

てくてく日和 山陰



第31号
2020夏

¥0
TAKE FREE

特集1

日本海を満喫! 山陰の海で遊ぼう

特集2 旅先でくつろぎを 島根のお宿 -第二弾-

盲導犬ハダ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

プロジェクト
ゆうあい

松江/山陰バリアフリーツアーセンター

インストラクターさんにフォローしてもらいながら、自分の力でカヤックを漕ぐのってこんなに楽しいんだ！



家族や友人と泳ぎにいたり、ワンランク上の水遊びのアクティビティ、海岸でバーベキューを楽しんだり、人気のない時間帯に海を眺めゆっくりくつろいだりと、様々な海の楽しみ方を紹介します。



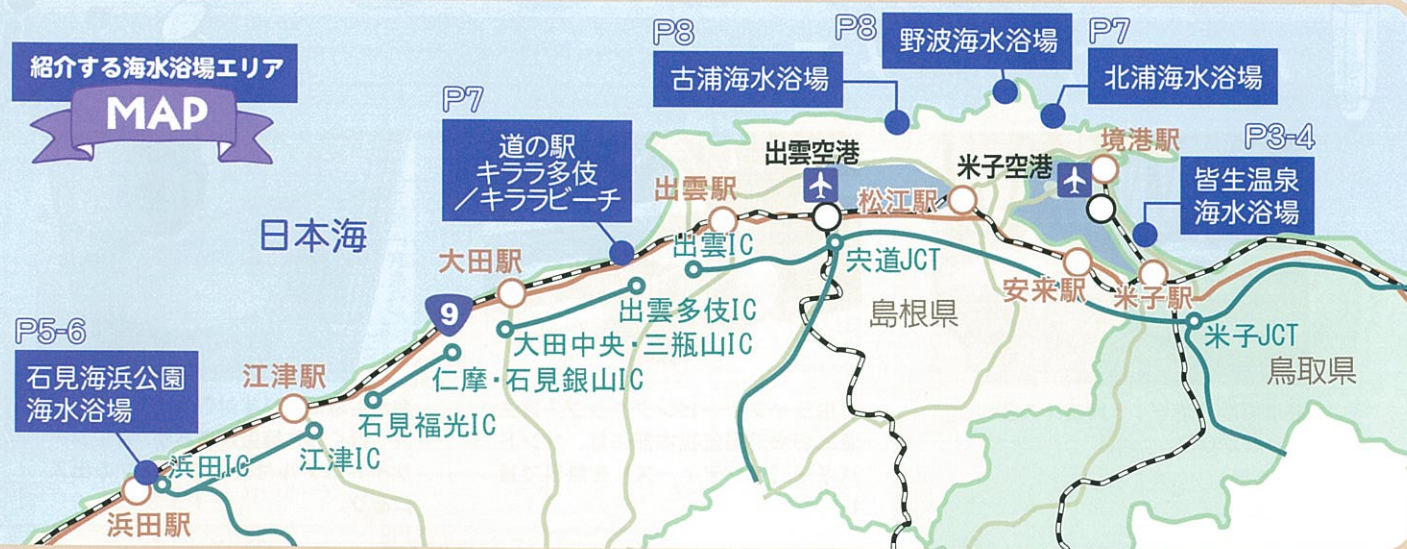
見えない景色を表現してもらえ、ジェットスキーのスピードと風を感じて、とても気持ちがいい！



サンドバギーに乗り換えて、波打ち際をお散歩。心地よい波の音を聞きながら、リゾート気分！

紹介する海水浴場エリア

MAP



特集1
日本海を満喫！

山陰の海で遊ぼう



夏といえば海！
日本海に面した山陰地方は、透き通った水がキレイな海水浴場がたくさんあります。中にはサンドバギーの貸出がある海水浴場もあり、車いすユーザーも気兼ねなく海の自然に触れることができます。

今号のレポーター紹介



かなこ

脳卒中の後遺症により右半身にマヒがあり車いすで生活している。旅先のご当地ソフトクリームを食べることが楽しみ♡
自走式車いす幅59cm。



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。



まさのり

PC知識が豊富。右半身マヒ、簡易電動車いす幅64cm。

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、掲載施設の休業等は状況により変わる場合があります。詳しくは施設の公式ホームページをご確認ください。

車いすユーザーにおすすめ

島根県立 浜田 石見海浜公園

予約センター



予約センターでサンドバギーを借りる。

島根県立石見海浜公園予約センター

〒島根県浜田市国分町1644-1
☎ 0855-28-2231



駐車場から浜辺までの道は、ゆるやかな長いスロープで段差なく進むことができる。



砂浜の上はサンドバギーが活躍！タイヤが埋もれることなく走行。

サンドバギーを動かすには、複数人の同行者のサポートがあるとスムーズ。



オートキャンプ場

姉ヶ浜海水浴場がすぐそばにある、オートキャンプ場。テント横に車を乗り入れられるので、荷物の積み下ろしも楽々。持込テントサイトと常設テントサイトがあり、キャンプ初心者にも安心。



西トイレ・シャワー棟



オートキャンプ場なので、テントまで車で入場でき楽ちん。トイレ棟が2つあり、西側トイレにはきれいな車いす対応トイレとシャワー室がありました。シャワー室は広めの車いす対応で、手すりも多く、2つのシャワーチェアと腰掛スペースもあり！誰にでも使いやすいようなシャワー室でした。（かなこ）

石見海浜公園・姉ヶ浜海水浴場

白い砂浜と青く澄んだ海のコントラストが美しく、環境省の「快水浴場百選」にも選ばれた。姉ヶ浜海水浴場と波子（はし）海水浴場の2カ所があり、キャンプ場が隣接する姉ヶ浜海水浴場はユニバーサルビーチ。大パノラマな見晴らしでリゾート気分を楽しもう！

姉ヶ浜海水浴場



足に水がかかりそう！波打ち際で水遊び、楽しいっ♪



駐車場から海まで、長く傾斜のゆるやかなスロープがあります。段差の各所にスロープがありバリアフリーな公園。サンドバギーを借りることができるので、かなり海に近づけます！それでも砂の上でバギーを押すのは重く感じるそうなので、2～3人のサポートがあると安心です！波打ち際で遊んで、海を眺めてリフレッシュできた～！（かなこ）

マリンスポーツ体験

ライフセーバーの「浜田の海で生活する会」が行う、ジェットスキーやバナナボートなどの爽快なマリンスポーツに挑戦しよう！

🕒 9:00～17:00（参加申込みは16:30で終了）
姉ヶ浜海水浴場の監視本部テントにて受付
※予約不要（期間外は要予約）
【ジェットスキー】所要時間：10分
参加定員：1人（座位保持にサポートが必要な方は要相談）対象年齢：6歳以上
📌 【ジェットスキー】一人2,500円

ジェットスキーにチャレンジ



※写真は瀬戸ヶ島海水浴場



インストラクターさんが操縦し、後ろにつかまって体験します。障がいに応じてスピードを調整してもらえます！

●夏季は石見海浜公園・姉ヶ浜海水浴場にて体験。他期間は瀬戸ヶ島海水浴場で行う。いずれも浜までに段差なく、サンドバギー用意可能。



バリアフリーメモ



駐車場から海水浴場までは約500mの移動あり。（スロープあり）



石見海浜公園予約センターで、サンドバギーを無料で貸し出ししている（1台）。



海水浴場・オートキャンプ場等に車いす対応トイレあり。

- 身障者用駐車場あり（予約センター）
- 車いす対応多目的トイレ複数あり（一部オストメイト対応あり）
- 貸出用車いす1台
- オートキャンプ場に車いす対応シャワーあり（シャワーチェア2台完備）
- 筆談ボードあり

車いすユーザーにおすすめ



駐車場から浜へ行くまでに擁壁があり、4段の階段。

※



インストラクターの方に抱えてもらい、一度擁壁に腰かけると安全に越えることができる。

海に行く道中は、階段の擁壁や砂浜など車いすでは困難に思いましたが、インストラクター 2 人体制のサポートと、砂浜用の車いすサンドバギー（ランディーズ）を用意してくださり、負担なく海辺にたどりつけました。カヤックへ移乗するときも快く手助けしてもらえます。海水浴場にはちょっと古めですが、広めの身障者用トイレがありました。（まさのり）

皆生温泉海水浴場

住 鳥取県米子市皆生温泉3
☎ 0859-34-2888（皆生温泉旅館組合）

皆生温泉海水浴場

皆生温泉海水浴場



皆生温泉 海水浴場



// サンドバギー（ランディーズ）を用意してもらい、砂浜の上もラクラク進む！ //



右手にマヒがある僕も、自力でこげたぞ！

潮風の足湯

海水浴場駐車場近くある、公共の無料で利用できる足湯。スロープのアプローチがあり、車いすの方も利用しやすい。（利用時間：10時～21時）



皆生温泉街のすぐ目の前に広がる、環境省の「日本の海水浴場88選」に選ばれるほど良好な水質を誇る海水浴場。海水浴を心ゆくまで楽しんだあとは、皆生自慢の温泉で疲れを癒してはいかが？



サポートしてもらい砂浜の上でカヤックに乗り込む。



まずはこぎ方の講習を受けて、海に出る準備。



インストラクターさんと、二人乗りのカヤックで出発！

シーカヤックにチャレンジ

穏やかな波の海上散歩は気持ちいい♪



大満足！

皆生レクリエーショナルカヌー協会

日本カヌー協会公認のカヌースクール。経験豊富な指導員のもと、シーカヤックなどのアクティビティーで皆生の海を楽しめる。初心者向けのカヤック体験半日コースと、気軽に体験できる1時間レンタルコースがある。

- 住 米子市皆生温泉3-1-1（皆生温泉旅館組合内）
- ☎ 0859-34-2888
- 予約・お問い合わせ：090-2007-1807
- 住 予約締切：半日コース：前日の17:00、1日コース：3日前の17:00
- 住 なし ※4月～10月開催（予約制）
- 住 カヤック体験半日コース 大人：¥6,000（モンベル会員¥500引き、パドル操作できる小学生：¥4,000、パドル操作できない子供：¥2,000）
- 住 インストラクター2名が必要時に介助可能。手話のできるインストラクター在籍。



バリアフリーメモ



駐車場は9時～15時までの受付。1台800円。



皆生ライフセービングクラブ・皆生温泉海水浴場監視本部には、サンドバギー（ランディーズ）を無料で貸し出ししている。



海水浴場に車いす対応トイレあり。浜へ行くのに擁壁があるが、皆生シーサイドホテル付近にスロープの出入口あり。

車いすトイレあり！

島根半島の穴場ビーチ

松江市

島根町
野波

小波海水浴場とミゲ崎を挟んで南隣にある海水浴場。遠浅のビーチで海水の透明度も高い。消波ブロックのおかげで波も穏やかで、家族向けのビーチ。



身障者用駐車場一台あり。海岸までタイルで舗装された歩道。



階段部分にスロープがあり、砂浜まで車いすのまま進める。

身障者用スペースのある広い駐車場です。海までの歩道は、かわいらしいタイル張りに整備されています。浜辺へ行くのにスロープもあり、近づいて海を感じる事ができました。車いす対応トイレ完備なので、海を眺めながら友人とバーベキューも楽しめそう！（かなこ）

スロープの先。ここからは足元は砂浜。きれいな海を眺めることができる。



シャワー・トイレ入口にスロープあり。



車いす対応多目的トイレ1カ所。

車いすの方はこちら



駐車場出入口手前に舗装された脇道を発見！



脇道の先は舗装され、段差なく海に近づくことのできる大迫力スポット。

松江市

美保関町
北浦

奈倉鼻（なぐらばな）という陸繋島で東浜と西浜に分けられた少し変わったビーチ。東西どちらも遠浅だが波の雰囲気が違うといい、泳ぎ比べも楽しそう。



東浜は道路に沿って海が広がる。

透き通った海水のとてもきれいな海で、美しい景色を満喫。男女別の車いす対応トイレもありました。道路から海までの距離が近く、舗装された道をのんびりとお散歩ができ、とても気持ちがよかった！（かなこ）

車いす対応トイレ男女に各1カ所



車いす対応トイレ（女子）



車いす対応トイレ（男子）



西浜は整備された道沿いにあり、擁壁の低い場所がある。

松江市

鹿島町
古浦

石州瓦の家並みと緑の山々に囲まれた、恵曇港のそばにある海水浴場。のどかな景色とともに海を満喫でき、シーズン中は海水浴やマリンスポーツでにぎわう。



駐車場から海岸へ続く道の先は、砂の斜面で車いすでは海へたどり着けない。



身障者用駐車場3台。



車いす対応トイレ2カ所。

車いす対応トイレが2カ所あり安心。海までは砂が山状になっていてタイヤが埋まり進むことができません。でも間近で海が見えるスポットを発見！フラットな道で砂に邪魔されず海に近づくことができます。私が行った日は大荒れで波がかなりそうなので大迫力！スリルを味わいたい方はぜひ行ってみて☆（かなこ）

出雲市

多伎町
キララビーチ

道の駅キララ多伎に隣接するビーチ。一年を通じて美しい夕日を楽しめたり、運が良ければイルカに出会えるかも。コバルトブルーの美しい海で海水浴ができると人気。

海水浴シーズンはスロープにある砂が撤去され、車いすも通りやすくなる



KIRARA モニュメントで記念写真。



道の駅から砂浜へ続くスロープ（5月時点）。

「KIRARA」のモニュメントがあり写真映えできちゃいます！モニュメント近くに海水浴場へ続くスロープがありますが、取材時には砂があり通れませんでした。急こう配のスロープですが、夏には路面が見えるまで整備され車いすも通行できるそうです。近くにある道の駅に多目的トイレも展望スペースもあるので、海水浴だけではなく、のんびり海を眺めに行くのもおすすめ☆（かなこ）



スロープの先の様子。



道の駅キララ多伎の多目的トイレ。



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(中学生)	1,500円	800円
小人(小学生)	800円	400円

※団体20名以上…大人1,300円、小人700円
遊覧時間約50分

堀川遊覧船
管理事務所 ☎0852-27-0417
http://www.matsue-horikawameguri.jp/

Therapy Space Nagashima

セラピースペース永島

脳梗塞、脳性麻痺などによる動きにくさ。関節のトラブル、肩や膝などの痛みなどに個別リハビリを提供します。20年以上の豊かな臨床経験で培った知識と技術でよりよい生活、笑顔のある豊かな生活を目指してお手伝いをさせていただきます。

作業療法士 永島和広

島根県安来市安来町1622-2
☎090-7548-8677 お気軽にご相談ください!
セラピースペースながしま 検索

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

【本社】/
〒694-0305
島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
ISO 9001 (品質) 14001 (環境) 認証取得

出雲のコテージ&キャンプ場
夢の森うさぎ

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!

管理棟には車いす対応
トイレ完備です!

【令和2年の宿泊受付期間】
3月13日(金)～
11月14日(土)まで

〒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

東出雲観光が家族でお気軽に使える貸切バスを提供

- ご人数が7名以上お集まりで近いところであれば、貸切バス代はお一人様1,000円からご利用いただけます(7月中期間限定)。普段はご家族単位でご利用いただくのは費用的に難しいかもしれませんが、ご家族や少人数の仲間内でも貸切バスを使っただけのまたとない機会です。
- 貸切バスを初めてご利用いただく方にはどうやって予約するのか分からないこともあるかもしれませんが、丁寧にご説明しますのでまずはお気軽にご相談ください。お勧めの施設や飲食店なども提案させていただきます。
- ご利用いただいたお客様には、立ち寄り先や飲食店でご利用頂けるお得なクーポンもセットで販売したいと考えています。

お気軽にお問い合わせください

有限会社いやタクシー・東出雲観光バス 担当:宇田川、足立 ☎0852-52-2081

これからの旅行はお得がいっぱい!

新型コロナウイルスの影響で、旅行を控えておられた方は多いと思いますが、夏以降、旅行を助成する様々な制度が動きださそうです。感染症には気を付けながら、これらの制度を利用してお得に旅行を楽しみましょう!

Go To Travel キャンペーン(国)



- 「Go To Travel キャンペーン」は、旅行会社や旅行予約サイト等を通じてキャンペーン期間内に旅行予約をした場合、その代金の2分の1に相当する金額が支援されます。
- 支援額の上限は、1泊1人あたり最大2万円分、日帰りは最大1万円分が予定されています。
- 支援額の7割は旅行代金の割引、残りの3割は旅行先での飲食や観光施設、地域産のお土産を購入する場合に使える「地域共通クーポン」として付与されます。
- キャンペーンの対象となるのは旅行代理店や旅行予約サイト等を通じて予約するパッケージツアー(日帰り含む)など、宿泊と交通機関がセットになった旅行商品です。
- 個人で交通機関・宿泊を個別手配する場合、宿泊料金は対象になりますが、交通機関は割引の対象にはなりません。
- キャンペーンの利用回数に制限はなく、旅行先での連泊日数にも上限はありません(キャンペーン期間内の宿泊に限る)。
- サービスの開始時期は、8月以降の予定。

しまねプレミアム 飲食券・宿泊券(島根県)



- 一定の金額を上乗せした「しまねプレミアム飲食券・宿泊券」を事前に購入していただくことで、お得に島根県内の飲食店、宿泊施設を利用することができます。
- 販売期間は7月1日～(予定)、WEB、電話、はがきで受け付けます(先着順)。
- 利用期間は7月10日～11月30日(宿泊は12月1日のチェックアウト分まで有効)。
- 商品券は住所へお届けし、現金と引き換えになります。
- 登録店・施設での利用可となります(現在旅館やホテル、飲食店の登録を順次しております)。
- 島根県在住の方で、原則購入者本人のみ県内での利用が可能。
- 釣り銭はできません。
- 国のGoToキャンペーンとの併用は不可。



	しまねプレミアム 飲食券	しまねプレミアム 宿泊券
申込締め切り	2020年7月31日	2020年9月30日
内容	1千円×6枚つづりを4千円で販売 1人5セットまで	5千円の宿泊券を3千円で販売 1世帯(住所)20枚まで
発行枚数	50万セット	9万枚
対象(登録店、施設)	県内に本社のある県内飲食施設	県内に本社のある県内宿泊施設 1泊2食付きプランに使用可(連泊可)



江津 車いすで楽しむ おすすめ観光スポット

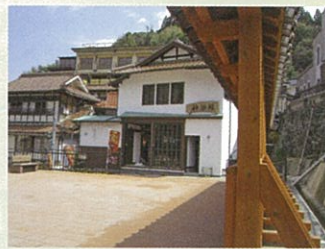
有福温泉 1300年以上の歴史を持つレトロな
町並みの温泉街。



温泉街駐車場。写真右の新設された駐車場は温泉街の坂の途中にあるので、車いすの方におすすめ。



町並みは坂道だが整備されており、サポートがあれば上部まで上がる事ができる。



町並みは坂道だが整備されており、サポートがあれば上部まで上がる事ができる。

3つの外湯 ※外湯はいずれも浴場まで段差あり



御前湯

レトロな外壁が特徴で
一番人気の外湯。



さつき湯

木造で家庭的。木の香りが漂う。



やよい湯

地域の人が愛するちょっと
ぬるめの湯。



車で約30分



ドライブの休憩に

サンピコごうつ

おみやげ物が充実している道の駅。
名物の「赤天」はいちおし。



瓦ぬご縁

温泉街にあるご縁祈願ができる縁
結びスポット。石州ミニ瓦に願い事
を書いてみては。



特集2 旅先でくつろぎを 島根のお宿 -第二弾- 島根西部エリア

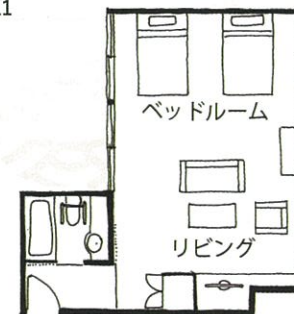
旅の疲れを癒し、多くの人が快適に過
ごせるようにと、バリアフリーの配慮が
ある宿を厳選してご紹介していきます。
第二弾は島根県西部 江津・益田の、
車いすで負担少なく泊まれる宿を紹介
します。

江津で泊まるなら

有福温泉 旅館ぬしや

創業250余年を誇る「ぬしや」は、美人の湯
と名高い温泉と、旬の食材をふんだんに使っ
た和食が自慢。古民家と古い酒蔵を移築した
空間は、木のぬくもりで心地よい時を過ごせる。

住 島根県江津市有福温泉町955番地
☎ 0855-56-2121
(受付時間10:00~18:00)
FAX 0855-56-2011



共用の車いす対応多目的トイレ

洋室「山彦」



部屋のお風呂はユニットタイプ。
トイレは簡易手すり



簡易手すりを下げた状態

入口までスロープの坂道。客室へはエレベーター
があり、移動には問題ありません。「山彦」の部
屋はバリアフリー仕様ですが、部屋のトイレ・風
呂はユニットバスなので、おすすめは貸切風呂。
2種類の貸切風呂の内、石の風呂は段差なく、
浴槽に手すりがあるので、安心してゆっくり有福
温泉の湯に浸かることができそうです。(さとる)

貸切風呂「石」

※宿泊者は無料で利用できる //



離れにある貸切風呂は段差なく入場できる



入口段差なし



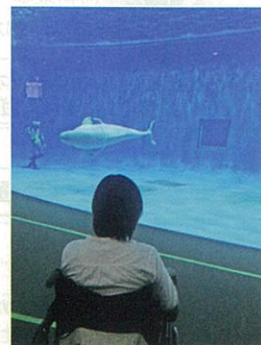
バリアフリーポイント

- 身障者用駐車場1台 (駐車場か
ら建物までにスロープあり)
- 多目的トイレ1カ所
- バリアフリー対応客室1室
(簡易手すり付き洋式トイレ)
- 貸出用車いす2台
- エレベーターあり
- シャワーチェア貸切風呂に1台

浜田～津和野 車いすで楽しむ おすすめ観光スポット

浜田

島根県立しまね海洋館アクアス



車いす専用席あり！

シロイルカの水中パフォーマンスを観ることができる水族館。館内はバリアフリーで、車いすでもゆっくり観覧できる。

車で
約1時間

アクアスはっしー広場、道の駅ゆうひパーク浜田、益田駅前ビル EAGA などの会場はバリアフリーで観覧可能！



石見神楽

日本神話を題材に、豪華絢爛な衣裳と表情豊かな面を身につけて舞う石見地方に古くから伝わる伝統芸能。



石見の神楽めし

石見の魚「えびす井」、肉「オロチ井」、特産「大黒めし」、名産・石州瓦で焼く「瓦ぬこ縁」。石見の良質な食材をふんだんに使ったメニューを「神楽めし」と呼ぶ。各々の店舗でオリジナルのメニューを提供しているので、お気に入りを見つけてみては。



荒磯温泉荒磯館のえびす井 1,600 円 (+ 税)

益田

島根県芸術文化センター グラントワ



全国でも珍しい、美術館と劇場が一体となった、石州瓦の大きな屋根が美しい建物。多様で質の高い芸術文化を観賞できる。

車で約45分



津和野

殿町通り

山陰の小京都と呼ばれる津和野。「殿町通り」には、歴史を感じる城下町のたたずまいが今も残っている。

旅先でくつろぎを 島根のお宿

島根県全域

東部エリア

西部エリア

島根西部エリア

益田で泊まるなら

荒磯温泉荒磯館

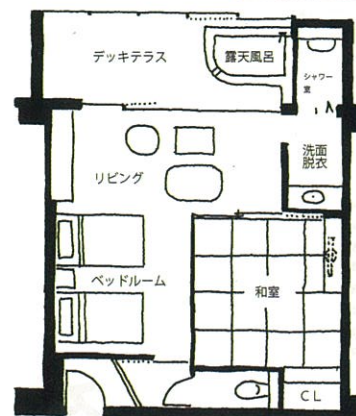
雄大な日本海の荒波が打ち付ける海岸に建てられた荒磯館。料理長自らが仕入れた海の幸を使った絶品料理、大海原を間近に見ながらつかる温泉、全室オーシャンビューの客室など、五感の全てで「日本海」を堪能できる。

島根県益田市西平原町1019-1
0856-27-0811 FAX 0856-27-1037
不定休



バリアフリー仕様の貸切風呂は露天風呂もついていて、目の前が日本海という最高のロケーション。和洋室は、車いす用のトイレではないものの、露天風呂付の部屋なので移動が少なく、くつろぐことができそう。(さとる)

露天風呂付和洋室



館内エレベーターあり

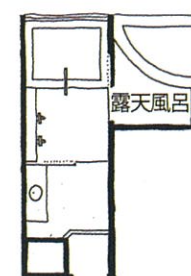
貸切風呂



シャワーチェアあり



新館の共用車いす対応トイレ



レストラン



バリアフリーポイント

- 一般駐車場あり(車いす利用者などは、入口近くに駐車可能)
- 車いす対応トイレ1カ所
- 貸出用車いす1台
- 大浴場での介護入浴可能
- 要相談にて、アレルギー配慮・高齢者用の料理へ対応可能

鉄道

JR米子駅

入口自動ドア。点字ブロックあり。駅入口から改札口まで段差なし。改札口からホームまではエレベーターがあり段差なく移動可能。車いす対応（オストメイト対応）トイレが改札内、改札外ともに1カ所ずつあり。

JR伯耆大山駅

入口手動ドア。点字ブロックあり。駅入口からホームまで段差なし。列車乗降時に使用するケアスロープあり。跨線橋移動用の昇降機あり。

JR浜田駅

点字ブロック、音声案内あり。浜田駅は扉のない橋上駅で、ホーム階から2階改札口まで階段（35段）があるが2階の改札口、自由通路それぞれに車いす対応エレベーターあり。浜田市整備により駅舎の西側に車いす対応トイレあり。駅事務室内に貸出用車いすあり。

JR西日本お客さまセンター 助助のご依頼 おからだの不自由なお客様のサポートダイヤル: ☎0570-00-8989(有料) 受付時間 8時から20時 年中無休

飛行機

米子鬼太郎空港

身障者用駐車場が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。航空会社カウンターにて館内で利用できる車いすの貸出10台あり。

■お問い合わせ: 米子空港ビル株式会社
TEL:0859-45-6123

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カ所、2階国内線出発ロビーに1カ所、2階国内線搭乗待合室に1カ所の計3カ所。車いすの貸出しは、飛行機を利用される方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: [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
[FDA コールセンター] TEL:0570-55-0489 / 7:00~20:00・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

館内に車いすトイレのある宿泊施設

米子市	海色・湯の宿 松月	☎0859-31-1100	米子市	皆生グランドホテル 天水	☎0859-33-3531
米子市	スーパーホテル米子駅前	☎0859-32-9000	米子市	いこい亭 菊萬	☎0859-38-3300
米子市	ANAクラウンプラザホテル米子	☎0859-36-1111	浜田市	国民宿舎 千畳苑	☎0855-28-1255

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

米子市	東光園	☎0859-34-1111	米子市	皆生 游月	☎0859-31-0080
米子市	ホテルウェルネスほうき路	☎0859-23-2880	米子市	ベイサイドスクエア皆生ホテル	☎0859-35-0001
米子市	東横INN 米子駅前	☎0859-36-1045	米子市	おーゆ・ホテル	☎0859-31-3333



松江 / 山陰バリアフリーツアーセンター

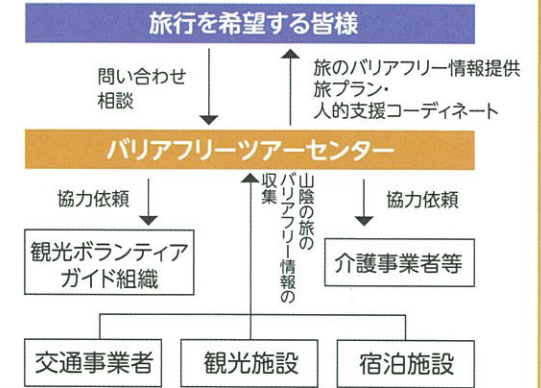
各地の観光ボランティアガイド組織や、宿泊施設、交通事業者等と連絡をとりながら、それぞれのサポートサービスをつなぎあわせます。旅行する際に訪れるといいスポットのアドバイス、旅行日程、行程のアドバイス、宿や飲食施設のご紹介を行っています。ご相談、介助のコーディネート費用は、無料となっています。ぜひ、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ(PCエコステーションゆうあい内)

《平日》受付時間: 9:00~18:00 電話: 0852-61-0199

FAX: 0852-27-7447

E-mail: info@tekuteku-sanin.com



全国のバリアフリー観光相談センター

障がい者の旅行を、観光地の側で受け入れ支援する取り組みが広がっています。下記の団体では、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	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	☎0852-61-0199
仙台(宮城)	仙台バリアフリーツアーセンター	☎022-726-7503	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 (水~金(祝日は除く) / 10時~16時)
秋田	秋田バリアフリーツアーセンター	☎018-838-4188	名古屋(愛知)	チクトラバベルセンター ハートTOハート	☎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
山形	山形バリアフリー観光ツアーセンター	☎0238-20-6125	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
福島	ふくしまバリアフリーツアーセンター	☎024-531-7382	奈良	奈良バリアフリー観光ツアーセンター	☎0742-62-0151	佐賀	佐賀嬉野バリアフリーツアーセンター	☎0954-42-5126
東京・関東	高齢者・障がい者の旅をサポートする会	☎070-5081-7404	兵庫	しゃらく	☎078-735-0163	鹿児島	eワーカース鹿児島	☎0995-73-3669
神奈川	湘南バリアフリーツアーセンター	☎0467-67-5372	鳥取	トラベルフレンズとっとり	☎070-5675-4483	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/



全国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



盲導犬ハダルと矢野のてくてく日記

「島根半島四十二浦巡り」で新たな発見を!



出雲の神様「ヤツカミツオミツヌノミコト」の国引きによって誕生したとされる「島根半島」。神様が突き立てられた鋤先がガタガタだったのか特に半島の北、松江市の美保関町から島根町、鹿島町に至るまでの海岸線は荒々しく、「鼻」という名が付く突出した地名が多数見受けられ、断崖や切り立った岩場が海岸線を形成する日本海独特の入り組んだ地形が、自然の驚異、そして雄大さを物語っている。

この島根半島には、日御碕神社から美保神社に至る浦々と神社を巡り歩く「島根半島四十二浦巡り」という信仰習俗があり、日本の原風景を訪ね歩き、たくさんの神様と出会う事ができる。出雲の新たな魅力発見の旅に出かけてみてはどうだろうか。ここには、浦が多く、それぞれに

神を祀る社があり、浦々の神社には出雲国風土記・古事記に登場する神々が祀られている。

「出雲国風土記」には奈良時代の地名が多く載っており、この地名のなかには、現在でも使われている地名も多い。また、山や川、湖、海岸、島も後世の開発をそれほど受けずに今に至っていて、つまり、奈良時代の風景を変わずに今でも見ることができるようになる。このような「奈良時代の風景」を「出雲国風土記」片手に見て歩くと、見慣れた景色にも新たな発見があると思う。

プロジェクトゆうあい オリジナルLINEスタンプ絶賛販売中!



てくてく日和のイラストを担当している石原由貴が描いた、車いすユーザーをモデルにしたLINEスタンプが登場! キュートでちょっとシュールな、どなたでも使えるユーモアあふれるスタンプです。あなたのトークルームをゆうあいLINEスタンプでにぎやかにしてみませんか?

50コイン / 120円
(全40種類)

ダウンロードはQRコードからアクセス



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
JR松江駅から徒歩3分
TEL (0852) 22-0002



松江アーバンホテルレークイン
R9沿い・松江駅から徒歩7分
TEL (0852) 21-2424



松江ニューアーバンホテル
松江しんじ湖温泉・展望温泉完備
TEL (0852) 23-0003

フロント・ロビーに
「ラブラドル募金箱」を
設置しています。



各ホテルのロビーにて
車いすをご準備しています。



郵便はがき

690-8790

お手数ですが
63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。

破線をお切り下さい

旅行者体験談・てくてく日和の感想

- 年を取り、宿を予約する際には、バリアフリーの有無を確認するようになりました。特に湯船に入る時の手すりの有無、食事はテーブルか掘こたつかなど、チェックするようになりました。若い時には気にかけていなかったのですが、相手の立場に立つようになりました。(広島県/M・Oさん)
- 基本予約なしの旅ですが、予定地着が遅かった時、案内所の有る地は嬉しかったです。全国浦々まで旅して(内外限らず)思うのは、観光、歴史、体験と回を重ねると交流するたびもいいな。と思います。(鳥取県/M・Kさん)
- トイレで困ったことがたくさんあります。夕方5時に閉まる道の駅のトイレは最悪です。(島根県/ももにゃんさん)

てくてく日和に寄付をいただきありがとうございます

大石 宗男様 楳 英子様 門脇 光国様 他3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、
または、E-mail: tekutekubiyori@pjui.comにて、
①寄付数 ②お名前 ③電話番号 ④ご住所 をご記入の上
お送りください。最新号と払込書を送付いたします。

● 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。

奥大山の
豊かな自然と食を楽しむ

米屋 検索

〒689-4401
鳥取県日野郡江府町江尾2000番地

☎0859-75-2400

☎0854(47)7283

AP 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

〒690-2404
雲南市三刀屋町三刀屋1129-4

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機
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

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。

Honda Cars 島根東

営業時間：9:30～18:00(令和2年4月から)
定休日：毎週水曜日、第2・第4火曜日

松江東店 松江市西津田 4-2-8
TEL 0852-26-0630

黒田店 松江市黒田町 434-1
TEL 0852-59-9650

学園店 松江市学園1丁目 19-16
TEL 0852-28-0701

普通の生活にも
しっかり使える
知恵と工夫

非課税
Honda SENSING を
全てのタイプで標準装備

車いすの方を含め最大4名乗車可能です。
Photo: NBOX G スロープ Honda SENSING ボディカラー：モーニングミストブルーメタリック

N BOX
スロープ
車いす仕様

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。

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

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!

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

平成28年度バリアフリー・ユニバーサルデザイン推進功労者表彰 内閣府特命担当大臣表彰優良賞受賞

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。

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
ーブースもあってとっても使いやすそう! (かなごノ車いす利用)

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
けました。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! (えみノ視覚障がい)

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

次号(2020年秋)予告

てくてく日和  山陰

特集

安心・安全に松江散歩／
山陰お取り寄せグルメ

PRESENT プレゼント



A賞
(浜田の魚缶詰め、石見のさつまいも
ポタージュ・焼きいも、布マスク)

A賞

取材先お土産セット … 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

2020年 9月7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。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 矢野 健
今泉 未希 碧山 里絵
高橋 彩佳 黒崎 忍
北尾 可奈子 石倉 悟
村松 良介 神田 光子
石原 由貴

イラスト 石原 由貴

編集後記

「お出かけ」をテーマにした情報誌のため、今号の編集期間、新型コロナウイルスに翻弄された3ヵ月でした。当初予定していたエリアを変更し、海水浴場の特集としました。最新情報をお届けできるよう、できる限り随時取材をして紹介しているのですが、今回は使いまわしも多々あり…なんか見たことある!という方もおられるかもしれません(すみません)。外出の一步として感染対策をしながら「地元の観光スポット」に足を運んでみるのもいいものですよ。(今泉)

てくてく日和31号(2020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【A賞】取材先お土産セット、5名様に【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をプレゼントします。

●希望するプレゼント商品(A賞 または B賞)

◆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)

☐特集1 山陰の海で遊ぼう ☐特集2 島根のお宿 島根西部エリア
☐バリアフリーな外出をサポートする団体・WEBサイト
☐ハダ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。

発行元・問い合わせ先

プロジェクト
山 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: tekutekubiyori@pjui.com
HP: project-ui.com



◆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、個人情報誌は本冊子に關わる用途以外に使用いたしません。