できる。

■お問い合わせ 石見交通浜田営業所 TEL: 0855-27-2211
石見交通大田営業所 TEL: 0854-82-0662

いわみエクスプレス(東京) 夜行高速乗合バス

●入口に4段の段差があり、手すりあり。介助者が必要であるが、車いすを降りての乗車可。

■お問い合わせ 石見交通益田営業所 TEL: 0856-24-0080

大田広島線「石見銀山号」 高速乗合バス

●入口に4段の段差があり、手すりあり。車いすを降りての乗車は可能。必要であれば乗務員の方のサポートあり。

■お問い合わせ 石見交通大田営業所 TEL: 0854-82-0662

鉄道



JR石見川本駅

地上駅。入口手動ドア。改札口からホームへは段差なし。駅舎の三次方に車いす対応トイレあり。駅事務室に貸出用車いすあり。駅前広場の段差にスロープあり。列車乗降時のスロープなし。

■お問い合わせ TEL: 0855-72-0067

JR粕淵駅

地上駅。入口ドアなし。改札口からホームへは段差なし。車いす対応トイレあり。点字ブロックあり。列車乗降時のスロープなし。

■お問い合わせ 浜田鉄道部 TEL: 0855-22-0388 (平日)
浜田駅 TEL: 0855-22-0301 (土日祝)

JR口羽駅

地上駅。入口ドアなし。改札口からホームへは段差なし。和式トイレのみ。列車乗降時のスロープなし。

■お問い合わせ 浜田鉄道部 TEL: 0855-22-0388 (平日)
浜田駅 TEL: 0855-22-0301 (土日祝)

車椅子トイレを有する部屋のある宿泊施設		
邑南町	いこいの村しまね	☎0855-95-1205
館内に車椅子トイレのある宿泊施設		
川本町	かわもととおとぎ館	☎0855-72-3080
美郷町	ゴールデンユートピアおち潮温泉 大和荘	☎0855-75-1670
邑南町	香遊館	☎0855-95-3505

オストメイト対応トイレのある施設一覧	
川本町	美郷町
●川本町役場 ●川本運動公園	●美郷町役場
●石見川本駅	●邑南町
●道の駅インフォメーションセンターかわもと	●道の駅瑞穂

バリアフリーの外出を手助けするWEBサイト

山陰各地の観光施設、宿泊施設、交通機関のバリアフリー情報満載サイト tekuteku-sanin.com/	てくてく山陰
てくてくウェブ松江 tekuteku-matsue.com/	松江のまちのバリアフリー情報が検索できるサイト
北海道から沖縄まで各地バリアフリー観光地の情報サイト barifuri.jp/portal	全国バリアフリー旅行情報

香木の森公園周辺の温泉宿泊飲食施設

いこいの村しまね TEL:0855(95)1205 FAX:95-0843

指定管理者(株)雲海

香遊館(宿泊・レストラン) 霧の湯 ハーブ露天風呂
TEL:0855(95)3505

cafe 香夢里 (95)-0069

自然に囲まれた癒しの宿・四季折々の於保知盆地を眺めながら、ゆっくりと温泉・ハーブ露天風呂にゆっくり。身も心もリフレッシュ!

標高540mの山頂から眺める、美しい四季折々の於保知盆地風景が楽しめる宿泊施設です。

ハーブガーデンを眺めながらの地元産の食材を使ったハーブ料理やおみやげも揃っています。

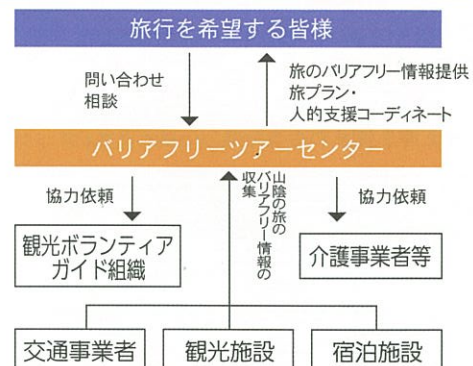
松江 / 山陰バリアフリーツアーセンター



センター長 川瀬篤志

各地の観光ボランティアガイド組織や、宿泊施設、交通事業者等と連絡をとりながら、それぞれのサポートサービスをつなぎあわせてます。旅行する際に訪れるといスポットのアドバイス、旅行日程、行程のアドバイス、宿や、飲食施設のご紹介を行っています。ご相談、介助のコーディネートは、無料となっています。ぜひ、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ(NPO法人プロジェクトゆうあい内)
《平日》電話:0852-27-0915 FAX:0852-28-1116 《休日》電話:080-3873-4220
受付時間:10:00~18:00 電子メール:info@tekuteku-sanin.com



日本バリアフリー 観光推進機構加盟団体

障がい者の旅行を、観光地の側で受け入れ支援をする取り組みが広がっています。下記は、全国で障がい者、高齢者の旅行を支援している全国組織「日本バリアフリー観光推進機構」に加盟する団体です。これらの団体では、観光施設や宿泊施設のバリアフリー調査を行い、その情報発信をしたり訪れる障がい者に対して、人的サポートを行うなどの取り組みを行っています。

旭川・北海道	カムイ大雪バリアフリーツアーセンター	☎0166-38-8200	伊豆(静岡)	伊豆バリアフリーツアーセンター	☎0558-76-1630	呉市(広島)	呉バリアフリーツアーセンター	☎080-6345-5435 (火~金(祝日は除く) / 10時~16時)
仙台(宮城)	ゆにふりみやぎ	☎022-293-9505	愛知	チッタラベルセンター ハートTOハート(愛知バリアフリーツアーセンター)	☎052-222-7611	新居浜市(愛媛)	四国バリアフリーツアーセンター	☎0897-32-7616
福島	ふくしまバリアフリーツアーセンター	☎024-531-7382	伊勢志摩(三重)	伊勢志摩バリアフリーツアーセンター	☎0599-21-0550	福岡	バリアフリーネットワーク九州会議	☎092-411-2200
東京・関東	東京バリアフリーツアーセンター	☎03-3646-3544	兵庫	しゃらく	☎078-735-0163	佐賀	佐賀嬉野バリアフリーツアーセンター	☎0954-42-5126
	高齢者・障がい者の旅をサポートする会	☎070-5081-7404	鳥取	トラベルフレンズとっとり	☎0857-29-2907	沖縄	バリアフリーネットワーク会議	☎098-858-7760
石川	石川バリアフリーツアーセンター	☎076-255-3526	島根	松江/山陰バリアフリーツアーセンター	☎0852-27-0915			

※より詳しい情報は全国バリアフリー旅行情報をご覧ください。

見えない・見えにくいひとへ



目が見えない、見えにくい人もパソコンが使えることを知っていますか。画面読み上げソフトをインストールすれば画面に映し出された文字を読んでくれます。私が使っている読み上げソフト PCトーカーはキーボード操作でホームページも読め(聞け)ますが、実はホームページの出来、不出来によって「読み」がスムーズであったり、そうでなかったりします。内容が見出し毎にきちんと整理され、本文に行ける機能があると速く目的の情報を見つけられます。また、読み上げソフトは、画像に何が映っているかを「代替テキスト」という方法で伝えてくれます。代替テキストがあると画像がどのようなものか想像できるのです。また、弱視の方は文字を拡大したり、画面の白黒を反転するなどして使っています。ホームページが設定に合わせられないとユーザー本人の設定が反映されず、情報を得る事ができなくなります。制作する方は目が見えにくい、見えない人もホームページを見ていることを頭に置いて作っていただくと嬉しいです。

増やしてください! 見えなくても使いやすいホームページ ウェブアクセシビリティの推進

ホームページのバリアフリー化ともいわれる、視覚障がい者や高齢者を含む、Webを閲覧する誰もが利用できるホームページを提供する「ウェブアクセシビリティ」は総務省からも推進が求められており誰もが閲覧できるホームページの運用が不可欠となっています。プロジェクトゆうあいでは、ウェブアクセシビリティについての啓発活動を行っており、自治体をはじめとした公的機関、企業などが運用するウェブサイトのアクセシビリティ診断などを視覚障がいのある当事者とともに実施するサービスを行っています。診断をもとに、バリアフリーなホームページ改修のアドバイスをいたしますので、一度自社のホームページを見直してみませんか。



島根発! 「CMS スサノオ神話」 高齢者や障害者にも優しい、アクセシブルなホームページを実現します。

文字拡大・白黒変更でも体裁が崩れにくく、等級 AA を保つ優しいホームページです。



制作実績: 大田市公式サイト、公益財団法人出雲市芸術文化振興財団

低コストで、管理も簡単な動的CMSを提供します。

ホームページの視覚障がい者や高齢者の利用に配慮した「ウェブアクセシビリティ」基準のHPの更新・管理が簡単にできるソフト「スサノオ神話」。日本工業規格(JIS)の「等級AA」を満たしたHPは総務省が強く推進しており、顧客である小規模自治体向けに新ソフトの利活用を進めています。

地域の夢、お客様の夢をかなえる創造的なベストバンクを目指して

ごうぎんでは知的障がい者が専門的に就労する事業所「ごうぎんチャレンジまつえ」を運営し、事業所の職員が描いた絵をノベルティなどに使用しています。



山陰合同銀行

Matsue Urban Hotel Group



松江アーバンホテル 1号館2号館
松江市朝日町590-3
TEL0852 (22) 0002



松江ニューアーバンホテル本館・別館
松江市西茶町40-1
TEL0852 (23) 0003



松江ニューアーバンホテル別館3F
松江しんじ湖温泉展望大浴場
温泉送迎のサービス承ります。



松江アーバンホテルレークイン
松江雑賀町153
TEL0852 (21) 2424



各ホテルロビーにて車いすご準備しております。

郵便はがき

6 9 0 8 7 9 0

890

料金受取人払郵便

松江中央局
承認

1152

〈受取人〉

差出有効期間

松江市北堀町35-14

平成28年
1月1日まで

NPO法人プロジェクトゆうあい 行

破線をお切り下さい

旅行者体験談・てくてく日和の感想

- 大学時代の友人の紹介で「てくてく日和」の存在を知りました。“バリアフリー”は全ての人にとって心強くやさしいものだと思います。紙面満載の次号もたのしみしています。スタッフの皆様御愛ください。(Kさん/秋田県)
- 島根と言えば「出雲大社」と「小泉八雲」のイメージです。東海地方にて生活している者にとって、もっと島根の知らない場所の紹介を希望。(Mさん/岐阜県)
- 今回の宝島隠岐の島は行きたいなあと思いました。私達高齢者にも配慮されたきめ細かい編集のやさしさに、未知の自然にふれてみたい好奇心がふくれあがっています。(Mさん/愛知県)

てくてく日和に寄付をいただきありがとうございます。

森脇 保博様/日ノ蔵 智子様/桑原 房子様/杉本 木綿子様 他5名

てくてく日和からのお願い

応援寄付のお願い

特典：てくてく日和を1年分(4回)郵送します。お楽しみに!

てくてく日和の発行は皆さまの寄付に支えられています。1口-1000円にて、てくてく日和応援寄付を募っています。私たちの活動に賛同していただける方は、誌面内のはがきにご記入の上送りください。最新号と払込書を送付いたします。(以下の寄付口座へお振り込みでも可能です。最新号送付先の確認のため、口座へご寄付いただいた際も誌面内のはがきにてご一報ください。)

- てくてく日和応援寄付口座
- ゆうちょ銀行/記号:15390 番号:1710751 名義:トクヒプロジェクトユウアイ
- ゆうちょ銀行以外の金融機関からのお振込み 店名:五三八 店番:538 普通預金 口座番号:0171075

広告掲載ご協力をお願い

てくてく日和発行のために広告主の募集を行なっています。てくてく日和は観光施設や旅行支援団体などを通じて島根県内、全国各地に配布されています。掲載枠や料金など、詳しくは発行元のプロジェクトゆうあいまでお問い合わせください。

応援寄付のお願い

てくてく日和の発行は皆さまからの寄付に支えていただいています。1口-1000円にて、応援寄付を募っていますので、ご協力いただける方、どうぞよろしくお願いいたします。

特典：てくてく日和を次号より1年分、郵送によりお届けします。

てくてく日和に寄付します 名前掲載しない

グループ、会社等でも結構です

名前(名称) _____ 電話 _____

住所 _____

てくてく日和の入手先

裏面のアンケートにご記入いただいた方に、抽選でプレゼントをお送りしております。寄付者以外の方もよろしければご記入ください。

不正侵入防御システム
NetStable シリーズ
安全安心なネットワークを応援します!

オフィスの身近な応援団!

フルカラーデジタル複合機
DocuCentre-V シリーズ
もっとつながるドキュメント活用を応援します!

より安全に、より安心なコンピュータネットワーク環境をご提供いたします。

Mic 株式会社 ミック

松江市学園南2-10-14タイムプラザビル1F TEL 0852-27-0329 FAX 0852-27-0376
支店/出雲・雲南・浜田・益田 http://www.mic-ltd.co.jp

ホンダカーズ島根東は
バリアフリーなお店づくりに **力** を入れています

店内は広々空間でキッズスペースも完備。身障者用駐車場や多目的トイレが設備されているなど、車いす利用者にも安心。

スロープは車椅子を自動で引き上げて、毎日の介助もラクラク!



車いす仕様車
N+ BOX
NBOX+G+Lパッケージ (FF)
ボディーカラーはヒダマリアボニーパール

4WDを全タイプに設定!

Honda Cars 島根東

- 松江東店 松江市西津田 4-2-8 TEL 0852-26-0630 水曜日
- 黒田店 松江市黒田町 434-1 TEL 0852-59-9650 火曜日
- 学園店 松江市学園 1丁目 19-16 TEL 0852-28-0701 火曜日

小泉八雲 小泉八雲をはじめとする多くの文化人が、こよなく愛した宍道湖を目の前に眺望する。77度のお湯が湧く「山陰・松江しんじ湖温泉」松江市千鳥温泉町39 TEL 0852・21・4910

シェアナビ 観光イベントシェアサービス

自宅から、旅先から。パソコン・スマホで簡単アクセス。

「少人数」「おひとりさま」でもあきらめないで!楽しくお得なイベントへの参加を応援します!

シェアナビは、「1人では参加することが出来ないけど、人数が集まることで参加できるようになるイベント」などを掲載した、インターネット・スマートフォンでシェアできるイベントの紹介&申し込みサイトです。

予算重視! 基本料金を参加人数で割る「得々シェア」も用意しています。

内容はサイトへアクセス!!

詳しくは HPへ! <http://share-navi.com/> 運営: (株)バイタルリード TEL: 0853-22-9690

次号(2015冬)予告

てくてく日和

特集 島根

なつかしの国石見を歩く 江津・益田編

車いすのパーツ販売・修理・改造
オーダーメイド車いす専門店

伝心堂 Denshindoh

den-shin-doh.com

島根県松江市古志原 5丁目 14-5
TEL (0852) 28-1183

利用者ご家族と同じ気持ちになって移動介助させていただきます。

気軽にお出かけしませんか?
生き生き介助 福祉タクシー

国土交通省中国運輸局許可事業 中国自二第155号取得

資格
○福祉用具専門相談員
○サービス介助士 など

地域に密着した信頼の福祉タクシー

出雲空港・雲平田駅・宍道駅・荘原駅に近い福祉タクシー

TEL (0853) 31-7336 代表加藤

中国地方唯一のイタリア品質認証(AQI)認定の本格イタリアンレストラン。予約TEL:0855-95-2093 住所:島根県邑智郡邑南町矢上3123-4 公式HP:http://sozaikobo-ajikura.com/

素材香房 ajikura INAKAイルミ2014

地上20mの「天空の駅」として知られる宇都井駅を舞台に魅力あるイルミネーションイベントを開催。日時:2014年11月29日~30日16:00~20:30(予定) 会場:JR宇都井駅周辺

ハーブや木の実などの自然素材を使った手づくり商品やハーブティがあります。

A級グルメのまち 邑南町 一般社団法人邑南町観光協会 TEL:0855-95-2369 FAX:0855-95-0209 住所:島根県邑智郡邑南町矢上7154-10 香木の森公園クラフト館内

邑南町観光協会 検索

PRESENT プレゼント



ラスク、マドレーヌ、スコーンなど

A賞

バラエティ焼き菓子詰合せ……1名様
(プロジェクトゆうあい近所のパン屋バンエール特製)

B賞

山陰・山陽バリアフリーツアー観光ガイドブック & バスマップすごろく……5名様

応募バチ

2014年12月15日(月)消印有効

応募方法

誌内のはがき又はメール、FAX、郵便はがきに①住所②氏名③電話・FAX番号④バリアフリーな旅の感想、てくてく日和へのご意見、ご感想など⑤てくてく日和応援寄付をいただける方は口数(1口1000円)をご記入の上、プロジェクトゆうあい「てくてく日和」係までご応募ください。宛先はページ下部の問合せ先をご参照ください。当選の発表は賞品の発送をもって代させていただきます。

邑智郡へのアクセス



高速バス



中国エリア



スタッフ

田中 隆一 川瀬 篤志
今泉 未希 井上 陸英
村松 良介 北尾 可奈子
石原 由貴 目次 孝之
渡部 栄子

編集後記

山間部で一番の楽しみといえば、自然の中で育まれた「食」です。編集中でも、おいしそうな食べ物がひときわ目を惹きました。今回紹介した施設は、各所にトイレがあるなど車いすへの配慮がされており歩きやすかったように思います。写真の中には山々の緑が多く写っていましたが、発行時期には紅葉に変わって彩りを添えてくれるでしょう。一度行くともう一度訪れたいくなる。そんなバリアフリー穴場スポットのまちの紹介ができました。(今泉)

イラスト

石原 由貴

発行元・問い合わせ先



特定非営利活動法人 プロジェクトゆうあい
〒690-0888 松江市北堀町35-14
TEL.0852-32-8645
FAX.0852-28-1116
E-mail info@project-ui.com
HP project-ui.com/



てくてく日和8号(2015年)アンケートのお願い

ご応募いただいた方から抽選で1名様に「バラティ焼き菓子詰合せ」、5名様に「山陰・山陽バリアフリーツアー観光ガイドブック、バスマップすごろく」をプレゼントします。

● アンケートのご記入御願ひします

- ◆ てくてく日和をみて、邑智郡や島根に旅行したい、まち歩きをしたいと思いましたが？
□ぜひしたいと思う □いつかしたいと思う □あまり思わない
- ◆ 今回紹介した場所以外で、行ってみたい島根の観光スポットなどはありますか？
()
- ◆ てくてく日和で役に立った情報はどれですか？(複数選択可)
□てくてくまち歩記(川本) □てくてくまち歩記(美郷)
□てくてくまち歩記(邑南) □レトロバスDEまつえの商店街散歩
□見えない、見えにくいひとへ □バリアフリー旅行支援団体
□バリアフリーWEBサイト □観光バリアフリーデータシート
□イベント情報 □その他()
- ◆ 旅行をしていて嬉しかったこと、困ったことなどの体験談、こんな情報が欲しいなど「てくてく日和」に対するご意見、ご感想があればお寄せください。

◆ お寄せいただいた体験談や感想を「てくてく日和」に掲載してもよろしいですか？
□掲載しない □掲載してもよい(ペンネーム:)

◆ ご自身に障がいのある方、よろしければご記入ください
□車いす利用 □視覚障がい □聴覚障がい □その他()

ご記入いただき、ありがとうございます。ご提供いただきました個人情報は本冊子に関わる用途以外に使用いたしません。