

# てくてく日和 山陰



第42号

2023 春

¥0

TAKE FREE

特集

## 春のおとずれ 安来さんぽ

盲導犬ハダルと矢野のよもやま話／バリアフリー旅行支援団体／

バリアフリーな外出を手助けする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



# 特集 春のおとずれ

## 安来さんぽ



島根県東部にあり「どじょうすくい」で知られる安来市は、松江・出雲と併せた観光プランで人気のエリア。美しい日本庭園を有する美術館や、戦国大名・尼子氏の本拠地だった国の史跡「月山富田城跡」、藩主の御殿湯として栄えた名湯「さぎの湯温泉」など目白押し。近年人気の安来産完熟いちごは至福の一粒で味わい方も様々。色々な楽しみ方ができる安来で、春を感じながら散策してみましょう。

館内のスロープはやや急勾配の場所があるので、同行者のサポートがあると安心です。改修された通路がいくつかあり、以前は石畳でデコボコだった通路がなだらかなスロープに変わって、展示が見やすくなりました。



入場口すぐのスロープ

「生の掛軸」へ続くスロープ

正面入口まで少し歩きますが、駐車場は広く身障者用駐車場も8台ありました。



生の額絵

大展示室や新館の展示室はフラットで、有料の音声案内を借りて説明を聞きながらまわるのもいいと思います。展示の大部分は車いすのまま観覧できますが、小展示室へは階段になっています。

世界から評価されている日本庭園は、絵画や掛軸のように見せてあったり、季節や視線によって違う表情を見ることが出来ます。

横山大観、竹内栖鳳、北大路魯山人らの豊富なコレクションと、日本庭園の美しさで有名。創設者足立全康氏は横山大観を特に好み、足立美術館に大観の作品をイメージした「白砂青松庭」なども作庭している。

### 世界に知られる庭園とコレクション

#### 足立美術館

〒島根県安来市古川町320  
☎0854-28-7111 ☎0854-28-6733  
4月～9月 9:00～17:30  
10月～3月 9:00～17:00  
新館は展示替えの為休館日あり(4月26日、8月10日～11日、8月28日～29日、10月26日～27日、11月20日～21日、2024年2月7日)  
大人2,300円(1,900円)、大学生1,800円(1,500円)、高校生1,000円(800円)、小中学生500円(400円) ( )は20名以上の団体  
※他に100名以上の団体割引もあり障がい者手帳、ミライIDを提示で本人の入館料が個人料金の半額。重度(A)、1級相当の方は介護者の方1名も半額。



大展示室



冬の白砂青松庭

訪問時、雪がちらつく日でしたが美しい庭園と合わさりとでも素敵でした。春は緑が青々とするようで、他の季節にも訪れたいな。



春の白砂青松庭

### バリアフリーデータ



- 車いす対応トイレ本館に1カ所
- オストメイト対応多目的トイレ 新館と駐車場に各1カ所
- 飲食店テーブル席あり 喫茶室「翠」(テーブル高さ上57cm・下49cm)、喫茶室「大観」(テーブル高さ上72cm・下65cm)
- 小展示室とお茶室へは階段のみ



チューリップに近づくと土のあぜ道

フラットな歩道からお花見



- #### バリアフリーデータ
- 伯太庁舎の駐車場を利用
  - 車いす対応トイレ伯太庁舎駐車場側に1カ所
  - 歩道から段差なく見物可能

畑いっぱい咲くチューリップを、舗装された歩道から眺めることができます。畑に入ることができますが、通路は約80cm幅のあぜ道なので同行者と一緒どうぞ。近くの安来市伯太庁舎駐車場には車いす対応トイレもあるので安心ですよ。

### まるでオランダ 伯太チューリップ畑

異国情緒ある風車小屋をバックに約100種類のチューリップが咲き誇る。その数はなんと50万本!4月中旬に開催される『はくたチューリップフェア』では畑に咲いたチューリップをその場で選んで購入できるのも人気の秘密。

〒島根県安来市伯太町東母里580付近  
☎0854-23-3300 ☎0854-23-3308  
4月中旬  
はくたチューリップフェア2023は4月8日～16日 入場無料(切り花販売:1本70円)



リポーター紹介

**かなこ**  
脳卒中の後遺症により右半身マヒがあり車いすで生活している。色々な体験を通して、自分にぴったりの趣味を見つけるのが目標。自走式車いすを使用(幅60cm)。



**えみ**  
全盲の視覚障がい者で白杖と手引きで歩く。ポルダリングで体を動かすことが好きなアクティブ派。

### バリアフリーアイコン説明

障がい者手帳割引	駐車場(身障者用)	駐車場(一般)	トイレ(オストメイト対応多目的)	トイレ(車いす対応および多目的)	トイレ(洋式)	貸出用車いす	ドアの形状(自動ドア)	ドアの形状(スライドドア)	ドアの形状(開き戸)
段差なし(またはスロープあり)	段差(1段のみ)	段差段数(または階段)	テーブル寸法	テーブル使用可能	車いす対応EV	温泉の浴槽(自立型)	温泉の浴槽(搬入型)	介助サポート対応可能	UDルーム



# お寺へチャレンジ!

正面からのルートでは長い階段です。マップを確認すると迂回路がありそうなので散策!



仁王門前まで車で進入可



駐車場の近くでかわいいネコちゃんに遭遇



段差の少ない脇道 ※幅が狭いので車いすでの通行は難しい

砂利の坂道



急こう配の坂道 ※車いすけん引装置 JINRIKI を使用



用明天皇2年(587年)に尊隆上人が開いた歴史あるお寺。春には桜が咲き誇り、秋には紅葉が鮮やかな境内は、花見にも人が訪れる。厄ばらいの寺として、また山陰地方の観音信仰の霊場として広く参拝されている。

山陰唯一の三重塔がある厄ばらいの寺

## 清水寺

- 〒島根県安来市清水町528
- ☎0854-22-2151 ☎0854-22-2107
- ☎7:00~17:00(最終入山 16:30)
- 祈禱受付時間 9:00~16:00
- 納経受付・本堂受付時間 9:00~16:30
- 宝物館と三重塔の拝観は1週間前までに予約が必要
- ☑宝物館、三重塔は12月~3月は休止
- ☑宝物館 大人:500円 中学生:300円 小学生:100円
- ☑三重塔 大人:500円 中学生:300円 小学生:100円
- ☑祈禱料 6,000円から

三重塔 ※階段あり

階段10段を登れば本堂



本堂

細い道ですが仁王門までは車で行くことができます。その先へ歩いていくと、とても急な坂道と砂利道で、持参した車いすけん引装置を使用して進みました。その後、高齢の方向向けの階段の少ない脇道がありましたが、通行幅が60cmと車いすに乗ったままでは困難でした。本堂までは歩行ができる方への足腰に負担が少ない道を見つけましたが、三重塔へ登るには階段でした。

### バリアフリーデータ



- 大門駐車場に車いす対応多目的トイレ1カ所
- 大門駐車場からの参拝路は長い階段
- 仁王門前まで車で進入でき、高齢の方向向けの脇道がある(ただし道は、急こう配の坂・砂利道・通路幅60cmの山道・一部階段があるため、車いすでの参拝は困難)



テーブル席あり



テーブルやカウンターは車いすでも丁度良い高さで、座敷は半個室。入口はわずかな段差のみで、店舗内は通路が広くて、移動しやすい。店員さんの声かけにも心配りを感じました!



精進定食 (1,350円)



きよみずようかんアイスクリーム (350円)

### バリアフリーデータ



- 広い駐車場あり(安来市観光協会と清水寺共用)
- 入口段差1段(4~10cm)
- 店内に洋式トイレ※大門駐車場に多目的トイレ1カ所



清水寺参道手前にある食事処。親子丼などの定番の品のほか、肉や魚を一切使わない精進料理、煮溶かした清水羊かんとう炊いた小豆で作ったぜんざいなど、一度は味わってみたいと思えるメニューがたくさん。

## 清水精進料理を今に伝える 清水茶屋ゆう心

- 〒島根県安来市清水町10-7
- ☎0854-23-1100
- ☎ランチ 11:00~15:00
- ☎ディナー(予約制) 17:00~21:30(L.O. 21:00)
- ☎不定休

# 城跡にチャレンジ!

城跡に一番近い駐車場



180mの上り坂



山中御殿平。ここから三ノ丸の石垣も見えます。

七曲り



山頂までチャレンジする場合は、体力のある介助者と一緒に登ると良いと思います。様々な幅の石段と、「七曲り」という急カーブから、戦国時代に難攻不落と言われたお城の雰囲気を感じられます。途中でベンチがあって、休憩しながら上り下りすることができました。



平安時代に築かれて以降、様々な大名が居を構えた山城。戦国大名尼子氏が毛利氏に敗れるまで不落を誇った名城だ。現在は土塁と石垣が残るのみだが、往時の堅牢さが想像できる。最後の城主は堀尾吉晴公。

難攻不落を誇った山城

## 月山富田城跡

- 〒島根県安来市広瀬町町帳752 (安来市立歴史資料館)
- ☎0854-32-2767(安来市立歴史資料館)
- ☑常時開放
- ☑入場無料

天に登るよだ! /



三ノ丸まで舗装された階段



三ノ丸



二ノ丸



本丸

城跡を訪れた時の楽しみは、石垣に触れることです。大きな石の間に小さな石が入っており上手に積み上げられています。山頂の石垣の石が中腹より小さいことが分かりました!

山頂は展望台で中海が一望できるそうで、風を感じて気持ちよく過ごせました。本丸や神社があり、歴史を感じることができます。長い階段でしたが道が整備されていたので本格的な山登りではなく、ちょうど良い運動になりました。



本丸にある勝日高守神社



月山富田城跡の西側にあり、古代~近世までの安来市の歴史を紹介している。富田城城主の尼子氏、毛利氏、堀尾氏の遺物など貴重な史料を蔵する。ガイダンス室には江戸時代の富田城と城下町のジオラマがある。

## 月山富田城・安来市を知るなら 安来市立歴史資料館

- 〒島根県安来市広瀬町町帳752
- ☎0854-32-2767 ☎0854-32-2767
- ☎9:30~17:00
- ☎火曜日(祝日の場合、翌日)、12月29日~1月3日
- ☑1階展示無料。2階展示一般:210円 高大生:100円 小中学生:30円
- ☑障がい者手帳提示で本人と介助者1名が無料



駐車場と入口をつなぐスロープと通路



2階展示

1階で上映されている動画では月山富田城跡周辺の重要な場所を音声でわかりやすく解説してくれました。ジオラマは触れないので、見える方に説明していただきました。



1階 無料展示

2階では、雲樹寺の門の2分の1の大きさの模型に触れることができます。丸い太い柱や、木の装飾は雲や羽のような形で、とてもきれいでした。

### バリアフリーデータ



- 車いす対応出入口あり(幅78cm)
- 筆談対応表示あり
- 隣接する道の駅広瀬・富田城に多目的トイレ1カ所





オープンカフェの店内。足元はフラットで座席の間隔も広いので車いすのまま自由に移動できます。



どじょうドック (550円)



期間限定の「いちごとアボカドのパフェ」は意外な組み合わせが良く合い、さっぱりとした味わいになるりと食べてしまいました。時期によって内容が違うので、何度も通いたいな。安来と言えばどじょう! 「どじょうドック」は変わり種のどじょう料理で、クセもなくとても美味しかったです。



季節のパフェ (いちごとアボカドのレアチーズ 1,210円)

アルテピアにはきれいな車いす対応多目的トイレが複数あったりとバリアフリーが充実しています。店長さんはあたたかな人柄の方で、季節で変わるパフェを食べにまったりしに行きたいな!

やすぎ懐古館一風亭から移転し、公共ホール「アルテピア」内にオープンしたカフェ。味わい深いパフェやご飯ものは季節によって内容が変わる。オリジナルのどじょうドックもふくらジュシーで栄養満点。

### この時だけのメニューを逃さずにアルテピアカフェ

④ 島根県安来市飯島町70  
安来市総合文化ホール アルテピア1階  
☎ 090-1688-5055  
(営業時間内のみ受付)  
🕒 11:00~17:00 (L.O.16:30)  
🗓 月曜日、火曜日



アルテピア外観

### 駅近の飲食店



鳥取・島根を中心に、東京にも店舗がある人気居酒屋。ここ安来駅前が本店で、山陰の美味しい料理を豊富に取り揃えている。豪華な舟盛りや海鮮丼などがリーズナブルに味わえるランチは大人気。

### 山陰をこよなく愛する居酒屋 炉端かば 安来駅前本店

④ 島根県安来市安来町2093-4  
☎ 0854-22-2500  
🕒 11:00~14:00、17:00~24:00  
※閉店時間早まる場合あり  
🗓 無(年始年末は要問合せ)

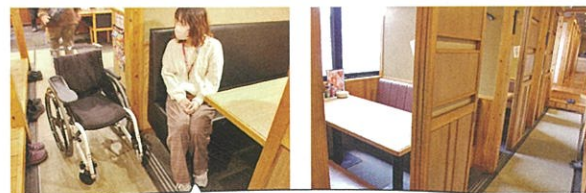


舟盛り刺身定食 (1,280円)

リーズナブルなお値段でボリューム満点のランチをいただきました。お刺身は肉厚でぶりっぶりでした!



山陰では有名な居酒屋で夜しか利用したことはありませんでしたが、お昼のランチやスイーツも大満足でした。



入口は段差なく、通路も車いすで通れます。車いすと店員さんに伝えれば、半個室のBOX席を案内されました。イスは固定されていたので車いすから移乗して席に座ります。座面の高さも丁度良かったので楽に移れました。お座敷の割合が多いのですが、他にも車いすのまま利用できそうな低めのカウンター席もありました。

### バリアフリーデータ



- 洋式トイレあり(隣の安来駅にオストメイト対応多目的トイレあり)
- テーブル席あり(個室は固定のイス高さ43cm)

### バリアフリーデータ



● 点字ブロックあり

## 安来のいちご

### バリアフリーデータ



- ハウスの横に停車し乗降可能
- 仮設洋式トイレ(段差あり)
- ハウス入口の段差5cm
- ハウスに車いすのまま入場可能(通路幅95cm) ※いちごの葉や実が伸びてきて幅50cmくらいになる場所がある



ハウス内通路



このいちご狩りは高めのプランター栽培なので車いすに座ったままいちごに手が届きます。ハウス内の足元はシート、通路は車いすで通れる幅ですが、いちごの葉などに当たることがあるので出入口付近で楽しむのがおすすめです。

大きいのみつけた!



駐車場は固めの土。身障者の方はビニールハウス前に車を横付けしてもよいそうです。



「山陰の美味しいいちごでみんなに幸せを届けたい」という想いがこの農園の始まり。いちごは傷みや虫害を避けるため地面から離れたプランターで育てており、立ったり車いすに座ったままでいちご狩りを楽しめる。

### しゃがまずに楽しむいちご狩り いちごの大森ファーム

④ 島根県安来市下坂田町屋敷331-1  
☎ 070-2637-6505  
🕒 3月中旬~6月上旬 9:00~18:00  
いちご狩りは要予約  
🗓 不定休  
👤 大人: 休日・祝日・GWは2,800円  
平日は2,500円 小学生: 1,800円  
幼児: 800円  
障がい者手帳提示で本人の体験料一部引き

### POINT

なんとこの取材を通じて障がい者手帳提示で体験料割引のサービスを開始してくださいました!



安来市の農家とのつながりを大切にしながら、山陰の食材を中心に提供している。旬のフルーツたっぷりの季節のパフェや、無農薬・減農薬の野菜と米のスープレランチが大人気。開店前から並びピーターもいる。

### 季節のパフェやランチをどうぞ

### シェリーカフェ SHERIE CAFE

④ 島根県安来市柿谷町471-1  
☎ ※問い合わせはSNSのみ  
🕒 11:00~17:00 (L.O. 16:30)  
🗓 月曜日



プレートランチ (1,200円)、スープ (330円)

お店までに急こう配な坂がありますが、車で上がることができます。入店するまでに25cmの段と入口ドアの8cmの段がありましたが、前輪を乗せれば乗り越えられました。スタッフの方にお願いするとサポートもしてくださるので、気兼ねなくお願いできました。



食材はなるべく地元や山陰のものを使われており、プレートランチは少しずつ色んな種類をいただけて嬉しい! 見た目のインパクト抜群のいちごパフェは、いちごが何種類も入っていてクリームやアイスに負けない、いちごそのものの甘さを感じられる一品でした。このカフェを目ざしてくるお客さんの多い理由が分かりました☆



いちごパフェ ※期間限定につき現在は取扱いなし



季節のパフェ (1,500円)

### バリアフリーデータ



- 建物近くに駐車場あり
- 店舗入口までに段差25cm・入口ドア段差8cmあり・カフェテーブル・トイレへは17cmの段差あり



# さぎの湯温泉バリアフリーなお宿

おすすめ!



さぎの湯温泉エリアにあり、施設内には大浴場やサウナに加え、整体浴や歩行浴など多彩な温泉プールが充実。隣接のふれあいプラザには貸切の介助風呂も備わっている。宿泊も可能で、日帰りのレジャーに限らずゆっくり温泉を楽しむことができる。

## 温泉で湯治にもレジャーにも 夢ランドしらさぎ／ふれあいプラザ

- ④ 島根県安来市古川町835
- ④ 0854-28-6300 ④ 0854-28-6329
- ④ 11:00~21:00 (最終受付20:30)
- ④ 水曜日(祝日の場合は翌日休館)
- ④ 【日帰り入浴のみ】一般:520円、中・高校生:65歳以上:310円、4歳~小学生:210円
- ④ 【入浴・プール付】一般:830円、中・高校生:65歳以上:620円、4歳~小学生:410円
- ④ 障がい者手帳提示で本人の入浴料2割引。その他割引サービスあり。
- ④ 【貸切風呂※入浴料込】介助浴室 1,040円(60分)、家族風呂2,090円(60分)

夢ランドしらさぎ



館内入口に下足入れがありますが、スロープから車いすのまま入場できます。



バリアフリーツイン 210チューリップ



洋室はスライドドアで室内は広く、車いすでも快適に動けます。お風呂とトイレはユニットタイプですが、お風呂は40cmほど高い部分に腰掛けて利用する造り。掘込型の浴槽で洗い場から移動するのに足腰の負担は少なく済みそう。

### バリアフリーデータ



- 身障者用駐車場、夢ランドしらさぎ・ふれあいプラザに各1カ所
- 施設内土足不可だが車いすのまま入場可
- 車いす対応トイレ、夢ランドしらさぎに1カ所、車いす対応多目的トイレ、ふれあいプラザに男女各1カ所
- 【バリアフリーツイン・210チューリップ】入口スライドドア幅85cm、車いす対応のユニットバス(高さ44cmの小上がりで掘込型の浴槽)・車いす対応トイレあり
- 【ふれあいプラザ・介助浴室】※予約優先)入口スライドドア幅90cm、段差なし、内風呂浴槽外側高さ30cm・内側1段ステップ・フチ22cm、露天風呂入口幅80cm、浴槽外側高さ33cm・内側1段ステップ、シャワーチェアあり

# 安来駅周辺 バリアフリーなお宿

おすすめ!

ユニバーサルツイン 209号室



お部屋は一般的なツインルームの作り。椅子などを動かせば通路で車いすの回転もできます。

改修したツインルーム

### バリアフリーデータ



- 身障者の方は予約時に伝えると入口近くに駐車場を確保
- 入浴用貸出車いす1台 ※ユニットバスで利用可能
- 【ユニバーサルツイン・209号室】入口幅75cm(開き戸)、入口段差なし、手すり3カ所のユニットバス(スロープ付き・入口幅54cm)
- 【レストラン】入口段差なし、個室あり、テーブル席

ユニットバスで使える入浴用貸出車いす(シャワーチェアあり)

一部改修され、ユニットバスの入口はスロープがあり、浴室には3本の手すりが付いていて使いやすい。車いすのまま入浴する場合、ドアの幅が54cmと狭めなので、ひさご家の貸出シャワーチェアを借りるといいですよ。

1階にあるレストランは段差なし。間仕切りされたテーブル席でくつろげそうです。テーブル席の個室があるので会食などもできます。



安来駅から徒歩2分、ひょうたん(ひさご)のマークが目印のビジネスホテル。宿泊の他、レストランのみの利用もでき、メニューは日本海の幸たっぷりの和食がお手頃価格で味わえると人気。

## 駅直近! お食事だけでもどうぞ ホテルひさご家

- ④ 島根県安来市安来町2403
- ④ 0854-22-2127 ④ 0854-22-2130
- ④ レストラン
- ④ モーニング:8:00~10:00 (要予約)
- ④ ランチ:11:00~14:00 (L.O 13:30)
- ④ 夜のレストランと本館個室、別館は4名以上の予約のみ
- ④ レストラン:日曜日、月曜日

レストラン

ふれあいプラザ 介助浴室・露天



介助浴室はなんと源泉かけ流し・露天風呂付でした。浴槽は内と外にあり少し造りは違いますがどちらもフチが広く腰かけて入浴できそうでした。背もたれ付きのシャワーチェアがあったり、安全にさぎの湯温泉を楽しめます。貸切なのにリーズナブルな価格設定にも注目です!



介助浴室

レストラン



どじょう柳川定食 (1,100円)



レストランはフラットでテーブル席のみでした。安来のどじょうを食べられる柳川定食は、どじょうの臭みや苦みもなくやわらかいので丸ごと食べられ、美味しかったです。

レストラン

## 立ち寄りスポット



土間部分の利用は段差なし



ステージイベントの観覧可



呉服屋だった立派なお屋敷

入口スライドドア、わずかなサッシの段差で入店できました。店舗裏側の駐車場付近に車いす対応トイレもあります。



呉服商・雑貨商の鎌田本店が明治時代に建てた店舗を、安来市が地域活性化の拠点として改装した。1階土間でグッズ販売を行い、2階はレンタルスペースになっている。イベントやサークル活動の場としても活躍中。

多彩なイベントで地域の憩いの場に

## やすぎ懐古館 一風亭

- ④ 島根県安来市安来町1639
- ④ 0854-23-0007 ④ 0854-23-1070
- ④ 9:00~17:00 ④ 水曜日

寄席やコンサートなど様々な企画がされているので、興味のあるイベントに巡り会えそう。土間はフラットでカフェやステージの観覧は利用可能。和室のレンタルルームを利用するには2段段差があります。呉服屋だったころの面影があり懐かしさを感じました。

### バリアフリーデータ



- 一般駐車場7台(イベント時は近隣に提携駐車場あり)
- 入口サッシの段差4cm
- 車いす対応トイレ男女別で各1カ所(女子トイレにおむつ交換台あり)
- 土間にテーブル席あり
- 土間から各部屋に入るには2段段差あり





# さぎの湯温泉

癒した名湯  
白鷺が傷を

人に優しい宿



安来苑

島根県安来市古川町478  
0854-28-6262  
【日帰り入浴】  
11:30~15:00  
(日によっては11:30~20:00)  
【日帰り入浴】  
大人500円 小人300円  
【貸切露天風呂】  
2名1,500円  
(1名増すごとに200円追加)

100%天然温泉で24時間入浴可能な大浴場と無料の貸切露天風呂があり、お料理は会席料理と郷土料理を選ぶことができます。



竹葉

島根県安来市古川町438 足立美術館横  
0854-28-6231  
お食事処 11:30~14:00 (お食事・喫茶)  
お食事処ご利用の方は入浴可  
大人700円 小人500円  
【貸切風呂】  
露天風呂付貸切風呂  
(予約制 50分2,000円)  
※宿泊・日帰り食事の方に限る

源泉100%かけ流し、加水・加温一切なしの天然温泉に入浴できる、温泉好きにはたまらない宿です。竹葉の夕食は、地元産を使用した海鮮料理のほか、マクロビオテック食にも対応可能。温泉と食事でご元気になるいただけます。



夢ランドしらすぎ

車いす対応トイレ  
貸切風呂  
バリアフリー対応客室あり



さぎの湯荘

車いす対応トイレ  
貸切風呂  
庭露天風呂客室あり

健康をテーマにしたお風呂や温水プール、宿泊、トレーニング室、リラックスマームなど様々な施設が合わさった、子どもから年配の方まで楽しく過ごせる遊び心いっぱいの空間です。

一晩中源泉かけ流しの新鮮な温泉や、旬の山陰の幸を使った料理の数々を存分に楽しめます。リニューアルされた「庭露天風呂付客室別邸客室」は美しい庭園と露天風呂を独り占めできます。

島根県安来市古川町835  
0854-28-6300 0854-28-6329  
【日帰り利用】11:00~21:00 (最終受付20:30)  
水曜日 GW、お盆、年末年始は特別営業  
【日帰り入浴】一般:520円 中・高校生、65歳以上:310円  
4歳~小学生:210円  
【日帰り入浴・プール付】一般:830円 中・高校生、65歳以上:620円  
4歳~小学生:410円  
身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・療育手帳の提示で本人の入浴料2割引  
その他割引サービスあり

島根県安来市古川町478-1 0854-28-6211  
【日帰り入浴】12:30~15:00 (受付14:00まで)  
18:00~20:30 (受付19:30まで)  
不定休  
【日帰り入浴】大人700円/子供300円(0~2歳無料)  
貸切風呂+500円(50分:12:30~15:00)

安来でやすらぎ  
見つけよ!

安来市周辺の観光情報はホームページ・SNSでチェック  
協賛/安来市観光振興課

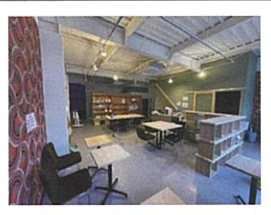


島根県 安来 備前県



いちごの大森ファーム  
アルテピア 1階  
アルテピア 1階 (オストメイト対応)  
アルテピア 1階小ホール付近  
清水寺 大門駐車場  
安来駅 女性側 (オストメイト対応)  
安来駅 男性側 (オストメイト対応)  
やすぎ懐古館 一風亭 女子トイレ  
やすぎ懐古館 一風亭 男子トイレ  
足立美術館 本館  
足立美術館 新館 (オストメイト対応)  
ふれあいプラザ 女子トイレ  
ふれあいプラザ 男子トイレ  
夢ランドしらすぎ  
三日月公園  
道の駅広瀬・富田城  
シェリーカフェ 男子トイレ  
シェリーカフェ 女子トイレ

バリアフリー設計は  
プロジェクトゆうあい  
一級建築士事務所へ!  
【お問い合わせ先】 ☎ (0852)32-8645  
E-mail: info@pjui.com



プロジェクトゆうあい一級建築士事務所は、心地よい空間とバリアフリーを基本的な考えとして、住宅、商業施設、宿泊施設等の設計、アドバイ業務を行っています。島根県では唯一、一級建築士事務所と県指定障害者福祉サービス事業の認可を得ています。障がい者支援事業を行っている法人ならではの、身体に不自由のある方の立場に立った設計、提案を行います。建築設計のスタッフだけでなく、必要に応じて福祉専門スタッフ、障がい当事者アドバイザーを含めたチームをつくり、ご相談に応じています。



鉄道

JR安来駅

駅入口から改札口まで段差なし。ホームからホームまでは跨線橋のため階段昇降機を使用(事前に連絡が必要)。駅舎外にオストメイト対応多目的トイレあり。点字ブロック・音声案内あり。

JR西日本お客さまセンター 介助のご依頼

おから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

出雲縁結び空港

身障者用駐車場が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 / 8:00~20:00・年中無休

館内に車いすトイレのある宿泊施設

安来市 さぎの湯温泉 さぎの湯荘 ☎0854-28-6211

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

安来市 夢ランドしらさぎ ☎0854-28-6300 安来市 湯治の宿 湯田山荘 ☎0854-34-0240

奥出雲 亀嵩温泉 玉峰山荘 ☎0854-57-0800

盲導犬ハダルと矢野のよもやま話

尼子家再興を三日月に祈った山陰の麒麟児「山中鹿介幸盛」



月山富田城は戦国時代、山陰の覇者尼子氏が本拠地とした居城である。天然の地形を利用した難攻不落の城で、170年間の尼子氏盛衰の舞台となった城であったが、毛利氏に再三攻められ、籠城して戦うが、兵糧が尽き、1566年(永禄9年)に攻め落とされ、尼子氏は、事実上滅亡する。

その後、尼子再興を願い尽力したのが、悲運の武将「山中鹿介幸盛(やまなかしかのすけゆきもり)」である。地元、安来市広瀬町で知らない町民はいない、七難八苦の悲運の戦国武将だ。

この苦境に立ってから鹿介は、本領を發揮する。「願わくば、我に七難八苦を与えたまえ」と三日月に祈ったというのは、有名な逸話である。山陰の麒麟児の異名をとるのが山中鹿介幸盛。

幾多の試練に立ち向かう精神力と尼子家の臣下としての生きざまが多くの人々に受け入れられたのだろう。



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し10台あり。

■お問い合わせ: 米子空港ビル株式会社

TEL:0859-45-6123

☎0854(47)7283

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/>

松江 / 山陰バリアフリーツアーセンター

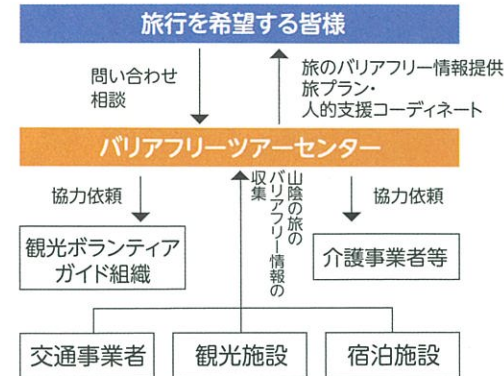
各地の観光ボランティアガイド組織や、宿泊施設、交通事業者等と連絡をとりながら、それぞれのサポートサービスをつなぎあわせて。旅行する際に訪れるといいスポットのアドバイス、旅行日程、行程のアドバイス、宿泊や飲食施設のご紹介を行っています。ご相談、介助のコーディネート費用は、無料となっています。ぜひ、お気軽にご相談ください。

● 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

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/



全国のバリアフリー観光・ユニバーサルツーリズム相談センター

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。

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	富山	富山ユニバーサルツーリズムセンター	☎076-454-7822	兵庫	こひつじクリニック	☎0120-96-8323
旭川・北海道	旭川ユニバーサルツーリズムセンター	☎0166-32-3910	石川	石川バリアフリーツアーセンター	☎076-255-3526	鳥取	トラベルフレンズ・とっとり	☎070-5675-4483
北海道	(一社) 日本UD観光協会	☎011-788-4170	静岡	高齢者・障害者の西伊豆旅行サポートセンター ラクタピスト	☎0558-52-4730	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	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	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	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	徳島	徳島ユニバーサルツーリズムセンター	☎088-635-9292
山形	山形バリアフリー観光ツアーセンター	☎0238-20-6125	滋賀	滋賀ユニバーサルツーリズムセンター	☎077-569-4777	高知	高知県バリアフリー観光相談窓口	☎088-824-0227
福島	ふくしまバリアフリーツアーセンター	☎024-531-6428	京都	ユニバーサルデザインセンター京都	✉ kyoto-kanko@udc.kyoto.jp	福岡	福岡・九州UD情報センター	☎092-624-0888
福島	いわきユニバーサルツーリズムセンター	☎0246-68-8927	大阪	大阪ユニバーサルツーリズムセンター	☎06-6195-9056	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	大阪	泉州ユニバーサルツアーデスク	☎072-472-2329	長崎	長崎県ユニバーサルツーリズムセンター	☎0957-46-3773
東京	ユニバーサルツーリズムセンターむさしの	☎042-315-3261	奈良	奈良バリアフリー観光ツアーセンター	☎0742-62-0151	大分	別府・大分バリアフリーツアーセンター	☎090-6633-4882
神奈川	湘南バリアフリーツアーセンター	☎050-3161-1185	兵庫	しゃらく	☎078-735-0163	熊本	くまもとユニバーサルツーリズムセンター	☎096-344-5539
新潟	新潟ユニバーサルツーリズムセンター	☎025-311-1809	神戸(兵庫)	神戸ユニバーサルツーリズムセンター	☎078-381-6470	鹿児島	かごしまバリアフリーツアーセンター	☎0995-73-3669
新潟	柏崎ユニバーサルツーリズムセンター	☎0257-47-7229	姫路(兵庫)	姫路ユニバーサルツーリズムセンター	☎079-224-8803	沖縄	沖縄バリアフリーツアーセンター	☎098-858-7760

NetStable Series  
外部からの不正侵入を防御!  
内部からの情報漏洩を防御!  
危険なサイトへの通信を遮断!  
インターネット上の不正なアクセスなどから、皆様の大切な情報資産を守ります  
それが...  
NetStable シリーズです

一人ひとりの「働き方」を支援する...  
新しい時代に向けて磨きをかけた新シリーズ  
FUJIFILM Apeos® シリーズ

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>

車椅子のまま乗れる **リフト付き大型バスで旅をサポート!** 乗務員はあいサポーター研修を受けています!  
私たちは、誰もが気軽に移動を楽しめる社会を目指しています  
お問い合せはこちら **TEL:0852-52-2081**  
〒699-0101 鳥根県松江市東出雲町揖屋611-5 FAX:0852-52-2205  
リフト付き観光車両の保有数は山陰で最多  
東出雲観光バス 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  
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・天然温泉完備  
TEL (0852) 23-0003

松江アーバンホテル  
松江ニューアーバンホテル  
には「サービス介助士」の  
資格を持ったスタッフが  
おります。  
お気軽にお声がけください。



【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。最新号が完成次第、てくてく日和最新号と払込書を送付いたします。

特典：てくてく日和を1年分(4回)郵送します。お楽しみに！

旅行者体験談・てくてく日和の感想

- 城下町のグルメ情報がとても参考になりました。写真も多く見やすく良かったです。車いすのまま楽しめるスポットもわかりやすく最高でした。(神奈川県在住/まろるさん)
- 老母の脚力が弱り、観光名目で連れ出し歩かせていますが、自分が意識するようになってはじめて社会の無神経(非バリアフリー)に気づきます。小中高で一日車椅子や一日アイマスク経験を義務付けてほしいです。一口では実費で消えてしまうので応援込み5口です。スマホでバックナンバー2015見ましたが40号でもかなこさん全然お変わりない、美魔女ですね!(岐阜県在住/フラワーさん)
- 道の駅の障がい者トイレは鍵がこわれている所も結構あるので気が付いたときには必ずカウンターに言うようにしています。砂丘はもう行けないと思っていました。バギーの事が知れて良かったです。インスタも拝見させていただいています。(島根県在住/TAO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

坂原 敬文様/宇陀 直紀様/佐野 知広様/TAO様(他3名様)

放送、インターネット、ナースコールなどの  
通信に関わる工事承っています

消防用設備 設計・施工・保守管理

有限会社ケーネット

〒690-0048 松江市西嫁島3-5-6

TEL.0852-23-7119 FAX.0852-23-7108

バリアフリーリフォームしています!

太陽水道工事  
Life Line Communication

水回り・住まいの  
困りごと何でも  
ご相談ください!



郵便はがき

6900888

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。

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)	800円
	小人(小学生)	400円

※団体20名以上…大人1,300円、小人700円  
遊覧時間約50分

松江堀川乗船管理事務所 ☎0852-27-0417  
http://www.matsue-horikawameguri.jp/

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株式会社  
環境事業部  
松江市平成町182-15  
☎0120-837-014  
さひめの泉 (緑葉)  
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

RICOH  
imagine. change.

リコー・ジャパンはSDGs(持続可能な開発目標)を支援しています。

リコー・ジャパン株式会社 島根支社  
〒690-0038 松江市平成町182-27 TEL:0852-21-9001

脳卒中・脳性麻痺から肩・腰の痛みなどに  
保険外にて個別リハビリを提供  
病院で作業療法士として30年以上勤めた知識と技術

リハビリテーションラボ 保険外リハビリサービス

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

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。

普通の生活にも  
しっかり使える  
知恵と工夫

非課税  
全タイプで4WD車をお選びいただけます

車いすの方を含め最大4名乗車可能です。  
Photo: N-BOX L スロープ (FF) ボディカラー: プレミアムサンライトホワイト・パール

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

IAUD INTERNATIONAL DESIGN AWARD 2020

水と雲が描く美しい情景を味わい、誰もが安らげるバリアフリーフロアを。  
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  
IAUD国際デザイン賞2020金賞受賞

バリアフリーユニバーサルデザイン客室

- ◆ リニューアルした5階のフロアは、5部屋とも段差がなく間口も80cm以上あります。
- ◆ うち2部屋は、トイレ・洗面・浴室も、車いすでの回転が可能な空間で浴槽にはバスリフトの取り付けが可能です(要予約・無料)。  
※バリアフリー基準は各部屋異なります。
- ◆ 男女大浴場で「リフト付きシャワーキャリー」をご利用いただけます。(要予約・無料貸出)  
※露天風呂には段差がございます。
- ◆ お食事は、夕朝食ともバリアフリーの「個室会食場」をご用意いたします。

5階の全室が露天(展望)風呂付き客室です。客室ごとに異なるデザインの5部屋は、宍道湖の景色が一望できる非日常空間です。大切な人との時間を誰にも邪魔されず、のんびりお過ごし下さい。また、身体が不自由なお客様やご年配のお客様にも利用しやすいように、これまでも増して「バリアフリー(ユニバーサルデザイン)」に取り組みました。これからも「障がいのある人もない人もみんなで一緒に泊まれる温泉宿」を目指してまいります。

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

大浴場もリフト付きシャワーキャリーが設置され、今まで行けなかった大きいお風呂に入ることができます。「水の三/水の六」のお部屋はバスリフトで入浴できるようになり同行者の負担も少なく、くつろげる時間が増えそう!(かなこ/車いす使用)

「水の五」のお部屋は、視覚障がい・聴覚障がいにも配慮されたバリアフリールーム。点字など触って分かる工夫や、部屋や窓から見える景色の音声案内は初めての体験!(えみ/視覚障がい)

次号(2023夏) 予告

特集 人の暮らしと癒しの森 智頭





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 宣郎

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

## PRESENT プレゼント



### A賞 取材先お土産セット…1名様

清水ようかん、カードスタンド、ニコミクレ、苺ジャム、大観ハンカチ

### B賞 縁むすびバスマップすごろく&

てくてく日和表紙絵ハガキセット…5名様

### 応募方法

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、応募はお一人様一通有効、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。

2023年

応募〆切

6月5日(月)消印有効

## 山陰へのアクセス



### スタッフ

田中 隆一 村松 良介  
今泉 未希 矢野 健  
中路 修 坂本 剛  
原 雅代 神田 光子  
塩毛 絵里 寺田 誘次  
北尾 可奈子 碧山 里絵  
渡部 栄子

### イラスト

石原 由貴

編集後記

久しぶりの安来市特集。訪れた安来駅で「安来ガチャ」という安来の協賛店で特典がもらえるガチャガチャがありました。第1弾は1か月で完売したという話題のガチャ。1回300円、当たりだと特産品がもらえるということで、スタッフも挑戦してみました。大当たりではありませんでしたが、かわいいマスクングテープと、いちご1パックの特典で元がとれたのでは!?と喜びました。安来駅のほかに道の駅あらエッサでも5月末まで設置予定だそうですので、見かけたらやってみる価値ありますよ。(今泉)

## てくてく日和42号(2023年春)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】縁むすびバスマップすごろく&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)  
 春のおとずれ 安来さんぽ  
 バリアフリーな外出をサポートする団体・WEBサイト  
 ハダルと矢野のよもやま話  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開く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: [tekutekubiyori@pjui.com](mailto:tekutekubiyori@pjui.com)  
HP: [project-ui.com](http://project-ui.com)

