

てくてく日和



山陰

第21号

2018冬

¥0

TAKE FREE



特集1

日本遺産第一号認定 昭和レトロな湯まち **三朝温泉**

特集2 美肌県しまね自慢の温泉地 **玉造温泉**

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

かじかの湯

かじか橋の中央にある足湯。お湯が熱い場合があるので、入る前に温度の確認が必要。橋の上から景色を眺めながらゆったりひたれる。冬期は休業となる。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町三朝973-1
- ☎ 0858-43-0431 (三朝温泉観光協会)
- 🕒 9:00~22:00
- 📅 12月から3月までは休み
- 💰 無料
- ♿ 浴槽の前にすのこあり(高さ約6cm)、イスの高さ約47cm、浴槽の高さ約43cm。

すのこがあり車いすに乗ったまま足湯に浸かるのはギリギリ。前輪をすのこに乗せて足を入れました。足湯に向かう遊歩道は整備されていて歩きやすかったです。足湯はずっと浸かっていたいとわがままを言うほど気持ち良かったあ♡(かなこ)



段差なく足湯まで行けますが浸かるには車いすを降りるようになります。手すりや背もたれはありませんが椅子の高さが車いすと変わらないので移乗は楽にできました。温泉に入るのはハードルが高い方も身体に良いラジウム泉を堪能できると思います!(かなこ)

薬師の湯

温泉の薬効がお祈りしてある温泉街の神様「お薬師さん」が祀られている広場にある施設。足湯と飲泉ができ、足湯をしながらほんのりしょっぱい温泉の味が楽しめる。三朝温泉のお湯はミネラルが豊富に含まれており、飲むと胃粘膜の血流量が増加する効果がある。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町三朝973-1
- ☎ 0858-43-0431 (三朝温泉観光協会)
- 🕒 9:00~22:00 (4月~11月)
- 📅 無休
- 💰 無料
- ♿ 段差なし、イス高さ約24cm、浴槽高さ約22cm。

三朝神社・神の湯

参拝者がお清めに使用する三朝神社の飲泉所。健康を祈って飲むと一段と効果があるらしい。映画の舞台にもなっており、最近では映画『恋谷橋』の舞台になり、約80年前の映画『三朝小唄』のシーンにも登場する古木は未だ現存している。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町三朝796
- ☎ 0858-43-0431 (三朝温泉観光協会)
- 🕒 24時間 📅 なし 💰 無料
- ♿ 駐車場なし、近隣の公衆トイレ和式、スロープ、拝殿までに段差あり(約5cm/15cm)、飲泉湯までは階段や段差を通る必要あり。



階段の先に飲泉場



スロープの先に神社

神社に行くには階段と離れたところに緩やかなスロープがあります。神の湯に行くには階段のみでした。立派なムクノギがあり、神聖な空気に癒されました。(かなこ)

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。20代前半に脳幹出血(脳卒中)発症し寝たきりになるかと思われたが、今は元気に車いすで生活する、からあげ大好きアラサー女子♥右半身に強いマヒ。自走車いす幅59cm。



むらまつ

てくてく日和のデザイン担当。聴覚障がい、手話・筆談・口話のトライリンガル。街中でデザインが優れているチラシを見かけると思わず持ち帰ってしまう。

特集1 日本遺産第一号認定 昭和レトロな湯まち

三朝温泉

かわらぶろ 河原風呂

三朝橋のたもとにある、三朝温泉シンボルの混浴露天風呂。三朝川の河原にあり、自然に近い形の開放的な温泉で、24時間無料で利用できる。タオルの利用は可だが水着の着用は不可。露天風呂と仕切られた足湯「河原の湯」もあり、気軽に温泉を味わうことができる。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町三朝973-1
- ☎ 0858-43-0431 (三朝温泉観光協会)
- 🕒 奇数日の午前中は清掃の為入浴不可
- 💰 無料
- ♿ 駐車場なし、近隣にオストメイト対応多目的トイレあり。温泉までに14段の手すり付き階段あり。

鳥取県中部にある三朝温泉は高濃度ラドンを含むラジウム泉が沸く。外湯や足湯なども充実し、自然に囲まれた温泉街はどこか懐かしい雰囲気ひたれ、歩くだけでも湯のまちを満喫できます。温泉街からひと足のばし国宝の三徳山三沸寺の投入堂や、白壁が美しい倉吉での散策も一興。文化庁が地域の歴史的魅力や特色を通じて日本の文化・伝統を語るストーリー「日本遺産」に、全国で最初に認定されたエリアと話題の地で、心もからだも癒してみたいかがでしょう。



河原風呂は手前が足湯、すだれで隠れている奥が露天風呂でした。足湯は気軽に入れるものの、露天風呂は橋の上からでも見える開放的な温泉なので驚きました。私もつい入ってみたいとなりましたが、続々とお客さんが来られ断念しました。勇気のある方はぜひ!(むらまつ)



温泉へは階段



足湯「河原の湯」



気軽に楽しむ
0円温泉

浸かってよし、飲んでよし、吸ってよしのラドン

温泉アイコンの説明: 🌋 公衆浴場 🚿 足湯 🚰 飲泉湯

三朝温泉街

でなつかしいを発見



入口に段差が一段ありますが私は同行者に前輪を上げてもらい入店。店内は通路が広めでスムーズに移動できました。懐かしい思い出話に花をさかせながら、たくさんお菓子を買っちゃいました♪(かなこ)

レトロゲームがたくさん! 射的は片手だと銃が重かったのでテーブルに置いて撃ちました。賞品を狙うこともでき、とても楽しく熱くなりました。店内に段差などはなく、手の力もそんなに必要ではないので誰でも楽しめると思います。(かなこ)



てりふり屋

三朝温泉街のメインストリートにある昔懐かしい駄菓子屋さん。お店自体は新しいが、中に入ると昭和のレトロな空間。クジ付き駄菓子や、紙飛行機などのおもちゃまでバリエーション豊かな品揃え。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町三朝901-5
- ☎ 0858-43-0419
- 🕒 8:30~21:30(17:00~19:00まで休憩)
- 📅 不定休
- ♿ 駐車場・トイレなし、入口段差1段(約13cmとサッシの段)あり。商品陳列棚の高さ約50cmと59cm。

泉娯楽場

昭和36年に開業してから昔と変わらぬ営業を続けてきた娯楽場。今となってはかなり珍しくなってしまった温泉街の遊技場で、射的、スマートボール、レトロな手打ちパチンコなどがあり、子供から大人まで楽しめる。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町三朝912-1
- ☎ 0858-43-0431 (三朝温泉観光協会)
- 🕒 15:00~22:00 (最終受付 21:50)
- 📅 不定休
- ¥ 1ゲーム500円
- ♿ 入口スロープ、通路幅約80cm。

三朝を満喫 体験工房

ふるさと健康むら

三朝で古くから伝わる神倉大豆や、三朝の草木で染めた三朝織、白狼伝説にちなんだ土の風合いを活かす白狼焼きなど、三朝名物があつまる体験施設。特Aランクのお米『きぬむすめ』と、神倉大豆の納豆が好きなら食べられる『神の食卓』という食べ放題もあり。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町横手15-1
- ☎ 0858-43-1116 FAX 0858-43-1116
- 🕒 8:30~17:30
- 📅 火曜日(祝祭日の場合は翌日)、物産館のみ火・木定休日
- ¥ 機織り体験 600円~
- ♿ 身障者用駐車場4台、車いす対応トイレ2か所あり。

【喫茶サンテ】入口手動扉(幅約85cm)、段差なし、テーブル席(高さ約70cm)、車いす対応トイレあり。
【織物工房】入口手動扉(幅約80cm)、段差1段(高さ約20cm)、土足不可だが車いすはそのまま入場可。



駐車場から段差はなく、お土産コーナーと喫茶スペースが同じ空間にあります。納豆ごはん食べ放題は納豆だけのおかわりもできて嬉しい! 大粒の納豆で濃厚な味わいでした。(かなこ)



一日30食限定! 三朝産神倉大豆の納豆と豆腐の付いた納豆かけご飯食べ放題(540円)

喫茶サンテ

三朝のB級グルメ『ラードン麺』は温泉水でゆでた麺だそうで、汁なしなのでさっぱりしています。お好みで酢・ラー油・胡椒をかけられるのですがこれがまた美味でした。(むらまつ)



元祖ラードン麺(並 450円)



扉を開けて一段段差がありそこから土足不可。すぐにタイヤを拭いて下さいました。湯船まで段差はありません。高さが違う3種類のバスタチェアがあったので足の悪い方には嬉しいと思います。スタッフが率先してサポートしてくださり気分もほっこりでした。(かなこ)

足湯の建物は幅が少し狭く段差もあり断念。公衆浴場は湯船まで段差がありませんでしたし、手すりもありませんでした。飲泉湯はひしゃくでいただくので、共用使用が気になる方はマイカップがあると〇(かなこ)

身体のおもてなし 外湯めぐり



たまわりの湯

菩薩様からたまわった湯として名付けられた公衆浴場。お湯は41℃~42℃前後で熱めだが、不思議とのぼせず、長く浸かることができ、体の疲れを癒すことが出来る。

- 📍 鳥取県三朝町三朝910-7
- ☎ 0858-43-0017
- 🕒 10:30~22:00 (最終受付21:30)
- 📅 年中無休
- ¥ 大人500円 子供300円
- ♿ 観光用駐車場に身障者用駐車場1台、入口手動扉(幅約78cm)、入口段差1段が2か所(各約10cm)、洋式トイレ(近隣にオストメイト対応多目的トイレあり)。

株湯

三朝温泉発祥の地に建つ公衆浴場。温泉街から少し離れているが、無料の足湯と飲泉湯もあり、人気のスポット。源泉かけ流しの湯は44℃と熱めのお湯なので、かけ湯をしてからどうぞ。

- 📍 鳥取県東伯郡三朝町三朝634-1
- ☎ 0858-43-3022
- 🕒 8:00~21:15 (閉館21:45)、月曜は10:00~。足湯は8:00~21:00
- 📅 不定休
- ¥ 大人300円・小人150円
- ♿ 一般駐車場、近隣の公衆トイレ車いす対応多目的トイレあり。
【足湯】入口幅約65cm、浴槽に段差1段 外側約4cm・内側約10cm。
【飲泉湯】段差1段約5cmあり。
【公衆浴場】入口幅約80cm、入口から浴場まで段差なし、手すりあり。



織物工房



工房には段が一段あり土足不可ですが車いすはそのままOKとのこと。機織り機の足を入れこむ部分の幅が約60cmで私の車いすがピッタリ入り、イスに移乗せずに機織りができました! 右半身マヒですが、慣れてくると1人でもでき、無心になって黙々と作業してしまいました。(かなこ)

スタッフの方が口話とジェスチャーで説明を伝えて下さり理解できました。簡単な手順ですが、力の加減で出来が違い、やり応えがありました。(むらまつ)



三朝の草木で染めた糸で作ったコースター

UDタクシーって？

鳥取県が日本財団と連携して導入している『ユニバーサルデザイン (UD) タクシー』のこと。

「どこでも、だれでも、自由に、使いやすく」というコンセプトのもと、車いすを利用されている方、ご高齢の方、妊婦さん、小さなお子様連れの方はもちろん、大きな荷物をお持ちの方など、どなたでも快適にご利用いただける、みんなにやさしいタクシー。福祉タクシーとは異なり、街中でも呼び止められるところが便利。



タクシーでどこいこう？

p7. MITOKUSAN 車で15分

p6. KURAYOSHI

手すりがない山あり誰でも乗りやすいかも！車いすに乗ったまま乗車しましたが、車いすが動かないかよく確認してくださいスムーズに乗車できます。車いすを操作してもらったときに声かけがあるとより安心ですね。一般のタクシーと同じように予約なしで誰でも気軽に利用できるのはとても嬉しいです！（かなこ）

滝沢馬琴の「南総里見八犬伝」のモデルとされる里見氏とその主従の墓がある。大岳院の境内には、8つの犬の石像があり、全部見つけられるかな。



大岳院



白壁と赤瓦の“くらしよし”まち 倉吉

観光ガイドと歩く



白壁土蔵群

玉川に沿って並ぶ白壁土蔵群。江戸後期から昭和初期の建物が多く、黒の焼杉・白の漆喰壁・赤の石州瓦のコントラストが美しい。



ミタ写真館

この写真は誰？名俳優であった三國連太郎さん。20代半ばに鳥取県倉吉市内に住んでいたそうで、そのころの写真。



米澤たいやき店

歩いていると美味しそうな香りが…。一枚一枚金型で丁寧に焼き上げる白たい焼。たい焼にも天然と養殖があるんだって！



やきすぎ彫刻

まちの中のいたるところに木彫りの彫刻が。焼き杉彫刻の「大布袋」と「達磨(だるま)大師」は一本の杉の木から出来ている。

ガイドさんの説明を聞きながら倉吉を歩いたのは初めてで、今まで気付かなかったことも知れて楽しくまち歩きができました。平たんで舗装された道なので車いすでも歩きやすかったです。（かなこ）

倉吉白壁土蔵群観光案内所

- 〒鳥取県倉吉市魚町2568 赤瓦十号館内
- ☎ 0858-22-1200 FAX 0858-24-5015
- ¥ ガイド料 2,160円
- ※ガイド1名で30名様まで案内可能。1週間前までにFAX又は郵送にてお申込み。音声ガイド端末 (500円) 貸出あり。



さしみ定食 (1,200円)

ランチだけの利用もOK

ブランナルみささ

- 〒鳥取県東伯郡三朝町三朝388-1
- ☎ 0858-43-2211 FAX 0858-43-1919
- ☑ 日帰り入浴
- 【内風呂】
- 11:00~17:00 (受付時間11:00~16:30まで)
- 18:00~21:00 (受付時間18:00~20:30まで)
- 【露天風呂】
- 7:00~21:00 (受付時間7:00~20:30まで)
- ¥ 日帰り入浴 大人500円、小学生250円
- ♿ 身障者用駐車場1台、車いす対応トイレ1か所、点字ブロック、エレベーター、身障者風呂、入浴用車いすあり。

だれもがくつるける 三朝温泉のお宿



依山楼岩崎

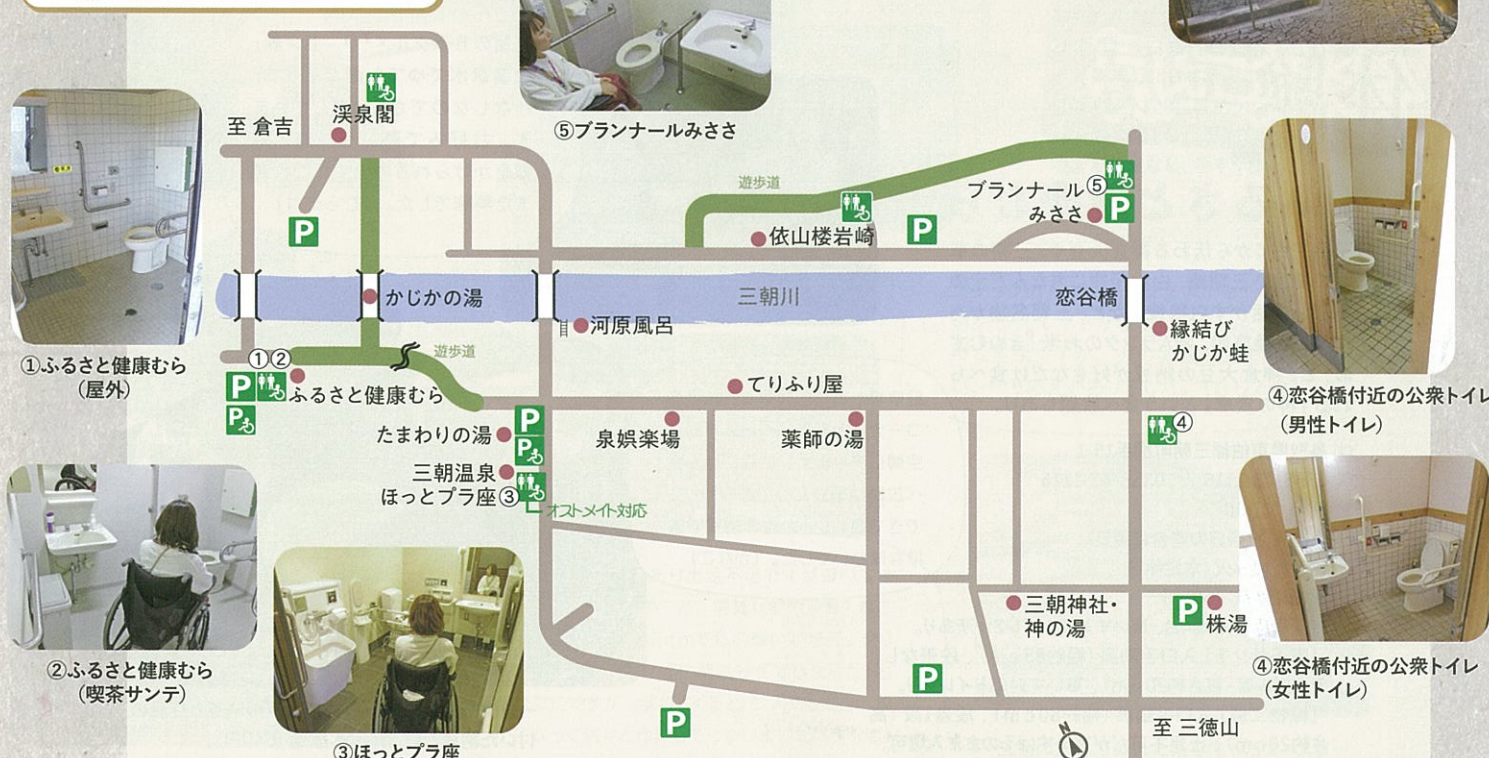
- 〒鳥取県東伯郡三朝町三朝365-1
- ☎ 0858-43-0111 FAX 0858-43-0537
- ♿ 身障者用駐車場、車いす対応トイレ1か所、バリアフリールーム、家族風呂、エレベーターあり。

溪泉閣

- 〒鳥取県東伯郡三朝町山田180
- ☎ 0858-43-0828 FAX 0858-43-0822
- ♿ 身障者用駐車場 (駐車場から入口までの通路が屋根付き)、車いす対応トイレ3か所、貸出用車いす2台、バリアフリールーム、家族風呂、シャワーチェア、簡易スロープあり。



三朝温泉街バリアフリーマップ



①ふるさと健康むら (屋外)



②ふるさと健康むら (喫茶サンテ)



③ほっとプラ座



⑤ブランナルみささ



④恋谷橋付近の公衆トイレ (男性トイレ)



④恋谷橋付近の公衆トイレ (女性トイレ)

谷川天狗堂

三徳山の本坊三佛寺参道にあり山菜料理を堪能できる。料理には三徳山の湧き水を使用しており、名物の三朝豆腐やとちもちなど、自然の恩恵たっぷりの料理がいただける。

- ☞ 鳥取県東伯郡 三朝町三徳998
- ☎ 0858-43-2663
- 🕒 9:00~17:00(2月~3月は予約制)日曜営業
- 🏠 不定休
- 🚗 駐車場、手すり付き洋式トイレあり。座敷やトイレへは3段段差あり。テーブル席は4卓あり内3卓はテラス席。



三徳山に登らない・登れない方にも、投入堂を見ることができるスポット。望遠鏡が1台あり、道路沿いからも遠くに望むことができる。

遙拝所

平安後期に建てられたといわれる“日本一危険な”国宝。断崖絶壁の岩窟に建ち、どのように建てられたか一切謎。役行者が法力で建物ごと投入れたと語り継がれている。

- ☞ 鳥取県東伯郡三朝町三徳1010
- ☎ 0858-43-2666
- 🕒 8:00~17:00 (投入堂参拝受付時間は15:00まで)
- 🏠 無休 (投入堂は雨天荒天・積雪時および12月~3月は閉山)
- 💰 【投入堂参拝】大人800円(750円)、小人400円(350円)
- 【本堂まで】大人400円(350円)、小人200円(150円)
- ※()は20名以上の団体
- ※本堂までの料金は、宝物殿入館料も含む。
- 🚗 駐車場、多目的トイレあり。階段と険しい山道で、車での入山は不可。遙拝所にある望遠鏡は道路沿いから投入堂を見ることができる。

※体験者は聴覚障がいであり、登山ガイド、手話通訳者に同行していただきました。

- 💰 ガイドの問い合わせ
【ガイド料:~15人7000円(ガイド1人) 三朝温泉 観光協会:0858-43-0431] 手話通訳の問い合わせ
【手話通訳派遣料:要相談 鳥取県西部聴覚障がい者センター 0859-30-3659]



国宝投入堂



投入堂手前の岩窟に建ち、参詣者は「胎内くぐり」といわれ、その中を通り抜けることで、新たに生まれ変わるという意味が込められている。



観音堂

手話通訳& 登山ガイドで行く 国宝 三徳山三佛寺投入堂

国宝に指定され、日本遺産第一号に認定された世界に誇る建築物。間近で見るとは険しい山道を登っていきます。日本一参拝が難しい命がけの国宝を「一度はこの目でみたい」と耳の不自由なレポーターが手話通訳と共に挑戦しました!



参拝受付から三佛寺本堂までに3つの宿坊がありそこで精進料理をいただくことができる。本堂までは階段で登り、本堂を過ぎると投入堂への登山がはじまる。



ガイドさんと合流し、登山の注意点などを教えてもらう。



クサリ坂

カズラ坂

最初の難関は、垂直のような斜面に木の根が張りめぐった坂が続く。クライミングのような動きで登っていく。



次に立ちはだかるは、大きな岩を鉄の鎖1本を頼りに登る難所。2016年の鳥取県中部地震の影響でここは迂回路を進む。

牛ノ背・馬ノ背



足場は意外と歩きやすい! 平均台の要領で進む。

鐘楼堂

重たい鐘をどうやって持ち運んだのかと不思議!



文殊堂

クサリ坂を登りきると現れる重要文化財のお堂。靴を脱ぎぐるりと一周でき、目の前に広がる絶景に感動するが、手すりもない断崖絶壁の回廊を歩くのは冷や汗もの。

登山の注意点

- ① 一人での登山は不可。
- ② 険しく危険な箇所があり、十分注意する。
- ③ 滑りにくい靴・動きやすい服装で。軍手など手袋などがあると良い。
- ④ 飲み物を用意する。ただし食べ物の持込は禁止。
- ⑤ 両手に荷物を持たないように。リュックサックなどを携行。
- ⑥ 雨天荒天・積雪時は、参拝登山禁止。
- ⑦ 修行道・参拝道で十分な自己管理を。



わらぞうり700円



玉造温泉のことなら、
温泉街入口にある
観光案内所で
聞き込み開始!



温泉街にぎわい再生の火付け役
玉造温泉観光協会の角さんに



玉造温泉はおよそ1300年前
奈良時代に開湯し、出雲風土
記にも記載された歴史ある古
湯。温泉街は温泉宿や日帰り
温泉、足湯など湯めぐりはもち
ろん、ショッピングや体験型の
お店がならぶ。

玉造のアレコレ聞いてみました

Q. 本当に玉造温泉のお湯は美肌になるのか

全国どこの温泉も美肌温泉って言えるんですけど、玉造温泉は全身で化粧水を浴びているような贅沢な湯なんです。僕は毎日玉造温泉の化粧水を使っているんですよ。今44歳だけど若く見られるし肌つるつるでしょう(笑)。温泉街にある「たらい湯」のお湯は無料で持って帰って化粧水として使ってもらえます。持って帰ったお湯は5日で使い切ってくださいね。ちなみに僕が使っているのは「姫ラボ」の化粧水。玉造温泉水約80%入っていて、日持ちするので日常使いにおすすめですよ。



Q. 角さんのお気に入りの場所は

玉作湯神社は大好きな場所。境内には階段でのぼるんですが、足の不自由な方は脇に坂道があるのでそちらがいかもしれませんね。ちなみに神社にあるお守り、願い石・叶い石やお札は地元の障がい者就労支援事業所をお願いしてつくってもらっているんですよ。お守り袋は一つ一つ手作りで、完成度も高いんです。いまでは年間6~7万個作成してもらうようになり、作業所のスタッフさんも活き活きと楽しくされているのを見て、僕も、神社も、皆が嬉しく思っています。



Q. 玉造温泉に人が集まるようになったのはなぜ

若い女性とがとにかく増えました。「美肌温泉」としてクローズアップされたこともあり、最近はSNSの効果が大きいですね。温泉街にSNSにアップしたくなるような看板を作ったんです。温泉の看板って成分や効能とかの情報しかないでしょ。それだけじゃなく「クッス」と笑っちゃうような看板。来てくれた人がインスタやツイッターでたくさん宣伝してくれるのが一番の効果でしたね。



Q. 玉造温泉のバリアフリー化は今後どうなっていくのか

各旅館さんが、車いすまで行けるユニバーサルルームや、部屋に露天風呂を入れたり、身体の不自由な方もつるつるのお部屋が増えてきていますね。特に佳翠苑皆美さんや松乃湯さんなど率先している印象です。温泉街については、多目的トイレが1つだけなのが課題。中心にある公衆トイレが古いので僕としてはここをキレイな多目的トイレに変えたいと思っています。

特集2 + 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。



やの

40代後半に網膜色素変性症を発症し弱視の視覚障がい。2011年から盲導犬ハウルトとともに生活する。旅行先で地酒を味わうのが楽しみ。

特集2 美肌県しまね自慢の温泉地

玉造温泉

美肌県グランプリで島根県は2012年から2015年まで4年連続第1位を獲得しています。今年は6位となるも、『肌の潤い』『マイクロダストに強い』部門では1位!温泉やグルメなど、美肌を育む環境も要因の一つだといえます。特に玉造温泉は潤い効果のある化粧水温泉とも言われる美肌温泉。そんな玉造温泉でうつつや肌を手に入れる秘訣を探っていきます!



トイレ情報



①出雲まがたまの里伝承館1階 (※写真は女子トイレ)



②玉造温泉駅 (オストメイト対応多目的)



③おすそわけ茶屋近くの公衆トイレ (オストメイト対応多目的)

休憩スポット おすそわけ茶屋

玉作湯神社の近くにある無料の休憩所。地元のボランティアさんで運営されており、抹茶と珈琲はおもてなし価格の100円。ここでオススメスポットを聞きながらゆっくり休憩してはいかが。



肌の潤い日本一の温泉水を使った温泉コスメ
姫ラボ

玉造温泉水を配合したスキンケア商品を販売。特に保湿・美肌の洗顔石けん『姫ラボせっけん』が人気で、楽天の洗顔料ランキングで第1位を取る実力派。美肌を目指す方にはおすすめのショップ。

〒 島根県松江市玉湯町玉造46-4
☎ 0852-62-1556 FAX 0852-67-6155
🕒 8:30~21:30 📅 不定休



化粧水を手にかけてみると、最初はとろみを感じましたが、すぐになじんで手がシットリしました!!また、石鹸の泡にも触れましたが、まるでホイップクリームみたいに、もこもこの泡にびっくり!お友だちにも勧めたくなりお土産として買って帰りました。(えみ)

清潔感のある店内で段差もなく、陳列棚も低く手に取りやすい高さで自分で選びやすかったです。テスターもたくさんあり、試してお気に入りを見つけられるのでうれしい♡(かなこ)



<読者プレゼント!>

ミニ石けん&ミニゲルの入った
HimeBag

※応募の詳細は裏表紙をご覧ください

1番人気の洗顔石鹸をお試し!

うわっ!泡がふわふわでくずれない!!
洗っただけなのにしっとりする~!



人気 No.1
姫ラボ せっけん

温泉水のチカラで洗いあがりしっとり。生クリームのようなふわふわの泡立ちが人気の姫ラボせっけん(80g 1,500円)

洗顔後は化粧水と乳液がひとつになったオールインワンゲルで水分と油分を補給!



玉造温泉の温泉水は保湿成分が入っています。その温泉水を使って作った石鹸なので、洗顔後の乾燥をふせいでくれるんです。

温泉水 67% 配合
オールインワンゲル

姫ラボゲル

温泉水のチカラでしっかり浸透! ずっと馴染んでモチモチ肌♪ (100g 2,500円)

オンラインショップで気軽に購入できるので、まずは自宅で、姫コスメの玉造温泉に浸かってみては。



http://www.hime-labo.com/ 姫ラボ 検索

車いすで行ける

Q.玉造温泉街でオススメのスポットはどこですか?

それじゃあ行ってみましょうか!

美肌をつくるには足元から
姫神広場の足湯

温泉街に3か所ある足湯で唯一、屋根付きで段差なくたどり着くことができる足湯。



掘り込みタイプの足湯。手すりがないので私は見学だけ。(かなこ)

川にも足湯がありますが、ここは階段なしで利用できます。タオルが販売してあるので、ふらっと立ち寄れるところがいいですね。足湯に入ると、全身がポカポカ温まりました。(えみ)

無料の化粧水!?
たらい湯

玉造温泉の源泉を気軽に持ち帰ることができる。別途200円でスプレーボトルを購入すれば天然の化粧水が完成!



温泉水だからといって軽くみてはダメ! 肌になじませるとすべすべ・しっとりになります。温泉水の湧いている石のたらいもあまり高い位置にはなく段差もありませんでした。(かなこ)

手につけ湯ができますが、熱めのお湯なのでボトルに入れる時もゆっくりするのいいと思います。スプレーボトルは5日間で使いきれのサイズ感で、これだけでもちょっとしたお土産になります。(えみ)



神社に行くには脇に坂道があり、車でも徒歩でもたどり着くことができます。境内は砂利ではないので車いすでも楽に感じました。(かなこ)

願いを叶えてくれるパワーストーン
玉作湯神社

島根県内でも人気のパワースポット。願いが叶うといわれる『願い石・叶い石』が有名で、願い石にお願いをしたあと、叶い石を願い石に触れさせると願いが成就すると言われてる。

〒 島根県松江市玉湯町玉造522
☎ 0852-62-0006
FAX 0852-62-0006
🕒 参拝は24時間



前にも参拝したことがあり、願いがなかった『叶い石』を持ってきて返納しお返ししてもらうことにしました。願い石はこけの生えた丸い不思議な石で、叶い石を添えて願いをかけます。願いを書いておくと、宮司さんが拝んでくださるそうですよ。(えみ)

車いすに乗ったままでは願い石には手が届かず、お願いごとは代行・代筆ですが、それでも効果ありで、3年前私もお願いを叶えてもらったんですよ~!(かなこ)



美肌県

気象・温泉、食べ物、そろり島根の美肌力。

ご縁も美肌も、しほねから。

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

出雲型勾玉を伝承する唯一の施設 いずもまがたまの里 伝承館

勾玉の体験型施設で、めのう細工職人の指導を受けながら勾玉づくり体験ができるのは、全国でもここだけ。二階には宍道湖を展望できるレストランがあり、地元の食材を贅沢に使った食事が楽しめる。

- 📍 松江市玉湯町湯町1755-1
- ☎ 0852-62-2288
- ☎ 0852-62-2239
- 🕒 1F 8:00~17:30、
2F レストラン 11:00~15:00
- 🏠 年中無休
- 👤 勾玉づくり体験
蠟石…800円、再生琥珀…1,500円
※いずれも材料費・講習費込み
オプション(別途料金)
ネックレスにするための紐…200円



紙やすりでゴシゴシと磨き、指で形状を確認しながらの作業です。磨いているうちに、目指していた形ではなくなってしまいました。2、3度先生のチェックを受けて、やっと合格！私たち視覚に障がいのある者にとっては、触角で徐々に形状が変化していく様子が手に取るように感じられ、大満足でした！（やの）

やすりで削るところはお手伝いしてもらいながら、だんだんツルツルしてきた☆(かなこ)

2F レストラン



広いレストランは団体さんはもちろん、車いすにもやさしい！宍道湖を眺めながらのランチは優雅～♡(かなこ)

気軽にできる美肌湯の温泉卵 おもじろ釜

温泉街から少し離れたところにある、温泉卵専用の釜。源泉が温泉たまごに最適な温度の約70℃に保たれ、たまごとネットを持参すれば無料で本格的な温泉たまごをつくることができる。



釜が少し高いかな。近くに車を停められ、段差はありません。



スロープがありました！

美肌を祈願 清巖寺

境内にある『おしろい地藏さま』は、昔、顔のあざに悩んでいたお坊さんが、このお地藏さまにおしろいを塗って祈願したところ、あざがキレイに治ったことから、信仰されるようになったとか。自分の肌の気になる部分におしろいを塗ってみよう。



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:お一人様につき2,160円(税込)
1回50分貸し切り
タオル・バスタオルあり

※準備に30分程度かかる場合もございます。ご利用の際は来館前にお電話にてお問い合わせください。



貸切露天風呂「木の湯」
スロープ有り、車イスのままお入りいただけます。



1Fバリアフリートイレ
(自動照明、入り口幅102cmのスライドドア)



ロビーにて車イス(1台)を貸し出しております。



松乃湯

〒699-0201
鳥根県松江市玉湯町玉造1215
TEL:0852-62-0611
フリーダイヤル:0120-380-611

地元農家を応援するアンテナショップ 八百万マーケット

2017年にNEWオープン。出雲野菜で作ったジャムや、しじみとトビウオを組み合わせた『神業(かみわざ)おだし』など、出雲地方の特産品がずらりと並ぶ。パッケージデザインもセンスが良くお土産にもおすすめ。

- 📍 松江市玉湯町玉造44-4
- ☎ 0852-67-6650
- 🕒 9:00~18:00 🏠 火曜(不定休)



スロープ用の出入り口は少し狭いかな?と思ったのですが特に問題はなくすんなりと入店できました。陳列棚も低めで欲しかった商品がすぐに見つけられました!(かなこ)



〈美肌に導いてくれそうな商品を読者プレゼント!〉

結び甘酒、するする玄米、もち花茶
※応募の詳細は裏表紙をご覧ください

しじみが殻ごと入ったしじみサイダー。飲み始めは普通かな?と思いきやしじみの身が入ってくると!味は飲んで確かめてみて(笑)店内に入るには2段の段差があり、通路も広くはないですが、どうしても商品が見たく同行者に車いすごと持ち上げてもらい入店。おもしろい商品ばかりで見ただけでも楽しい♡(かなこ)



しじみサイダー (500円)



一度は試したいユニーク商品多数! よけいな世話玉造

独特のセンスが漂うユニークなお土産ショップ。シュールなキャラクターグッズなど、思わずクスッと笑ってしまう商品ばかり。『しじみサイダー』は飲んだ人にしか分からない不思議飲料。

- 📍 松江市玉湯町玉造 1241-6
- ☎ 0852-67-6400
- 🕒 9:00~19:00 🏠 水曜定休

お昼どきは満席で、店内も狭いので、周りのものにぶつからないように気をつけてください。海鮮丼のボリュームにはびっくり!!一緒に頼んだシジミ汁も汁が出ていて美味しかったです。(えみ)



豪華すぎる丼は間違いなし 若竹寿し

ランチタイムには行列ができる人気店。一番人気は海鮮丼で、店主の独自ルートで仕入れた超新鮮な地モノのネタが溢れるほど盛り付けられ、贅沢のひとつ。さらにワンランク上の『プレミアム海鮮丼』もある。

- 📍 松江市玉湯町玉造83-6
- ☎ 0852-62-0831
- 🕒 (昼) 11:00~14:00 / (夜) 17:30~21:30
- 🏠 不定休



入口に段差が一段あり。テーブル席を利用しましたが、カウンター席も低かったので車イスでも座れそうでした。ただ店内・通路共に狭く入口側の席が空くまで外で待ちました。海鮮丼はネタが大きくブリッパリでしかもリーズナブル! 待った甲斐アリのおいしさでした!(かなこ)



並海鮮丼 (1,500円+税)

鉄道

JR倉吉駅

駅入口から2階の改札口まではエレベーター、上り下りのエスカレーターがあり段差なく移動可能。改札口からホームまではエレベーターを利用し段差なく移動可能。駅構内(改札外)の1階、2階にそれぞれ車いす対応トイレ1ヶ所あり。

■お問い合わせ：0858-26-1360

JR松江駅

駅入口から改札口までは北口、南口ともに段差なし。改札口は幅160cmでも通過可能な広い入口がある。改札口からホームまではエレベーターを利用し段差なく移動可能。改札口の外に車いす対応(オストメイト対応)トイレあり。

■お問い合わせ：0852-21-3219

JR玉造温泉駅

地上駅。身障者用駐車場、オストメイト対応多目的トイレ、点字ブロックあり。入口からホームへ行くには地下道の階段を通る必要がある。車いすを利用されている方は、事前にJR松江駅に連絡をすると階段昇降機を用意してもらえる。

■お問い合わせ：0852-21-3219 (JR松江駅) / 0852-62-0210 (JR玉造温泉駅)

飛行機

鳥取砂丘コナン空港

障がい者用駐車場が9台。入口から搭乗口まで段差なし。1Fロビーから2Fロビーまではエレベーターで移動可能。オストメイト対応トイレは1F到着ロビーに1ヶ所、2F搭乗待合室に1ヶ所の計2ヶ所。点字ブロック、トイレ入口に触知案内板設置あり。階段手すり、点字シール設置あり。

■お問い合わせ：
鳥取空港ビル株式会社
TEL:0857-28-1402

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き、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。車いすの貸し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：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

三朝温泉
けい せん かく
渓泉閣
〒682-0122
鳥取県東伯郡三朝町山田180番地
TEL 0858-43-0828
<http://www.keisenkaku.com>

館内に車いすトイレのある宿泊施設

| | | | | | |
|-----|----------------|---------------|-----|--------------|---------------|
| 倉吉市 | 倉吉シティホテル | ☎0858-26-6111 | 松江市 | 松江エクセルホテル東急 | ☎0852-27-0109 |
| 松江市 | 松江ニューアーバンホテル別館 | ☎0852-23-0003 | 松江市 | 松乃湯 | ☎0852-62-0611 |
| 松江市 | ホテル一畑 | ☎0852-22-0188 | 松江市 | 玉造グランドホテル長生閣 | ☎0852-62-0711 |

バリアフリールーム(車いす対応トイレ付客室)のある宿泊施設

| | | | | | |
|-----|-----------|---------------|-----|---------------|---------------|
| 三朝町 | 渓泉閣(三朝温泉) | ☎0858-43-0828 | 三朝町 | 依山楼岩崎(三朝温泉) | ☎0858-43-0111 |
| 松江市 | ホテル玉泉 | ☎0852-62-0021 | 松江市 | 松江しんじ湖温泉なにわー水 | ☎0852-21-4132 |
| 松江市 | 佳翠苑皆美 | ☎0852-62-0331 | 松江市 | 皆美館 | ☎0852-21-5131 |
| 松江市 | すいてんかく | ☎0852-21-4910 | | | |

世界屈指のラドンの湯 三朝温泉

自然に湧き出した、絶景のラドン・シオンに位置する三朝温泉。表情多彩な観光名所が三朝温泉周辺には点在しています。四季折々に楽しめる場所が満載です。

■温泉・お宿についてのご相談はこちらから / 〒682-0123 鳥取県東伯郡三朝町三朝
TEL: 0858-43-0431 / FAX: 0858-43-0430 三朝温泉観光協会 検索



ふれあい広場乗船場にスロープ車いす対応トイレ完備。船頭は定期的にバリアフリー研修を受講!

ぐるっと松江堀川めぐり

| | | |
|----|--------|---------|
| 料金 | 個人 | 障がいのある方 |
| 大人 | 1,230円 | 610円 |
| 小人 | 610円 | 300円 |

※団体20名以上…大人1,020円、小人510円
遊覧時間約50分

☎0852-27-0417
<http://www.matsue-horikawameguri.jp/>

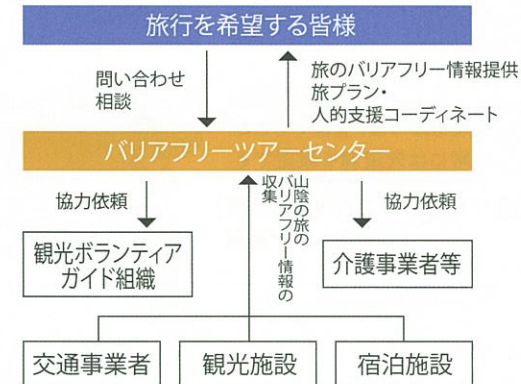
松江/山陰バリアフリーツアーセンター

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) | 仙台バリアフリーツアーセンター | ☎022-726-7503 | 愛知 | チケット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 | ☎070-5675-4483 | 鹿児島 | かごしまバリアフリー相談センター(eワーカーズ鹿児島) | ☎0995-73-3678 |
| 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 | 沖縄 | 沖縄バリアフリーツアーセンター | ☎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

白狼伝説と湯治の湯 三朝温泉



三朝温泉は鳥取県中部・中国山地の山間部三徳川沿いにある開湯850年のラジウム温泉である。この温泉の発見には、三徳山三徳寺にまつわる逸話がある。鎌倉時代の事、源氏再興と三徳山三徳寺に祈願のうちに白狼に出会ったが、殺さず見逃してやったらしい。その日の夜、武士の夢枕に白狼が現れ、助けくれたお礼にと『株の根から源泉が湧く』と知らされた。源泉は病に効くと伝わり今でも『株湯』という公衆浴場として残っている。事実かどうかは確かではないが動物愛護から生まれた温泉ということになる。「白狼の恩返し」である。

「三朝温泉」の三朝とは、三度朝を迎えると身体が元気になるという事から来ていると言う。また、温泉療法を実施する医療機関が複数あり、温泉は泉質に応じて温泉プール療法、飲泉療法、鉱泥療法など様々な治療に用いられている事からもただの温泉ではない。さすがは、ラジウムおよびラジウムがアルファ崩壊したラドンが含まれた、世界でも有数の放射能泉だ。

浸かってよし、飲んでよし、吸ってよし。心と身体を癒してくれる、三朝の湯。温床暖房を持った長期滞在者向けの旅館や自炊宿も見られ、『観光』と『療養』という両極性がこの温泉の特徴である。時間があれば、一週間位ゆったりと静養に滞在したいものだ。身体の芯から健康になる事、間違いなさそうだ。



白狼の恩返し銅像

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ドまつえ」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

690-8790

お手数ですが62円切手をお貼り下さい

〈受取人〉
松江市北堀町35-14
NPO法人プロジェクトゆうあい 行

●**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申し上げます。

●**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。

旅行者体験談・てくてく日和の感想

- 秋の三瓶山「山の駅」のシナモントーストが食べたい。大森間歩がバリアフリーに嬉しいで〜。尾道文学の小径をてくてくのんびり千光寺までゆき、海をみたいです。ワクワクしていい紹介でした。(島根県/K・Sさん)
- 車いすを使う人を最近よく見かけるようになりました。実際道がでこぼこ段差が少しあったり、視覚・聴覚も十分に安心できる環境ではありませんが、外出はいいことですね。(愛媛県/てくてくでさん)
- このように、バリアフリーの情報を体験形式で紹介しているものがあれば役立つと思う。(兵庫県/Nさん)

てくてく日和に寄付をいただきありがとうございます。

越智 敏雄様 大友 幸枝様 村田 利幸様 團 憲一様
曾田 圭子様 (他2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。

←アンケートハガキについてのご連絡)このところ、応援寄付を装ったなりすまし被害が多発しております。大変恐れ入りますが、寄付のご意志、プレゼント応募を送りの際は62円切手を貼り、投稿願います。

次号(2018春)予告

てくてく日和 山陰

特集
不味公200年祭
茶人も愛した和菓子

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
島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
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
0120-837-014
さひめの泉 検索
http://www.sahime.jp

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
さひめの泉



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。

まいにち、みんなに、「ちょうどいい」。
車いす仕様車 **FREED+**
ハイブリッド車も新たにラインアップ

Honda Cars 島根東 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!

オフィスでの身近な応援団!
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 ミツク
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

誰もが安らげる **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
なにわー水
TEL (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、とっても優雅な気分♪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っても使いやすそう!(かなご/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)



義肢・装具・人工乳房・医療用具

世界遺産 石見銀山

N 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 鳥取県大田市大森町ハ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

PRESENT プレゼント



姫ラポのHime Bag (ミニ石けん&ミニゲル) & 八百万マーケット (結び甘酒、するする玄米、もち花茶)

A賞

玉造温泉のお土産セット・・・1名様

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)

応募バ切

2018年 3月12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。なお、応募はお一人一枚有効、重複の応募は無効となります。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 村松 良介
今泉 未希 石原 由貴
塩毛 絵里 矢野 健
北尾 可奈子 碧山 里絵
渡部 栄子 飯田 悠太

イラスト

石原 由貴

編集後記

今回は温泉特集で、2つの温泉地を歩きました。それぞれの個性が異なる温泉地でお湯比べもおおすすめです。三徳山投入堂は自然のロッククライミング状態でかなりハード。そこで初めて出会った方とも会話を交わしたり、一緒に記念写真を撮って感動を共有したり、そういうご縁もいいものでした。(今泉)

てくてく日和21号(2018年冬)アンケートのお願い

ご応募いただいた方から抽選で1名様に玉造温泉のお土産、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、山陰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)
昭和レトロな湯まち三朝温泉 美肌県しまねの自慢の温泉地
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。

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 www.project-ui.com/

