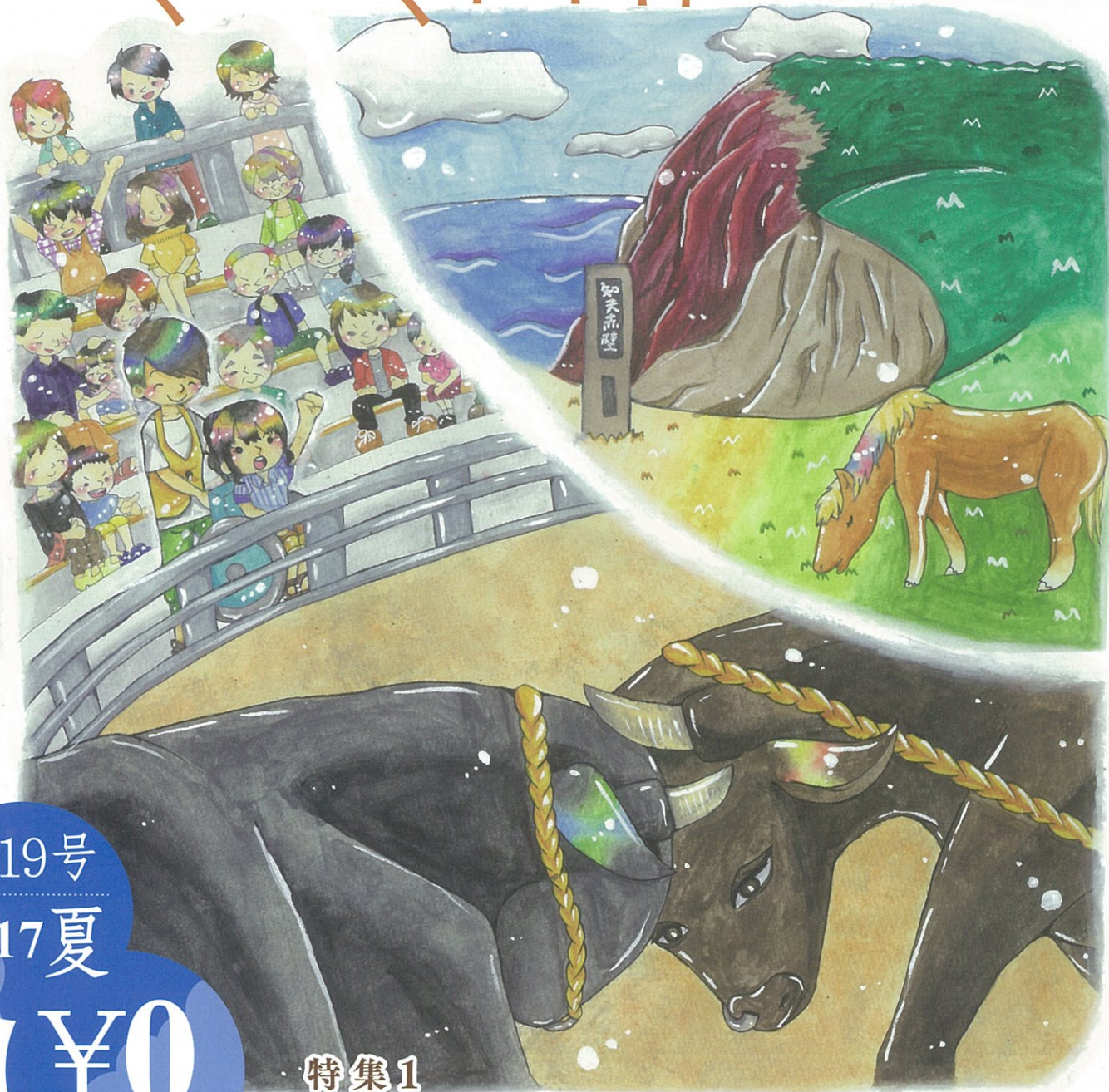


てくてく日和 山陰



第19号

2017夏

¥0

TAKE FREE

特集1

羽をのばして とって隠岐の島めぐり

隠岐ユネスコ世界ジオパーク

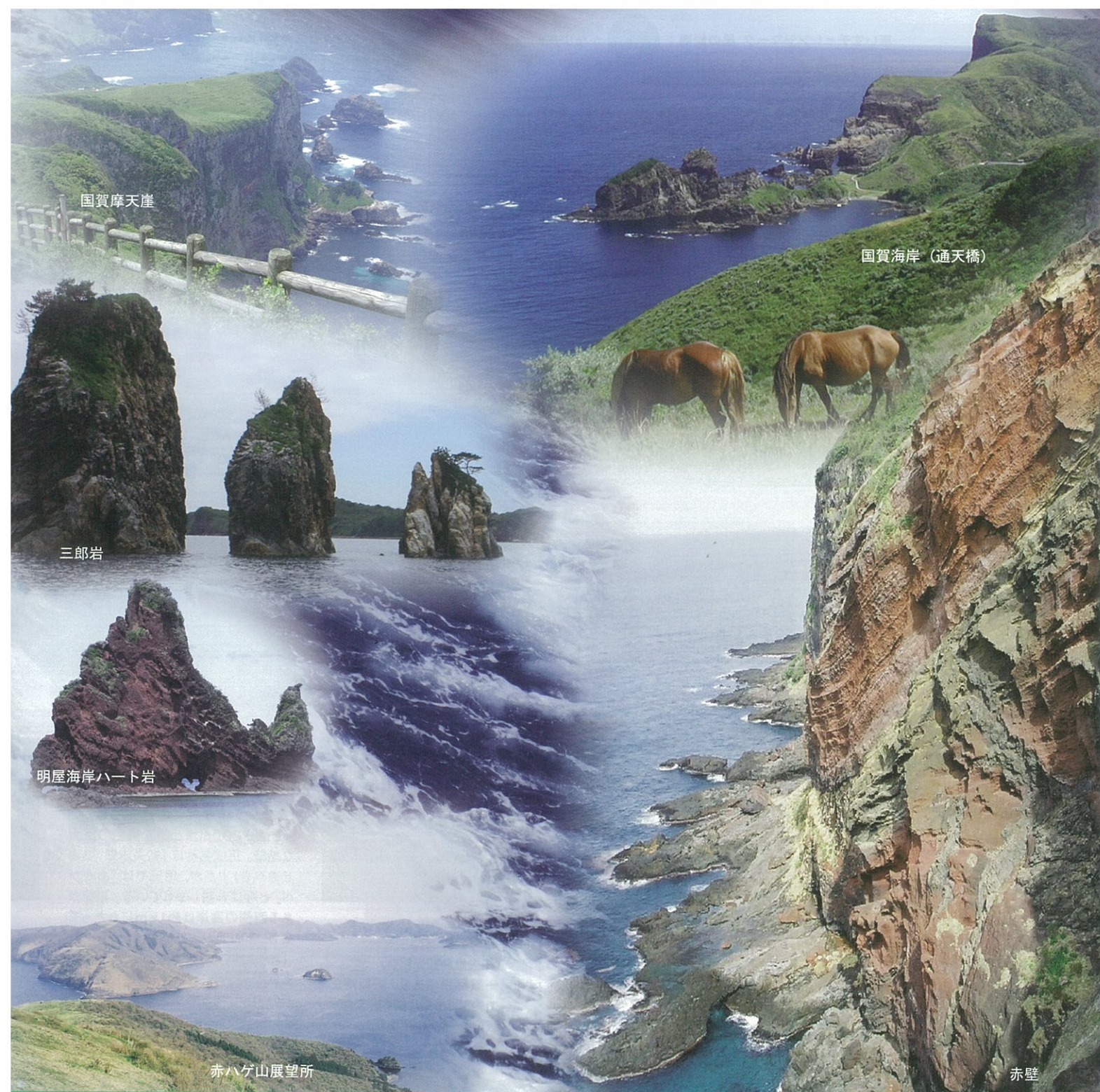
【島前】知夫里島～西ノ島～

【島後】隠岐の島

特集2 夏を満喫! 大山北側ドライブ

盲導犬ハウルと矢野のてくてく日記／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情報



日本海の離島という大地の成り立ちから、独自の生態系を保ち歴史にいろどられた文化・祭りなど人の営みが色濃く残る 隠岐の国

日本海に浮かぶ 隠岐ユネスコ世界ジオパークのダイナミックな自然

どうぜん
島前



隠岐ユネスコ世界ジオパーク推進協議会 TEL 08512-3-1321 FAX 08512-3-1322
〒685-8601 島根県隠岐郡隠岐の町港町塩口24 E-mail: info@oki-geopark.jp

隠岐ユネスコ世界ジオパーク [検索](#)

隠岐観光協会 TEL:08512-2-1577
〒685-0015 島根県隠岐郡隠岐の町港町塩口24

隠岐観光協会 [検索](#)

隠岐空港利用促進協議会 TEL 08512-2-8575 FAX 08512-2-4997
〒685-8585 島根県隠岐郡隠岐の島町城北町1（隠岐の島町役場観光課内）

隠岐空港 [検索](#)

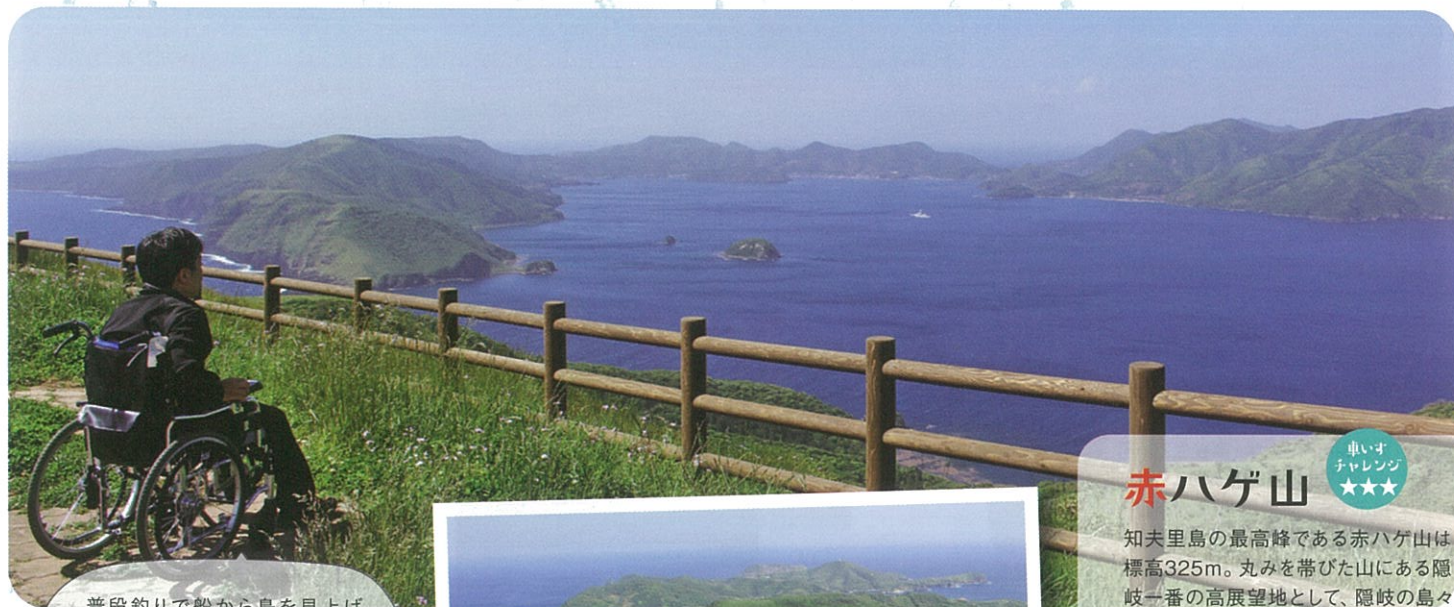
どうご
島後



特集1 羽をのばして として 隠岐の島めぐり

隠岐ユネスコ世界ジオパーク

島根県の北部にある離島隠岐諸島。そこは不思議がいっぱいの自然の宝島です。平成25年に世界ジオパークに認定され、重要な自然遺産を残しています。人生に一度は目にしておきたい絶景スポット、隠岐の地形が生んだグルメ、島だからできる体験を紹介します。



普段釣りで船から島を見上げることはあったが、上から見る景色は圧巻でした。なかなかこれない場所だったので、来てよかった！トイレも整備されていて使いやすいかったです。(こうじ)

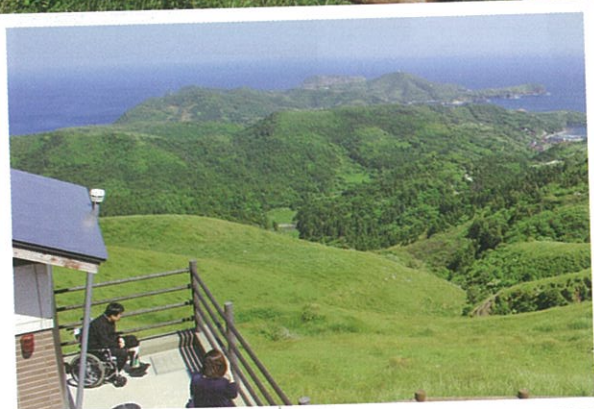


レストラン神島

車いす
チャレンジ
★★★★

ホテル知夫の里隣に2016年春にオープンしたランチ専用のお店。ご島地グルメさざえ天丼やサザエカレーが食べられ、店内はバリアフリー設計。

- 住 隠岐郡知夫村1242-1
- ☎ 08514-8-2500
- 🕒 11:30~13:30
- 👤 年末年始
- ♿ 身障者用駐車場1台、車いす対応トイレ、入口スロープ、テーブル席あり。



赤ハゲ山

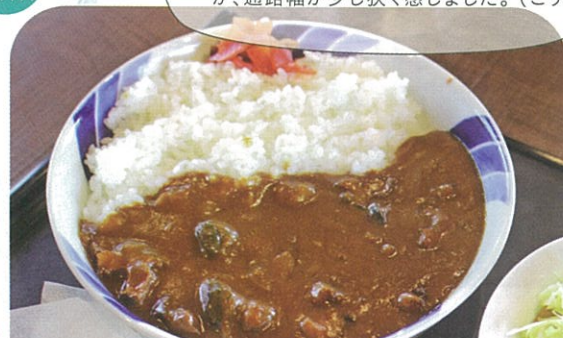
車いす
チャレンジ
★★★★

知夫里島の最高峰である赤ハゲ山は標高325m。丸みを帯びた山にある隠岐一番の高展望地として、隠岐の島々をはじめ、はるか島根半島や鳥取県・大山まで大パノラマの景色を楽しめる。春には野ダイコンが一面に咲く風景とともに、放牧された牛馬がのどかに草を食む光景を見ることが出来る。

- 住 隠岐郡知夫村赤ハゲ山
- ☎ 08514-8-2272(知夫里島観光協会)
- ♿ 一般駐車場あり、車いす対応トイレ1ヵ所、展望所は段差ないが高台の展望台へ登るには階段のみ。



ごろっと大きい身のサザエが「多すぎ！」と思うくらいたっぷり入っていてボリューム満点。店内に車いす用のトイレがあるので安心して食事をたのしめました。テーブル席で車いすのまま問題なく入店できますが、通路幅が少し狭く感じました。(こうじ)



車いすチャレンジマーク 星の説明:

車いす
チャレンジ
★

かなりチャレンジが必要!

車いす
チャレンジ
★★

ややアクセスが難しい

車いす
チャレンジ
★★★

無理なくアクセスできる

赤壁が見えるポイントまでとても長く、途中階段があったので杖をついて上がりました。階段も均等の段差でないで、高い段は少しきつかったかな。同行者も大変だったが、到着した景色は絶景!みんなで来れたことに、達成感を味わえました。(こうじ)



赤壁サンセット
遊覧船も!



駐車場から赤壁を見ることはできず、一部階段も含む坂道をあがると展望所にたどりつける(駐車場から約300m)。遊歩道は付近が放牧場で牛の通行のため木の柵が続く。柵は迷路状に入り組んだポイントが3ヵ所あり、車いすを降りる必要がある。

今号レポーター紹介



かなこ

てくてく日和のメインレポーターでスイーツが好き♪ 全身、特に右側に強いマヒがあり車いすを利用。車いす幅約59cm。



こうじ

1ターンで隠岐の島海士町で暮らす。趣味は釣り(特にイカ釣り)。左半身にマヒがあり、杖と車いすを利用。車いす幅約58cm。

住 隠岐郡知夫村

☎ 08514-8-2272

(知夫里島観光協会)

♿ 一般駐車場あり、展望所まで約300m縦に続く安全柵・坂道(一部階段)あり。

赤壁

車いす
チャレンジ
★

国の天然記念物にも指定されている、高さ200mほどの赤褐色の巨大な絶壁。正式名称は「知夫赤壁(ちぶせきへき)」だが、地元では「あかかべ」と呼ばれ親しまれている。赤壁がある西側の海岸は約1kmにわたって凝灰岩の風化の度合いによって、「赤」「黄色」「紫色」などに変化し、玄武岩の「黒」、粗面岩脈の「白」などの色が、強烈なコントラストをなしている。特に夕陽の時間は、紺碧の海に赤壁が映えるドラマティックな景観が楽しめる。

河井の地蔵さんの水

「くらしの清水」として「島根の名水百選」にも選定されている湧水。これまで一度もかたことがなく、島民の信仰も篤い。

- 住 隠岐郡知夫村郡(来居港から車で5分)
- ☎ 08514-8-2272(知夫里島観光協会)
- ♿ 道路沿いにあり、段差なし。駐車場なし(路肩に停めることができる)。



島前 島後

その1 (3-4p)
島前 - 知夫里島



観音岩

車いす
チャレンジ
★★

国賀海岸の奇岩の中でもひととき細長くそびえ立つ岩。海上からは、百済観音の姿にも見えることから「観音岩」と呼ばれ、西ノ島町の陸上から観ると、日が沈むころに、火が灯ったろうそくに見えることから「ローソク岩」とも呼ばれる。観音岩のその美しい光景は「日本の夕陽百選」に認定されている。

- 住 隠岐郡西ノ島町浦郷
- ☎ 08514-7-8888 (西ノ島町観光協会)
- FAX 08514-7-8890
- 🚗 駐車場あり、車いす対応トイレあり。遊歩道の入口に車止めのチェーンがあり、車いすでの通行は困難。遊歩道は急勾配の坂道。



遊歩道はアスファルトだが急勾配。入口に歩行用の杖があり、使用可能。



観光タクシーを利用すると、運転手さんから夕日が観音岩に灯るポイントを教えてもらえる！

磯四季

車いす
チャレンジ
★★

別府港すぐそばの隠岐の魚介料理が並ぶお店。刺身、天ぷら、茶碗蒸しなどが付いた、ボリューム満点の磯四季定食や海鮮丼、さざえのつば焼きなどがいただける。

- 住 隠岐郡西ノ島町美田4386
- ☎ 08514-7-8000
- 🕒 11:00~14:00、18:00~20:30
- 🚗 水曜日
- 🚗 駐車スペースから入口までに砂利・飛び石あり。入口2段段差あり。テーブル席あり。



ぶらり まち歩き ガイド

車いす
チャレンジ
★★

地元ガイドと町をぶらりと歩きながら、島の生活や由緒ある歴史の世界に浸ることが出来る。浦郷コース(約1時間)と別府コース(約1時間半)を選ぶことが可能。

西ノ島ふるさと館

平成8年にオープンした西ノ島の自然と人の暮らしを集めた展示館。

- 住 隠岐郡西ノ島町別府56-10
- ☎ 08514-7-8877
- 🕒 9:00~17:00 (4月~10月)
- 🚗 開業期間無休、休業期間(11月~3月末日) ※休業期間でも申込みにより開放可能
- 💰 大人300円、大学・高校生200円、小・中学生:150円、障がい者手帳提示で本人と介助者1名が半額
- 🚗 駐車場、車いす対応トイレ、入口約6cm段差あり。



【ふるさと館・碧風館 共通券】
大人400円、高校・大学300円、小・中200円

隠岐の歴史を学ぶにはガイドさんの話が一番。特に碧風館での説明は、とても勉強になり、歴史好きの方にはおすすめ！施設の階段は同行者と施設の方、ガイドさんに持ち上げてもらいましたが、行ってみてよかった！と思える内容でした。(こうじ)



貝細工作り体験 「じょんじょん」

西ノ島のお母さんたちと思い出の品を誰でも簡単に作ることが出来る。貝殻絵付け、フォトフレームなど制作体験ができ、旅の記念やお土産におすすめ。

- 住 隠岐郡西ノ島町浦郷544-38
- ☎ 08514-7-8888 (西ノ島町観光協会)
- 💰 1名 500円~ 要予約(当日でも可)、所要時間・1時間~1時間半。
- 🚗 駐車スペース、車いす対応トイレあり。入口段差なし。作業はテーブル席。



ヒオウギ貝の絵付け体験にチャレンジ。貝に描くときにグラグラと安定せず、押さえてもらったりしましたが、できるだけ自力で頑張ろうと筆を入れました。何を描こうか悩んでしまい、初めに描くものを決めておけばよかったと思いました。(こうじ)

別府港

- ☎ 08514-7-8888 (西ノ島町観光協会)
- ☎ 08514-7-8890
- 🚗 応相談 🚗 なし
- 💰 5名まで1名1000円。6名以上一律7000円。15名以上は要相談。※ふるさと館・碧風館の入場料別途
- 🚗 【別府コース】別府港→西ノ島ふるさと館→黒木御所跡→碧風館
コースルートに段差なし。一部歩道なし。黒木御所跡へは長い階段のみ。

施設の入口に「車いすトイレあり」の表示があるのに、段差があつてすぐには入れず…。それでもスタッフの方が、スロープの代わりに板を持ってきてくれ、ありがたかった。2階は階段のみだが、1階にある説明動画で展示の内容は把握できました。(こうじ)

碧風館

隠岐に島流しされた後醍醐天皇が過ごした黒木御所の敷地内にあり、天皇にまつわる資料や絵画を展示している資料館。

- 住 隠岐郡西ノ島町別府275
- ☎ 08514-7-8888 (西ノ島町観光協会)
- 🕒 9:00~17:00 (4月~10月)
- 🚗 開業期間無休、休業期間(11月~3月末日) ※休業期間でも申込みにより開放可能
- 💰 大人300円、高校・大学200円、小・中学生150円、障がい者手帳提示で本人と介助者1名が半額
- 🚗 入口4段階段・館内に3段階段あり。敷地内の公衆トイレに車いす対応トイレあり。



たんぎょう たき
壇鏡の滝 車いす
チャレンジ ★

「日本の滝百選」「全国名水百選」に選ばれている壇鏡の滝は、屏風のような岩壁の中央にある「壇鏡神社」の両側に高さ40mから流れ落ちている。向かって右側が雄滝、左側が雌滝。雄滝は神社の階段を登ると社殿横から滝の後ろへまわることもできる。駐車場には「壇鏡の夫婦杉」がそびえ立ち、鳥居をくぐり滝まで続く参道は杉並木の静かな癒しの空間が続く。

- 住 隠岐郡隠岐の島町那久
- ☎ 08512-2-0787 (隠岐の島町観光協会)
- FAX 08512-2-3950
- 🚻 一般駐車場あり。駐車場から滝までは約300mの砂利の坂道。雌滝は段差なく観ることができ、雄滝を観るポイントには階段を登る必要あり。



駐車場から滝が見える場所まで砂利道が長く続きます。私は振動がある道は負担があることと、雄滝は階段を30段くらい抱えてもらわないと観ることができないそうで断念…。雌滝は車いすのまま観れるそうなので砂利道が平気な人は是非行ってみてください。(かなこ)

階段をのぼらず観れる雌滝

かぶら杉 車いす
チャレンジ ★★

隠岐の三大杉のひとつで樹齢600年、樹高38.5mの杉の巨木。一番の特徴は根元付近から6本の幹に分かれ伸びているところ。下の大きな株が目立つことから「かぶら杉」と呼ばれている。

- 住 隠岐郡隠岐の島町中村 (316号線沿い)
- ☎ 08512-2-0787 (隠岐の島町観光協会)
- FAX 08512-2-3950
- 🚻 駐車場あり、道路沿いがあり、緑石1段段差あり。



道路沿いにあり、近づくには約20cmの段差を一段、同行者に少し持ち上げてもらいました。杉はひとつの大きな幹から何本も枝分かれしています。手を触れることはできませんが、樹からとても長い年月を経た神秘的な迫力を感じることができます。(かなこ)

景色がとてもきれいで、爽やかな気分になりました。展望台はしっかり整備されていて、スロープなので段差なく景色を堪能できます。公衆トイレの多目的トイレもキレイでした。(かなこ)

なぐさき
那久岬 車いす
チャレンジ ★★★

高台にある展望台から島前の島と日本海を望める。遊歩道を下っていく先にある展望台横には灯台として使われていた灯籠が今でも残っており、那久の人々が毎日火を灯した時の様子を偲ぶことができる。夕暮れには、空と海との絶妙な表情と沈む夕日がとても美しい。

- 住 隠岐郡隠岐の島町那久
- ☎ 08512-2-0787 (隠岐の島町観光協会)
- FAX 08512-2-3950
- 🚻 一般駐車場、オストメイト対応多目的トイレあり。展望台まで段差なし。遊歩道は急勾配の坂道。



隠岐の国ダイビング 車いす
チャレンジ ★★

隠岐の海は透明度が高く美しい。そんな島での楽しみのひとつ、マリンスポーツを体験できる。初心者のための体験ダイビング、ダイビング免許習得コースがあり、他にもシーカヤックやナイトダイビングも楽しめる。またダイビングの道具はフルレンタルできるので、水着とタオルさえあればOK。

- 住 隠岐郡隠岐の島町津戸1275-5
- ☎ 08512-6-3241 FAX 08512-6-3251
- 🕒 8:30~17:00 (営業期間 4月~11月頃まで)
- 💰 体験ダイビング1人 13,000円
- 🚻 駐車場、洋式トイレあり。障がいのある方の受け入れ可能 (身体の状態など要相談)。

スノーケリング

※通常、隠岐の国ダイビングでは行っていないコース。スノーケリングのみは要相談。



水中での呼吸法を学ぶ。口呼吸になり、マスクの使い方も簡単。眼鏡の方も度付きレンズのマスクを借りることができる。



車で海まで移動



海直前まで舗装された道。ギリギリまで車いすをつけ、海に入水するときはおんぶ。足場は安定感もあり、水に入れば浮力があるので、同行者の負担も少ない。



ダイビングをしよう!と意気込んでいましたが、私の場合、ダイビングに使う酸素ボンベが身体に影響を与えかねないということで、かかりつけの医師と相談し、今回はあきらめることに…。隠岐の国ダイビングさんでは、通常スノーケリングのみのコースはされていないのですが、「特別にOK!」と快く対応していただきました! (かなこ)

時期が早かったので夏ほど透明ではないようですが、海の中は森のようで、海藻の樹の間を魚たちが泳いでいました。スタッフの方が、ヒトデや赤ちゃんナマコを拾って手に持たせてくれました。手袋越しにクラゲもつついてみました。私は元々泳げませんがウエットスーツにかなり浮力があるので、泳げない方でも大丈夫。施設は段差はありますが、シャワー室も広く、スタッフの方の親切丁寧な対応で快適に利用することができました。(かなこ)



©隠岐の国ダイビング



ウエットスーツ着脱のとき肩の脱臼が心配だったのですが、伸縮性もあり、スムーズに着れました!インストラクターの方がもしもの時の救助のために、脱臼癖のない安全な手に目印をしてくれました。(かなこ)



支えてもらいながら浮く練習~♪



↑クラゲにタッチ!



島後

島前

その3 (7-11p)
島後 - 隠岐の島

うみさち



マリンスポーツやコテージが立ち並ぶエリアにある食堂。1階は駐車場、2階部分がレストランでテーブルと座敷席がある。ご島地グルメのさざえやあわびのカレーなど貝をつかったメニューや、隠岐そばという伝統の田舎そばもいただける。毎日地元の方も通う、アットホームな雰囲気。

- 住 隠岐郡隠岐の島町津戸909-1
- ☎ 08512-6-2714 営 11:00～13:30
- 休 火曜日
- ♿ 一般駐車場あり。洋式トイレあり。車いすの場合は車道側の入口から入場すると段差なく入店できる。



隠岐のさざえカレーは有名ですが、なんとここには竹島をかたどった「あわびカレー」がありました(◎◎)！駐車場から入口まで階段のみと思いましたが、周りをすると段差なく入店できる入口がありました。(かなこ)



とっても新鮮な魚介類が沢山！岩ガキがおっさい〜！特に大きい段差もなく、美味しいお食事がいただけます。私はめかぶ丼を食べましたが、どのメニューもとても美味しそうでした。ちなみに村長の佐々木さんがとてもおちゃめで障がい者への理解もありうれしい！(かなこ)



竹島海鮮アワビカレー (1,600円)

「さざえ最中」かわいすぎ！お土産にも買いました♪家でトースターで焼いてみましたが、サクッとした食感におもちがトロツとして新食感のもなか。お店は大きな段差なく商品を選べます。(かなこ)



さざえ最中



秀月堂



西町愛の橋商店街にある老舗の和菓子屋。いちおしは隠岐の名産さざえをモチーフにした『さざえ最中』。オーブントースターで焼くとさざえのつば焼きになるという変わり種の和スイーツ。木・金・土曜日限定オープンの『月あかりカフェ』が店の並びにあり、季節の和菓子と飲み物で、ゆっくりティータイムを楽しめる。

- 住 隠岐郡隠岐の島町西町八尾の三65-4
- ☎ 08512-2-0433 営 8:30～19:00
- 休 不定休
- ♿ 一般駐車場2台あり。入口段差なし、車いすで入店可。



QRコードから簡単アクセス！



公益社団法人
島根県観光連盟
TEL:0852-21-3969

しまね観光ナビ 美肌 検索

さざえ村



中村海水浴場に隣接したお店で、さざえを中心に隠岐の海産物メニューが楽しめる。気さくな村長さんが腕をふるい、新鮮で大きな具が特徴。一番人気は、飛魚の出汁をベースにした割り下で、さざえやあらめ昆布を煮込み卵で閉じた「サザエ丼」。障がいのある方はメニュー料金半額というサービスも嬉しい！

- 住 隠岐郡隠岐の島町中村1541-3
- ☎ 08512-4-0611
- 営 夏季11:00～16:00、夏季以外11:00～14:30 ※時間外は要予約
- 休 水曜日
- ♿ 一般駐車場、洋式トイレあり。入口段差なし、テーブル席あり、車いすで入店可。障がい者手帳提示で本人がメニュー料金より半額。



サザエ丼 (900円)

お洒落なカフェで、入口に約20cmの段差が一段ありますが、車いすの前輪を上げて入店できました。藻塩米の米粉を使ったシフォンケーキはふわふわでしっとり。お皿に可愛い絵が描かれていて、ほっこりと過ごせるカフェでした。(かなこ)



シフォンケーキプレート (500円)



入り口に簡易スロープがあり、カウンター席も低めで車いすにやさしい居酒屋さん。贅沢社嬢の軍艦巻きや、丸ごと食べられるハタハタの唐揚げなど女将さんのおすすめ料理は当たりばかりで大満足！(かなこ)

点



西郷港より徒歩2分、隠岐の旬の海鮮をいただける小料理居酒屋。魚が並ぶショーケースにある食材で調理のリクエストOK。隠岐ならではの魚介を使った、このお店でしかいただけない創作グルメあり！

- 住 隠岐郡隠岐の島町西町八尾の三65-4
- ♿ 駐車場なし。入口スロープあり、カウンター7席・テーブル席1卓、車いすで入店可。



カフェ スプンティーノ Cafe Spuntino

西郷港の目の前にあるカフェ。かわいいイラストのデコレーションを添えたシフォンケーキはふわふわ。ランチタイムには隠岐の藻塩をつかったメニューもおススメ。店内はソファ席でゆっくりくつろげ、可動式のソファなので車いすでも利用OK。

- 住 隠岐郡隠岐の島町中町目貫の四53-4
- ☎ 08512-2-3055
- 営 8:00～17:00(16:30オーダーストップ)
- 休 土曜日、日曜日
- ♿ 駐車場なし。入口段差1段(約20cm)、テーブル席あり。



NHK「バリバラ」で松江/山陰バリアフリーツアーセンターが取り上げられました！



日曜日の19:00からNHK・Eテレで放送されている「バリバラ」は、マイノリティーの方たちにとっての「バリア」をなくすため、テーマに沿ってみんなで考えていく番組です。2017年5月21日放送の「体感！"見ないで楽しむ"観光対決」にて、「一度でいいから一人旅を楽しんでみたい」という全盲の女性のために、二人のプロが観光プランを考え、実際に旅行してもらうという企画でした。松江/山陰バリアフリーツアーセンター長の川瀬とナニワのカリスマ添乗員と呼ばれているN旅行の平田さんのどちらが、目の見えない女性の胸をときめかせる旅行プランになるのか！？バリアフリーツアーセンター川瀬は女性の希望を事前に聞き「ドキドキ縁結び一人旅」プランを決行。一人で電車や

バスを使っでの移動は親切な人々に出会いながら無事目的地に到着します。松江城の天守閣登ったときには地上から声をかけたことで建物の高さを実感してもらったり、遊覧船で屋根が下がるところを体験したり、フォーゲルパークで初めてふくろうに触ってみたり…体全体で感じてもらえるよう工夫しました。女性の希望と自主性を尊重し、本人に合った体験をそろえたことが勝因となり、対決は松江/山陰バリアフリーツアーセンターに軍配が上がりました。松江/山陰バリアフリーツアーセンターの詳細は19ページをご覧ください。内容の詳細は「バリバラ」ホームページの『これまでの放送』をご覧ください。



車いすのまま入店できる

隠岐の島グルメ

日帰り貸切露天風呂

利用時間:12:00～14:00
休館日:年中無休(要予約)
料金:3,500円(税込)
昼食プランとともにご利用いただけます。

ご来館前にお電話にて
お問い合わせ下さい。



貸切露天風呂「木の湯」
スロープ有り、車椅子の
ままお入りいただけます。



1階バリアフリートイレ
(自動照明、入出口幅
102cmのスライドドア)



ロビーにて車椅子(1台)
を貸し出しております。



松乃湯
松江市玉湯町玉造1215
TEL:0852-62-0611

夏はジェットで隠岐ユネスコ世界ジオパークへ行こう!

JALジェット就航12周年

2017年8月1日(火)▶8月31日(木)

伊丹空港 12:55 発→隠岐空港 13:50 着
隠岐空港 14:35 発→伊丹空港 15:20 着

隠岐空港利用促進協議会

☎ 08512-2-8575



JALボーイング737-800 (165人乗り)
隠岐⇄伊丹ジェット機就航 45分

高速船で約1時間、フェリーで約2時間半
バリアフリーな船旅をどうぞ



隠岐汽船 隠岐郡隠岐の島町中町 TEL:08512-2-1122

http://okishuzou.com/

隠岐世界ジオパーク
純米酒 720ml 1,375円
ご用命はお近くの酒販売店へ

隠岐酒造 株式会社
隠岐郡隠岐の島町原田174
電話 08512-2-1111

誰もが安らげる バリアフリーフロア デザインフロア「MINAMO」オープン



客室ごとに異なるコンセプトでお客様に「新しい日本の雰囲気」を感じていただけるお部屋をご用意いたしました。また、身体が不自由なお客様やご年配のお客様にも「旅館でおもてなし」ができるように「バリアフリー(ユニバーサルデザイン)」に取り組みました。ご家族やご友人と一緒に「なにわー水」での「非日常の時間と空間」をご満喫下さい。



島根県松江市千鳥町63 松江しんじ湖温泉
☎ (0852) 21-4132
FAX (0852) 21-4162
E-mail: naniwa@web-sanin.co.jp
なにわー水バリアフリー 検索



お部屋の露天風呂にシャワーキャリーがあり、とても優雅な気分♪シャワーキャリーに乗ったまま利用できるシャワーズもあってとても使いやすいそう! (かなこ/車いす利用)



段差がないフロアなので白杖なしでも壁を伝って安心して歩きました。最新のサラウンドスピーカーが導入されていて、音からも非日常の気分が味わえます! (えみ/視覚障がい)

隠岐モーモードーム

車いす
チャレンジ
★★★

約800年前、隠岐へご配流となった後鳥羽上皇をお慰めるために島の人々が始めたのが起源とされる隠岐の牛突き。巨体の雄牛同士がぶつかり合う大迫力の牛突きは、隠岐の島が誇る伝統文化で、年に3回行われる本場所大会における勝負は、一方の牛が逃げ出すまで続く。モーモードームでは「観光牛突き」として開催しており見学することができる。観光牛突きでは、勝負をつけることが許されておらず、必ず引き分けで終わる。

住 隠岐郡 隠岐の島町池田風呂前19番1
☎ 08512-2-0787 (隠岐の島町観光協会)
FAX 08512-2-3950 ☎ ①9:00～②14:30～
休 開催日は要問合せ
大人:1,300円 小人:750円
一般駐車場、車いす対応トイレ1カ所あり。入場時差なし。最上段に車いす観覧スペースあり。下段に降りるには階段のみ。

受付入口へスロープになっていて最上段から見渡せます。牛がケガをしないか心配になるくらい本気で戦っていました。近くで見られ息づかいも聞こえ、すごい迫力でした。(かなこ)



ひときわ目を引くお洒落なお店でフラッと立ち寄りました。段差はなく、通路も車いすで通れますが、割れものが並んでいる場所は注意して通りました。なかなかお目にかかれない隠岐の商品も発見!「コーヒーでもどうぞ」とお店の方のおもてなしも嬉しかったです。(かなこ)



京見屋分店

車いす
チャレンジ
★★★

広い店内に日々の暮らしに彩りを添えてくれるおしゃれな雑貨がずらり。うつわや日用雑貨、島根の作家さんの作品、ちょっとめずらしい隠岐の商品も並ぶので個性派のお土産はこちらでチェック。

住 隠岐郡隠岐の島町西町八尾3-81
☎ 08512-2-0425 FAX 08512-2-2930
☎ 10:00～18:30
一般駐車場あり。入口段差なし、車いすで入店可。

隠岐の藩塩米も
放牧牛のカレーの
カレーライスセットを
読者プレゼント!
詳しくは裏表紙を
ご覧ください



ガイドさんが親切にやり方を教えてくれ餌も付けてくれます。ただ、私には釣り竿がとても重く、片手ではリールの操作ができないので共同作業で釣りをしました。小さいアジ2匹を釣りあげました。魚がかかった感触はクセになりそう! (かなこ)

岸壁釣り

車いす
チャレンジ
★★★

西郷港の岸壁で釣り体験。エサや竿もレンタル料に含むので、身一つでOK。観光ガイドさんの付き添いがあり、出入りのしやすい安全な場所で行うので、初心者でも安心。

住 西郷港岸壁
☎ 08512-2-0787 (隠岐の島町観光協会)
FAX 08512-2-3950
☎ 問い合わせによる
1時間1,500円(竿1本・エサ)
延長30分毎500円
西郷港フェリーターミナル敷地内の岸壁。スポットまで段差なし。



一目で分かる 隠岐・交通アクセス (高速船・フェリー 夏季ダイヤ)

高速船 6月8日~8月31日

午前発	本土	隠岐の島町	海士町	西ノ島町
境港 12:00	始発 8:35	西郷 8:25	菱浦 7:54	別府 7:40
	13:23	西郷 13:30	14:05	別府 14:12
午後発	七類 16:50	西郷 18:05	菱浦 18:39	
	17:59	西郷 18:05	菱浦 18:39	

フェリー 3月1日~8月9日、8月18日~12月31日

午前発	本土	隠岐の島町	知夫村	海士町	西ノ島町
七類 9:00	始発 17:55	西郷 12:05	菱浦 15:15	別府 15:45	
	11:25	西郷 12:05	菱浦 15:15	別府 15:45	
午後発	七類 9:30	西郷 15:10	菱浦 12:50	別府 12:20	
	17:35	西郷 15:10	菱浦 12:50	別府 12:20	

島前各島間は、隠岐汽船に接続する内航船が運行されています

※お盆ダイヤ 8月10日~17日 (おき・くにが)

午前発	本土	隠岐の島町
七類 9:00	始発 20:00	西郷 11:55
	14:20	西郷 17:35
午後発	七類 14:45	西郷 17:10

※しらしまは上記を参照

航路図



隠岐



隠岐 バリアフリー&車いすトイレマップ



①別府港



②観光交流センター



③国賀海岸駐車場



④西ノ島ふるさと館



⑤黒木御所前 公衆トイレ



⑥長尾ウッドハウス



⑦レストハウス神島



⑧赤ハゲ山

シャワーチェア貸出(有料)



西ノ島町社会福祉協議会
TEL:08514-6-1470
福祉用具のさか TEL:08514-7-8272
西ノ島社会福祉協議会から借りたシャワーチェア(設置型1日6円、車いすタイプ1日20円)西ノ島の宿泊施設であれば手配してもらえる(搬入200円)。

どうぜん 島前



館内に車いす対応トイレのある宿

リノ隠岐ロゼージュ
西ノ島町美田940
TEL:08514-6-1000

1階トイレ
入口スロープ、エレベーター、1階に車いす対応トイレあり。1階の特別室は、広くベッドと畳の和洋室で車いすの方はこちらの部屋がおすすめ。部屋のトイレは広さはあるが手すりなし。部屋のお風呂は入口段差約25cm1段あり。一般客室だとユニットバスとなる。大浴場は脱衣所入口に約5cmの段差が1段、浴場入口に約10cmの段差1段あり。



⑨西郷港



⑩モーモードーム



⑪那久岬



⑫隠岐ポートプラザ

館内に車いす対応トイレのある宿

隠岐ビューポートホテル
隠岐の島町中町目貫の四54-3
TEL:08512-2-7007

和洋の特別室が2室あり。特別室は広めのユニットバスで段差なし、入口幅65cm、トイレに手すりなし。貸出車いすあり。同館の1階と6階に車いす対応トイレあり。1階トイレは利用時間8時~19時だが、車いすの方が宿泊される際は、24時間利用できるようにしてもらえ。

大山北側ドライブ

日本で3番目に国立公園となった大山は「日本名峰ランキンゲ」で富士山、槍ヶ岳に続きベスト3にも選ばれています。四季を通して様々な変化のある大山の周辺で、夏のリゾート気分を味わったり、涼を感じたり、楽しめるスポットをドライブ散策します。

今号レポーター紹介



えみ
好奇心いっぱいの情報通で、カフェめぐりが大好き。全盲の視覚障がい。

地蔵滝の泉

(平成の名水百選)

佐陀川ほとりにある名水の里。地蔵滝から湧き出る水は、年間を通じて11℃に保たれ、日量19.4万トンにもなる。ここで生産される八郷米は良食味米として極めて高い評価を得ており、水源の森に群生するセリやクレソンは郷土料理にも活用されている。また、お地蔵様はこどもの「かんしゃく」にもご利益があると古くから信仰されている。湧水を飲みたいときは煮沸が必要になる。

- 住 西伯郡伯耆町丸山
- ☎ 0859-68-4211 (伯耆町役場・商工観光課)
- 🚗 駐車スペースから泉まで砂利道、車止めあり (幅70~75cm) 水汲み場へは急な階段。



取材当日は流れが速く、足を水につけることはできず、水くみ場は足元が滑りやすくなっていました。手を水につける時には川に落ちないように気をつけてください。手で触れてみると、冷たく気持ちの良い大山の水を感じました。水音、木や花の香りで癒されるすてきな場所だと思います。(えみ)



取材した 大山バリアフリー トイレマップ



1: BIKAI
洋式トイレ



2: 道の駅大山恵みの里
オストメイト対応多目的トイレ
(ユニバーサルシートあり)



3: 森の国
車いす対応トイレ



4: 大山乗馬センター
洋式トイレ



5: 大山まきばみくくの里
車いす対応トイレ

森の国

西日本最大規模のフィールドアスレチックがある自然体験施設。一面緑の芝公園でスライダーやゴルフなどおもしろい身体を動かせる。他にも体験プログラムが充実しており、アイスクリーム&クレープ作り、ハンドクラフト、農園体験などがある。キャンプ場、ドッグランといった施設に、本格石焼きバーベキューを楽しめるフードコートも併設しており、家族や仲間と過ごすのに最適。



初めてバウムクーヘンを作りました!体験の途中には、目で確認が必要な部分がありますので、付き添いの方と一緒に体験すると楽しめます。メレンゲ作りや生地作りの泡立てが結構大変で2~3人で交代しました。頑張った分、メレンゲができた時の喜びは格別でした!生地作りも、混ぜているとろみがついてきたり、モッタリしてきたり、生地の変化が手に伝わります。生地をコンロで焼くときは見える方と協力してバランスをとりながら進めるのですが、なかなか難しかったです。途中、生地が焼けるともいい匂いがしてワクワクしました。できあがったバウムクーヘンは外はカリカリ、中はフワフワでおいしかったです。何より自分で作ったんだという達成感がありました!スタッフの方も話しやすい雰囲気、さまざまな楽しみ方ができました。(えみ)

- 住 西伯郡大山町赤松634
- ☎ 0859-53-8036 FAX 0859-53-8004
- 🕒 9:00~17:30 休 水曜日 (通常期)
- 💰 中学生以上900円 (800円)、3歳以上700円 (600円)、愛犬 (500円)、障がい者手帳提示で本人と、車いすなど介助が必要な介助者1名が300円
- ※ () は30名以上の団体
- 🍰 バウムクーヘン作り 2,800円 (4人前)
- 🚗 一般駐車場、車いす対応多目的トイレ2か所、授乳室、体験用作業テーブルあり。

大山乗馬センター

初めての人から上級者まで、誰でも気楽に乗馬を楽しむことができるスポット。指導員が丁寧に教えてくれるため、安心して乗馬にチャレンジが出来る。障がい者乗馬用に調教された馬が数頭おり、股関節脱臼がない方ならほとんどの方が乗馬を楽しめる。障がい者の方に乗馬と馬とのふれあいを楽しむ『ホースセラピー』(要予約)コースもおすすめ。



低い段差はありますが、施設はほとんどフラットでした。私は障がい者向けのホースセラピーを受けました。係の方に介助していただけるので安心です。ブラッシングをする時には、毛の流れを確認したり、汚れがたまっている場所を確かめ取ってあげたり、筋肉の付き方を感じたりして、新たな発見がたくさんありました。乗馬では、自分で手綱を引いてみました。まっすぐ歩くことが難しかったのですが、慣れたら楽しむ余裕ができました。馬の揺れ方、体温がとても心地良く馬が好きになりました。馬から降りたら餌をあげます。見えなくても馬が餌をほしがっている様子がわかりました。係の方が終始明るい雰囲気、どの馬ものんびりとしていて、また行きたくなりました。(えみ)

- 住 西伯郡大山町赤松2459-130
- ☎ 0859-53-8211 FAX 0859-53-8245
- 休 水曜日
- 💰 入場料: 3歳以上500円 (馬のおやつ・保険料込み)
- ※障がい者手帳提示で本人と介助者1名が250円
- 乗馬コース: 引き馬1,500円
- ホースセラピー (要予約): 2,500円
- 🚗 駐車場一般あり (車で馬の近くまで横付け可能)。洋式トイレ (手すりあり・入口幅63cm)、おむつ台、手洗い場、点字ブロックあり。

カフェレストラン BIKAI

全席から海を眺められる180度のオーシャンビューと、近くの境港で水揚げされた新鮮な魚介を使用したランチや鳥取和牛、大山ハーブ鶏など地産地消にこだわった料理が楽しめる。地元素材をたっぷり使った山陰発のオリジナルジェラートも人気。

住 鳥取県西伯郡大山町富長159-1
☎ 0859-54-2665
🕒 11:00～22:00 (L.O.21:30)
📅 水曜日・第2または第3火曜日
🚗 一般駐車場、洋式トイレ、テーブル席あり。入口スロープあり、入店してすぐに1段(高さ約12cm)の段差あり。



とってもお洒落で景色もよいお店です。入口にスロープがありますが、扉の前で少し狭いところがあり私の車いす(幅約59cm)はぎりぎりを通れました。入店してすぐに段差が一段ありましたが前輪を上げて上ることができました。店内は広く、お料理もジェラートもとっても美味しかったです。(かなこ)



大山ハーブ鶏のスマークときのこのバジルソースピッツァ 1,290円



GAGAフレッシュジェラート 各520円



牛乳入り出汁のみるくうどん (800円)

乳製品の創作メニューが多くて、目移りします。今月のランチメニューは大山鶏と濃厚なチーズソースがマッチしていて、美味しかったです。月替わりなので、いつ来ても新しいメニューが楽しめますね。男性でも食べ応え十分でした。駐車場からレストランまでに少し坂道がありますが、入口にスロープもあり、店内はとても広く、景色もいいのでのびのびできました。(ともひさ)



大山まきば みるくの里

大山の放牧場内にあるレジャー施設で、レストラン、体験施設など自然にふれながら楽しむことができる。大人気「特製ソフトクリーム」は濃厚で一度食べたら忘れられない美味しさ。乳製品を使ったメニューが豊富なレストランや、手作り体験もおすすめ。

住 鳥取県西伯郡伯耆町小林水無原2-11
☎ 0859-52-3698 **FAX** 0859-52-3751
🕒 10:00～17:00
📅 第2・第4火曜日
🆓 入場料無料
♿ 身障者用(ハートフル) 駐車場8台、車いす対応トイレ、入口スロープ、貸出用車いす1台、点字ブロック、AED、レストランテーブル席あり。

だいせん高原 豪円山ロッジ

冬期はスキー場になるだいせんホワイトリゾートで、4月下旬～11月上旬までのグリーンシーズン限定でヘルシージギスカン60分食べ放題がオープン。旨みたっぷりのラム肉を使用したジギスカンや野菜・カレーなどを楽しめる。羊の肉にはカルニチンと呼ばれる成分が多く含まれていて、脂肪を燃焼させる効果があり、女性にも嬉しくお財布にも優しいリーズナブルなお値段で楽しめる。本場北海道の味を再現した「漬けダレジギスカン」がイチ押し。



だいせん香取村
ヨーグルトソフト
350円



このヨーグルトが
ソフトクリームに!



道の駅の中でも、多目的トイレの数が圧倒的に多いです! 食事をとれるスペースもあって、定食からカフェまで楽しめます。食材は地元のものを多く使われています。ソフトクリーム好きな私は紅茶ソフトクリームをいただきました。濃厚で高級なミルクティーの味がして美味しい♪ミニサイズもあるのでポイント高いですね。誰もが安心して楽しめる道の駅だと思います。(かなこ)



出入口には6段の段差があります。車いす用の簡易スロープがありますが、木製で少し不安定でした。店内はテーブル席で、中心に鉄板があります。ラム肉は程よい脂身があって、くさみも少なくとてもおいしかったです。ラム肉だけでなく野菜、カレーライスもトロッとおいしく、食べ放題を堪能できました。紙のエプロンがあるため服が汚れにくいところも嬉しいですね。地元のヨーグルトを使ったソフトクリームも濃厚でおいしかったです。(えみ)

住 鳥取県西伯郡大山町大山124
☎ 0859-52-2311
FAX 0859-52-2832
🕒 11:00～16:00 (L.O.15:00)
📅 毎週木曜日
(祝日の場合は営業)
🍽 食べ放題60分 大人1,450円、小人1,000円※未就学児は無料
🚗 一般駐車場、入口仮設スロープ(幅約75cmの板3枚分)、洋式トイレ(手すりなし・段差1段あり)、テーブル席あり。店内段差なし。介助者同行を推奨。

暑さに まけない! 大山夏 グルメ



道の駅 「大山恵みの里」

2009年4月4日にOPENした道の駅「大山恵みの里」。その名の通り、施設内は地元の恵みを使った農産加工品、おみやげ物、ご当地グルメのレストラン&カフェといった地元ならではの商品ラインナップで構成される力の入れよう。地元名産の陣橋紅茶を使った「紅茶ソフトクリーム」は道の駅の一番人気。施設はバリアフリーに配慮されたつくりで休憩におすすめ。

住 鳥取県西伯郡大山町名和951-6
☎ 0859-54-6030 **FAX** 0859-54-6021
🕒 9:00～18:00、(冬時間12月1日から2月末日) 9:00～17:00
📅 年中無休(12月31日・元旦休業)
♿ 身障者用駐車場3台(内屋根付き)2台、オストメイト対応多目的トイレ3カ所、一般トイレに手すり、トイレ前に音声案内、点字ブロック、スロープ、テーブル席、カウンターあり。



紅茶ソフトクリーム
350円(小230円)



飛行機



出雲縁結び空港

障がい者用駐車場が15台。身体の不自由な方は専用の相談窓口にお問い合わせがで、対応可能。オストメイト対応トイレは1階国内線到着ロビーに1ヶ所、2階国内線出発ロビーに1ヶ所、2階国内線搭乗待合室に1ヶ所の計3ヶ所。車いすの貸出しは飛行機を利用される方には航空会社カウンターにて。空港見学、送迎、お食事等のための貸出用車いすは総合案内所にて。館内点字パンフレットあり。

■お問い合わせ JAL（日本航空）プライオリティ・ゲストセンター
TEL:0120-747-707／9:00～17:00・年中無休
出雲空港ターミナルビル総合案内所
TEL:0853-72-7500／8:00～20:30・年中無休

米子鬼太郎空港

障がい者用駐車場が9台。1階に車いす対応トイレ3カ所（内オストメイト対応が2カ所）、2階に4カ所（内オストメイト対応トイレが2カ所）、3階にオストメイト対応車いすトイレが1カ所ある。航空会社カウンターにて館内まで利用できる車いすの貸出10台あり。

■お問い合わせ 米子空港ビル（株） TEL：0859-45-6123

隠岐世界ジオパーク空港

隠岐島後にある空港で出雲空港と伊丹空港に直行便あり。身障者用駐車場4台、1階にオストメイト対応車いすトイレが1ヶ所、授乳室、AEDあり。空港会社カウンター横に、各種貸し出し用車いすあり。館内食事スペース「ライトハウス」8:30～（L.O）17:00 入口幅100cm。

■お問い合わせ 隠岐空港管理所 TEL:08512-2-0703

船



隠岐汽船＜フェリー／高速船＞

乗船料 障がい者手帳提示で半額（1種は本人とその介助者1名、2種は本人のみ）。船と各港の貸出用車いすは船内及び港内移動専用。各フェリー客室2階フロアに座席タイプの2等室あり。

フェリーおき

入口スロープから段差なく乗下船できる。船内に車いす対応トイレ、貸出用車いすあり。車いす優先席あり。エントランスに車いす置き場あり。危険な個所には点字ブロックあり。甲板デッキへ出るために出入口用の簡易スロープを用意することが可能（段差12cm）。授乳室、AEDあり。

オストメイト対応トイレのある施設一覧 ● 隠岐の島 ● 隠岐空港 ● 隠岐病院 ● 西郷港

フェリーくになが

入口スロープから段差なく乗下船できる。車いす優先席あり。船内に車いす対応トイレ、貸出用車いす、授乳室、AEDあり。

フェリーしらしま

入口スロープから段差なく乗下船できる。車いす優先席あり。船内に車いす対応トイレ、貸出用車いす、授乳室、AEDあり。

高速船レインボージェット

本土と隠岐を約1時間で行き来する高速船。入口スロープから段差なく乗下船できる。車いすなどの優先席（12席）があり必ず車いすを降り、座席に座らなければならない（車いす置き場あり）。船内に車いす対応多目的トイレあり（入口触図あり）。貸出用車いすあり。移動制約者は介助者同行が必要（要問合せ）。

■お問い合わせ 隠岐汽船 TEL:08512-2-1122

内航船

乗船料：障がい者手帳提示で半額（1級は本人とその介助者1名、2級は本人のみ）。

内航船いそかぜ

地元の福祉団体が力を入れバリアフリー化された。乗船口段差なし。車いす専用スペースあり。

フェリーどうぜん

スロープがあり段差なく乗下船できる。

■お問い合わせ 隠岐観光 TEL：08514-6-0016

七類港

思いやり駐車場5台、車いす対応トイレ（1階）、貸出用車いす2台、エレベーター、AEDあり。

■お問い合わせ TEL:0852-72-2215

別府港

身障者用駐車場なし（送迎のための身障者用停車場あり）。車いす対応トイレ、エレベーター、点字ブロック、貸出用車いす、AEDあり。

■お問い合わせ TEL:08514-7-8024

来居港

身障者用駐車場なし、車いす対応トイレなし（洋式トイレあり）、AEDあり。

■お問い合わせ TEL:08514-8-2359

※2017年11月に新ターミナル完成予定（車いす対応多目的トイレあり）

※車いす対応のターミナル上屋ギャングウェイは2018年冬頃完成予定

館内に車いす
トイレのある
宿泊施設

西ノ島 リゾ隠岐ロザージュ ☎08514-6-1000

隠岐の島 隠岐ビューポートホテル ☎08512-2-7007

境港

身障者用駐車場2台、車いす対応トイレ（1階）、オストメイト対応車いすトイレ（2階）、エレベーター、AED、授乳室、キッズルームあり。

■お問い合わせ TEL:0859-44-4281

菱浦港

身障者用駐車場、車いす対応多目的トイレ、エレベーター、点字ブロック、貸出用車いす2台、AEDあり。

■お問い合わせ TEL:08514-2-0055

西郷港

身障者用駐車場、オストメイト対応車いすトイレ（2階）、エレベーター、音声案内、貸出用車いす、点字ブロック、AED、授乳室あり。

■お問い合わせ TEL:08512-2-2266

管理棟には車いす対応トイレ完備です！



【平成29年の開園期間】
3月16日（木）～
11月18日（土）

夢の森うさぎ 検索

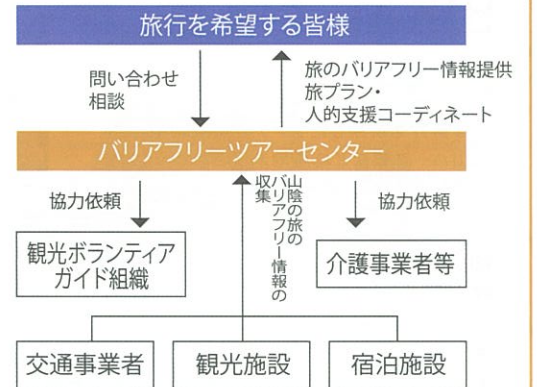
松江 / 山陰バリアフリースターセンター

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ます。旅行する際に訪れるとい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の費用は、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

受付時間：9:00～18:00 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。※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。

旭川・北海道	カムイ大雪バリアフリースターセンター	☎0166-38-8200	伊豆（静岡）	伊豆バリアフリースターセンター	☎0558-76-1630	呉市（広島）	呉バリアフリースターセンター	☎080-6345-5435（火～金（祝日は除く）／10時～16時）
仙台（宮城）	仙台バリアフリースターセンター	☎022-726-7503	愛知	チッタラベルセンターハートTOハート（愛知バリアフリースターセンター）	☎052-222-7611	新居浜市（愛媛）	四国バリアフリースターセンター	☎0897-32-7616
福島	ふくしまバリアフリースターセンター	☎024-531-7382	伊勢志摩（三重）	伊勢志摩バリアフリースターセンター	☎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	東京バリアフリースターセンター	☎03-3646-3544	兵庫	しゃらく	☎078-735-0163	佐賀	佐賀嬉野バリアフリースターセンター	☎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	☎070-5675-4483	鹿児島	かごしまバリアフリー相談センター（eフォーカス鹿児島）	☎0995-73-3678
石川	石川バリアフリースターセンター	☎076-255-3526	島根	松江/山陰バリアフリースターセンター	☎0852-27-0915	沖縄	沖縄バリアフリースターセンター	☎098-858-7760

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

てくてく山陰

tekuteku-sanin.com/



松江のまちのバリアフリー情報が検索できるサイト

てくてくウェブ松江

tekuteku-matsue.com/



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

全国バリアフリー旅行情報

barifuri.jp/portal



盲導犬ハウルと矢野のてくてく日記

大自然と歴史の隠岐の国の旅



3年ほど前に島根県主催の難病フォーラムが隠岐で開催され、久しぶりに隠岐の島で自然と歴史を体感することにした。隠岐と言えば、この諸島に『後鳥羽上皇』と『後醍醐天皇』が配流されてくるなど「流人の島」を思い浮かべる人も多いが、それは隠岐の歴史上ではほんの一瞬の事件に過ぎない。また、この島の成り立ちを見るに地球の営みを知るほどに「ジオパーク」として認定された事に納得する。

ユーラシア大陸から離れて、長い時間をかけて現在の隠岐諸島になったのは、約1万年前。隠岐には、あちこちにそんな悠久の歴史を物語るものがある。まずは、隠岐を代表する岩石の一つ「黒曜石」である。旧石器時代から石器の材料として、矢じりやおのなどの先が鋭い道具に利用された。そこに含まれる成分からとくに日本では最良であったという。また、その出土場所の分布から、いかに古くから広く知れ渡っていたかが伺える。

次にあげる自然が織りなす遺産物は、神秘的な「ローソク島」。隠岐の島町北西部の海岸沖合に、高さ20mのローソクそっくりの小島が浮かんでいる。沈む夕日がそこに灯りをともし光景は、奇跡の絶景なのだ、今回は陽が高いので想像だけ。他にも大地の歴史と地質が育んだ「隠岐の不思議な生態系」や、中世以降の歴史も見どころの一つ。また、新鮮な海産物や隠岐の銘酒「隠岐誉」などをいただきながらゆったりと過ごす時間が欲しいところである。



オートキャンプ場のキャンプサイトは車椅子のまま楽しめます！

〒699-0761 島根県出雲市大社町鷺浦1013-1 電話番号：0853-53-6060

夢の森うさぎ 検索

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



松江アーバンホテルレクイン
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
2040

〈受取人〉
差出有効期間 松江市北堀町35-14
平成29年 NPO法人プロジェクトゆうあい 行
10月31日まで

破線をお切り下さい

旅行者体験談・てくてく日和の感想

- 先日UDタクシーの紹介をTVでしていましたが、車内の様子や車いすを利用した時に、車いすに乗ったままでタクシーに乗れるのかなど詳しいことが知りたいと思いました。(はなさん/鳥取県)
- 毎回旅行をすると自分の住む場所との違いや新たな発見があり、とても楽しいです。てくてく日和を見て、鳥根に行きたくなりました。(H・Mさん/山口県)
- 奥付又は裏表紙の左上に発行年月日を入れてください。もう18号!もうすぐ20号、すごい。継続は力なり。(m・mさん/松江市)

てくてく日和に寄付をいただきありがとうございます。

由良 充利様 狩野 きよ様 社会保険労務士 村松事務所様
太田 明夫様 (他1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お送りください。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。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:トクビ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

広告掲載ご協力のお願い

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山陰両県、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。

次号(2017秋)予告

てくてく日和 山陰

特集

石見銀山

祝! 世界遺産登録10周年



0854(43)6513

有限会社
ともみ工房

VF チェア・福祉用具販売・製作
介護保険レンタル事業
〒699-1245
鳥根県雲南市大東町養賀670
http://tomomi-k.com/

天然ミネラル
「シリカ」たっぷりで
女性・子供に
やさしいお水です。

お問い合わせ
山陰クボタ水道用材㈱
環境事業部
松江市平成町182-15
TEL 0120-837-014
さひめの泉 検索
http://www.sahime.jp

MONSIEUR SELECTION
2013
GOLD AWARD

1ℓに
70mg

モンドセレクション金賞
2年連続受賞!

天然シリカ水



義肢・装具・人工乳房・医療用具

世界遺産 石見銀山

中村ブレイス株式会社

代表取締役 中村 俊郎

TEL(0854)89-0231(代) URL http://www.nakamura-brace.co.jp
FAX(0854)89-0018 e-mail nakamura@nakamura-brace.co.jp

世界の障がいを持つ方に、
笑顔と希望を!

本社/〒694-0305 鳥根県大田市大森町ハ132
東京事務所/〒158-0097 東京都世田谷区用賀4-10-3
世田谷ビジネススクエアヒルズII 2F-25号
マレーシア(クアラルンプール)

ISO 9001(品質)14001(環境)認証取得



ホンダカーズ鳥根東は、
バリアフリーなお店づくりに
力を入れています。

まいにち、みんなに、
「ちょうどいい」。

HYBRID
ハイブリッド車も
新たにラインアップ



車いす仕様車
FREED+

車いすの方を含め最大6名乗車可能です。

Photo: フリード+ HYBRID G ボディカラーはシトロンドロップ メーカーオプション、ディーラーオプション装着車



Honda Cars 鳥根東

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。

松江東店

松江市西津田 4-2-8 水曜日
TEL 0852-26-0630

黒田店

松江市黒田町 434-1 火曜日
TEL 0852-59-9650

学園店

松江市学園 1丁目 19-16 火曜日
TEL 0852-28-0701



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

鳥取県立大山自然歴史館

大山の自然、歴史、文化を幅広く紹介。
企画展や自然観察会も開催しています。

開館時間: 9時~17時(7/21~8/20までは9時~18時30分)
鳥取県西伯郡大山町大山43(大山寺参道入口) 入館無料
TEL0859-52-2327 FAX0859-52-2330
http://www.daisen.gr.jp/rekishikan/ 大山自然歴史館 検索

大山まきば
みるくの家
look of milk.

大山の自然美を満喫!
みるくの家特製ソフトクリームは大評判です!

住所: 〒689-4101 鳥取県西伯郡西伯郡番町小林2-11
電話: 0859-52-3698 FAX: 0859-52-3751
定休日: 第2・第4火曜日 営業時間 10:00~17:00 入場無料 みるくの家 検索

バリアフリー対応のフラワーパーク
とっとり花回廊

四季折々の
花々を
満喫!

鳥取県西伯郡南部町鶴田110 電話: 0859-48-3030 とっとり花回廊 検索



毎週土曜日は「土曜日が祝日の場合は定休日」

リフォーム相談会を開催!

お気軽にご来店ください!

大改造・水回り・バリアフリー...
快適な住まいへのリフォームは

創業32年の実績と安心、

<http://r-pasari.com/> リフォーム ばせり 検索

リフォーム専門店

ばせりへ!

〒690-0058 松江市田和山町100 (今井書店グループセンター店北側)

営業時間/9:00~17:00 定休日/毎週日曜日・祝日

営業許可/建築工事業 鳥取県知事(般-24)第5135号 一般建築士事務所 鳥取県知事登録 第(4)10377号 工事対象地域/鳥取県東部

住宅のリフォーム専門店 ばせり・株式会社 住創

☎0852-27-2380

PRESENT プレゼント



隠岐(藻塩米と放牧牛のカレーセット)、
大山(有機栽培とっとり紅茶 5種類×5個セット)

A賞

隠岐&大山のお土産セット・・・1名様
(隠岐藻塩米&放牧牛のカレー、とっとり紅茶)

B賞

山陰・山陽バリアフリー観光ガイドブック&てくてく日和表紙絵ハガキセット・・・5名様
(表紙絵ハガキは1号から12号までの12枚セット)

応募切

2017年9月11日(月)消印有効

誌面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。宛先はページ左下の問い合わ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えさせていただきます。

応募方法

山陰へのアクセス



スタッフ

田中 隆一 石原 由貴
今泉 未希 矢野 健
塩毛 絵里 碧山 里絵
北尾 可奈子 飯田 悠太
渡部 栄子 朝倉 智久
村松 良介

イラスト

石原 由貴

取材協力

社会福祉法人だんだん
さくらの家

編集後記

3年ぶりに隠岐を紹介しました。今回の一番の目玉はマリンスポーツ『スノーケリング』。全員が初体験のことで、心配事も多かったのですが「今度はダイビングがしたい!」とレポーターから声上がるほどハマりました。隠岐の独特な自然は、やはり自分の目で見ていただくのが一番だと感じます。冊子でイメージトレーニングをしていただき、ぜひ一度は隠岐に行ってみてください! (今泉)

発行元・問い合わせ先

プロジェクト
ui ゆうあい

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 www.project-ui.com/



てくてく日和19号(2017年夏)アンケートのお願い

ご応募いただいた方から抽選で1名様に隠岐&大山のお土産、5名様に山陰・山陽バリアフリー観光ガイドブック&てくてく日和表紙絵ハガキセットをプレゼントします。

● アンケートのご記入をお願いします

◆ てくてく日和をみて、鳥根県、鳥取県のレジャー施設や観光地を旅行したい、まち歩きをしたいと思いませんか?

☐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、行ってみたい山陰の観光スポットなどがありますか?

◆ 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)

☐隠岐ユネスコ世界ジオパーク ☐大山北側ドライブ
☐バリアフリーな外出をサポートする団体・WEBサイト
☐ハウルと矢野のてくてく日記 ☐観光バリアフリーデータシート
☐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。