てくてくビヨリ　山陰　44号

発行　2023年　秋

特集　宿から楽しむ　松江

こん号のてくてくまち歩きレポーター紹介

カナコ

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、自分にぴったりな趣味をみつけるのが目標。自走式車いすを使用（幅60センチ）

画像：カナコの写真



エミ

全盲の視覚障ガイで白杖と手引きで歩く。ボルダリングで体を動かすことが好きなアクティブ派。

画像：エミの写真



島根県松江市は、山陰の中心部分であり鳥取・島根の旅の拠点にすることができます。観光に便利な温泉地「松江しんじこ温泉」のお宿はバリアフリーの取り組みに積極的で、各施設が独自にリニューアルを行うなど、より快適なお部屋を提供しています。国宝松江城や松江市内の観光地もすぐそこという好立地なので、ひと休みの時間も有効的な心地の良いものにできるでしょう。自分に合う宿を見つけて、旅のプランを考えてみてはいかがでしょうか。

進化し続けるユニバーサルデザインの旅館　なにわイッスイ

いつもとひと味ちがう　癒しの時を

なにわイッスイ

宍道湖に面した客室は、それぞれ内装のデザインが異なっていて個性的。一部の客室は広々としたテラスに浴槽を配した「露天風呂付き客室」になっている。温泉を楽しんだ後は、スパでリラックスしてみては。

住所：島根県松江市千鳥町63

電話：0852の21の4132

FAX：0852の21の4162

営業時間：チェックイン／16時 チェックアウト／10時（露天風呂付き客室はチェックイン／15時 チェックアウト／11時）

料金：【MINAMO301・302号室】2名利用時1人あたり36,075円から（税込・1泊2食付き）

バリアフリーデータ

駐車場身障者用

車いす対応トイレ

自動ドア

エレベーター使用可

入口段差なし（スロープ）

テーブル席あり（高さ ウエ70センチ・シタ63センチ）

オストメイト・多目的トイレ

貸出用車いす3台

浴室堀コミ型（大浴場）

UDルーム

スタッフのサポート可

洋式トイレ

館内に共用の車いす対応トイレ2ヵ所（1階オストメイト対応）

バリアフリールーム10部屋 ※内車いす対応トイレのある客室4部屋（201号室はオストメイト対応トイレ付）※308号室は電動ベッド※201号室は入浴用シャワーキャリーの設置可／水の３・水の６号室はバスリフトの設置可）

大浴場入口・浴室入口にスロープあり、入浴用シャワーキャリー2台あり（201号室・大浴場男女に設置可能 ※要予約）

入浴用シャワーチェア・浴槽すべり止めマット等貸出用具あり

入浴介助ヘルパーの手配可能（1時間3,300円から1週間前までの要予約）

車いす対応のリフト付き送迎マイクロバスあり

一部段差箇所に昇降機あり

食事会場に車いす対応の個室あり（入口幅118センチ）

スパシズクにて昇降ベッド完備

館内触知図、「水の５号室」室内触知図・部屋の説明音声案内あり

【MINAMO露天風呂付ツインベッド洋室】301・302号室（コネクティングルーム）入口手動スライドドア幅95センチ・段差なし、部屋への入口92.5センチ、トイレ入口スライドドア幅110センチ、ベッドの高さ50センチ（ベッドは左右に移動可能）、露天風呂浴槽高さ50センチ（広い腰掛あり）、ウチ側に25センチの高さのステップあり、入浴用グリップ、トランスファーボード取り付け可

画像：なにわイッスイの外観



画像：MINAMO301号室



301・302号室は左右対称のコネクティングルーム

今回はリニューアルされた３階の「MINAMO３０１・３０２号室」をご紹介。エレベーターを降りスロープの先に部屋があります。隣り合った２部屋をつなげて利用することもできるので、２世帯で泊まるにもおすすめです。

画像：302号室の洗面台



洗面台の手洗い場は手前が低く、足元に空間があり車いすのままでも使いやすいように工夫がされています！

画像：302号室の露天風呂



テラスに露天風呂があり温泉を満喫しながら宍道湖を一望できます。浴槽には腰掛けるスペースがあり、取り付け型の入浴ボードや手すりなども用意してもらえます。トイレの入口は開口幅が広くなるよう工夫され、縦手すりが付いていました。（カナコ）

リニューアル展望風呂付客室　大橋館

街並みと大橋を交えて宍道湖を観る

大橋館

大橋川と宍道湖を見渡せるコンフォートルームや展望風呂付客室など個性豊かな客室に生まれ変わった。バー＆グリル「The Willows」では、若旦那ジェームス自慢のおいしい創作料理でおもてなし。

住所：島根県松江市末次本町40

電話：0852の21の5168

FAX：0852の25の3485

営業時間：予約受付／9時から21時 チェックイン／15時 チェックアウト／10時

定休日：年中無休。ただしメンテナンス等により休業することがある。

料金：【つばき・601号室】2名利用時1人あたり23,100円から（税込・素泊り）

バリアフリーデータ

駐車場一般

洋式トイレ

自動ドア

エレベーター使用可

入口段差なし （スロープ）

貸し出し車いす1台

浴室自立式

浴室掘込型（大浴場）

一般駐車場あり（車いす使用であると事前に連絡すると近くの駐車場を確保してもらえる）

入口2ヵ所あり北口正面は14センチの段差あり、南口玄関はスロープ付自動ドア

エレベーターあり（エレベーターへのスロープあり）

シャワーチェアあり

お食事ドコロは2階の個室（通路に飛び石等の段差あり）

大浴場までは手すり付き17段の階段

【展望風呂付ツインルーム】※同じタイプが3部屋

入口手動スライドドア幅85センチ・レールの段差1センチ、トイレ入口スライドドア幅75センチ、浴室入口開き戸幅78センチ17センチ1段段差あり、浴槽高さ60.5センチ（広い腰掛あり）、ウチ側に23.5センチの高さのステップあり。

画像：大橋館の外観



画像：南口の玄関はスロープあり



画像：1階に新設したエレベータへのスロープ



玄関が二つあり、南口にはスロープが増設され段差なく入館できます。ロビーにもエレベータへ続くスロープがあり部屋までは段差なく移動できます。地下の大浴場へは階段のみでしたが、しっかりした手すりがついていました。

画像：展望風呂付ツインルーム つばき・601号室



画像：洗面台を使用するカナコ



画像：開放感溢れるガラス張りの内風呂



リニューアルされた部屋は広くオシャレで、３室のみ展望風呂付の客室があります。温泉を楽しめる内風呂からは大橋川や宍道湖の景色が眺められ最高でした。浴室入口には17センチの段差がありますが、背もたれ肘置き付きのシャワーチェアに移乗すれば私は利用できそうだと思いました。浴槽はウチ側にステップがあり、腰掛も広めです。トイレは手すりなしの洋式トイレですが、スライドドアなのでサポートがあれば使えそうです。（カナコ）

画像：お部屋からの景色がいい



現状、食事処へは飛び石の通路で車いすのまま通ることは難しそう。今後通路もバリアフリー改装のお考えがあるそうなので、そうなれば評判の良いお料理も堪能できて嬉しいです♡（カナコ）

バリアフリー対応客室＆リニューアルの和室　夕景湖畔すいてんかく

温泉とご馳走も　旅の思い出に！

夕景湖畔すいてんかく

大浴場で楽しむ温泉と、宍道湖七珍をはじめ島根の海の幸・山の幸がたっぷりの料理が自慢のすいてんかく。旬の食材で作った和食メインの料理は、きっと旅の思い出に残ることでしょう。

住所：島根県松江市千鳥町39

電話：0852の21の4910

FAX：0852の21の4986

営業時間：チェックイン／16時 チェックアウト／10時、日帰り入浴は16時から21時

定休日：年中無休（ただしメンテナンス等により休業する場合あり）

料金：【露天風呂付和洋室203号室】2名利用時1人あたり25,000円から（税込・1泊2食付き）

バリアフリーデータ

駐車場一般

車いす対応トイレ2ヵ所

洋式トイレ

自動ドア

エレベーター使用可

入口段差なし（スロープ）

テーブル席あり（高さ ウエ71センチ・シタ67センチ）

貸出用車いす3台

浴室掘込型（大浴場）

UDルーム

一般駐車場あり（屋根付きの玄関に車寄せして乗降可能・身障者の方は入口近くの駐車場を確保）

車いす対応トイレ2ヵ所（客室に1ヵ所、共用1階に1ヵ所）

浴用シャワーチェア2台あり（背もたれ無し）

バリアフリールーム1室【203号室】

入口スライドドア（幅97センチ）、スロープあり、車いす対応トイレ、露天風呂入口オレド幅89センチ・サッシの段差2センチあり、和洋室タタミ部分は土足不可

リニューアル和室【311号室】

入口スライドドア（幅60センチ）、スロープあり、和室のためスロープ先の畳の上は車いすでの利用不可

画像：夕景湖畔すいてんかくの外観



画像：入口のスロープ



画像：宍道湖の見える和洋室・203号室



２０３号室のバリアフリールームは露天風呂付の和洋室です。畳部分では車いすを降りてくつろげます。

画像：203号室の浴室



画像：手すりを掴み浴槽に腰掛けるカナコ



浴室入口は開口幅が広くとれるように扉が工夫されていて、背もたれなしのシャワーチェアも用意してもらえます。浴室内には手すりが３つあり浴槽のフチに座ってから湯船に入ることができ、宍道湖の景色を眺めながら温泉を楽しめます。（カナコ）

画像：リニューアル和室の311号室



３１１号室は温かみのある和室で、部屋の前までは幅の広いスロープの通路でした。入ってすぐの場所にあるトイレは手すりはありませんが、スライドドアなので使いやすいと思います。畳は土足不可で車いすからおりなければなりませんが、簡易ベッドを用意してもらえるので歩行が可能な方は利用できると思います。（カナコ）

無料　松江しんじ湖温泉　足湯スポット

足湯の主な効果、冷え性改善・むくみ改善・不眠解消・リラックス効果・免疫力アップなど

画像：宍道湖しじみ館 足湯



画像：松江しんじこ温泉駅 足湯



ユニバーサルルーム＆リニューアルの大浴場　ホテルイチバタ

日帰りプランから　パーティまで

ホテルイチバタ

宍道湖に面したレイクビュー客室と、市街地を向いたスタンダード客室がある。日帰り利用もできる展望大浴場はリニューアルし、人気のロウリュ付きサウナが加わった。

住所：島根県松江市千鳥町30

電話：0852の22の0188

FAX：0852の22の0230

営業時間：チェックイン／15時、チェックアウト／11時、日帰り入浴／7時から10時、15時から22時

定休日：年中無休。ただしメンテナンス等により休業することがある。

料金：【ユニバーサルツインルーム】2名利用時１人あたり20,000円から（税込・1泊2食付き）【日帰り入浴】大人1,500円、子ども500円（4歳から小学生）

バリアフリーデータ

駐車場身障者用

オストメイト・多目的トイレ2ヵ所

自動ドア

エレベーター使用可

入口段差なし（スロープ）

テーブル席あり（高さ ウエ73センチ・シタ69センチ）

スタッフのサポート可

貸出用車いす2台

UDルーム

浴室自立型（UDルーム）

浴室掘込型（大浴場）

身障者用駐車場2台（西口側）

入口自動ドア・段差なし

南口に雨よけ屋根あり、車の乗降可能

館内段差なし

北口に点字ブロック・スロープあり

筆談対応可能

レストラン テーブル席（高さウエ73センチ・シタ69センチ）・一部屋個室あり

【ユニバーサルツインルーム403】※同じタイプが3部屋

入口段差なし、手動開き戸（幅83センチ）、バリアフリー対応ユニットバス（入口幅88センチ）。

【大浴場】

脱衣所・浴室ともにスロープあり

シャワーチェア6台

掘込型（フチの高さ15センチ、ウチ側に25センチ・28センチの2段ステップあり）

画像：ホテルイチバタの外観



画像：北口（駅側）のスロープと入口



画像：ユニバーサルツインルーム403から宍道湖を眺めるカナコ



画像：ユニバーサルツインルーム403のお風呂



画像：ユニバーサルツインルーム403のトイレ



ユニバーサルルームの入口は開き戸。部屋に入ると大きな窓から宍道湖が一望でき、眺めが良いです。お風呂とトイレは車いす対応のユニットバスで、扉は左右どちらからでも開けられ、開口幅も広いです。浴槽の壁には全方向に手すりが設けられ、浴槽のフチに腰かけるスペースもあったので、多くの方が使いやすいと思います。（カナコ）

画像：大浴場入口のスロープ



画像：浴室の出入口には段差なし



画像：大浴場



改装された大浴場は段差なく入口はスロープで、脱衣所から浴室への入口もスロープ状になっていました。浴槽には２つの手すり、浴槽ウチ側には２段のステップがあります。日帰り温泉の利用もタオル付なので手ぶらでOK! 宍道湖を眺めながらリラックスできそう♪（カナコ）

画像：窓があり解放感のあるサウナルーム



新設されたサウナルームにも段差なく車いすのまま入ることができたので、ベンチに移乗して同行者に車いすを外に出してもらえば車いすユーザーさんもサウナを楽しめます。気持ちのいい暑さにサウナにハマってしまいそうでした♡（カナコ）

アイディアとサポートで洋室をバリアフリーに　松江ニューアーバンホテル

レストランは　料理も　景色も　絶景

松江ニューアーバンホテル

松江しんじこ温泉駅やバス停に近く、夕日スポットへは徒歩でも移動できる便利な立地のホテル。レイクラインやイチバタ電車で観光を楽しんだら、ホテル最上階のレストランでフレンチビュッフェはいかが。

住所：島根県松江市西茶まち40の1

電話：0852の23の0003

営業時間：チェックイン／15時、チェックアウト／10時、日帰り入浴／6時から10時、12時から23時半

定休日：年中無休。ただしメンテナンス等により休業することがある。

料金：【827号室】2名利用時1人あたり7,500円（税込）から、【日帰り入浴】大人1,100円、小人600円

バリアフリーデータ

駐車場身障者用

車いす対応トイレ2ヵ所

自動ドア

エレベーター使用可

入口段差なし（スロープ）

テーブル席あり

オストメイト・多目的トイレ1ヵ所

貸出用車いす3台

浴室自立型（洋室）

浴室掘込型（大浴場）

スタッフのサポート可

本館に男女別の車いす対応トイレあり、

別館にオストメイト対応多目的トイレあり

筆談対応可能

シャワーチェア2台あり

事前連絡でバスボード、幅48センチの介護用車いす、簡易手すりなど福祉用具の貸出可能

【827号室】※同じタイプが2部屋

入口手動開き戸幅75センチ・段差なし、トイレ入口スライドドア幅60センチ・段差なし、浴室入口開き戸幅60センチ・23センチ1段段差あり

【大浴場】

入口に20センチ、浴室入口に15センチ段差あり

シャワーチェア男女各1台あり

浴槽に手すり、2段のステップあり

【エンウン】

本館入口自動ドア、フロアに段差なし、テーブル席（ウエ67センチ・シタ63センチ）時間：平日8時から21時、土日祝 9時から21時

【料金】

コワーキングえんうん ドロップイン（1時間）550円、1DAY（8時間）2,200円　など　ほかプラン・貸切可能

画像：ニューアーバンホテルの外観



リニューアルされた別館の洋室をいくつか見せていただきました。バリアフリールームではありませんがスタッフの方がとても親身になってくれ安心感があります。（カナコ）

画像：８２７号室でベッド横に簡易手すり（レンタル）を設置



宍道湖の眺めがいいお部屋の８２７号室は、入口に段差はなく幅も余裕があります。浴室入口だけ段差がありますが簡易スロープを借りられますし、23センチの段差なので介助があればそのままシャワーチェアに移乗することで使えそうです。館内では小回りが利くコンパクトな介助用車いすを借りることがおすすめです。立ち上がり補助の簡易手すりは、起き上がりや移乗などなにかと便利なアイテムだと思います。（カナコ）

画像：８２７号室の洗面台



画像：８２７号室のトイレ



本館・別館それぞれに共用の車いす対応トイレがあり、別館３階はオストメイト対応です。部屋のトイレは車いすが入りきらないですが、簡易手すりも用意可能だそうです。

画像：貸出用の幅の狭い車いすに座る



小型の介助用車いす（貸出）

画像：簡易スロープで浴室に入るカナコ



簡易スロープ（貸出）

画像：お部屋の浴槽にバスボードを付けた



バスボード（貸出）

事前に車いすユーザーであることや、要望を伝えておくと様々な福祉用具を用意してくださるので、より快適に過ごせますよ。

画像：コワーキングスペース　エンウン



本館にできたワーキングスペースは広々としていて色んなタイプのスペースがありました。段差なく利用できるので、景色も良くこんな場所なら作業に集中できそう。

城下町を　和装でぶらり

UD着物「キモノール」をレンタル！

キモノールとは…着物が上下セパレートになっていて、前がはだけないようにマエミゴロを固定した特殊な着物。普段着る洋服と同じように気軽に、着る人も着せる人もハッピーな着物です。石川県のNPO法人石川バリアフリーセンターが2023年に開発・商品化したものです。

画像：キモノールを着て嬉しそうなカナコ



城下町で和装ができたらレトロかわいいけど、車いすユーザーにとって『着物』ってハードルが高いんだよね…。（カナコ）

画像：車いすに座ったままシタゴロモの巻きスカートを着る



画像：洋服のようにそでを通す



シャツを羽織るように、スカートを巻き付けるように着用するので、立ち上がることなく着ることができます。マジックテープが施されておりサイズ調整もラクラク。

画像：飾りオビを車いすにつけてもらう



松江城のお堀沿いをお散歩

画像：城下町の通り



画像：堀川遊覧船に手を振るカナコ



画像：橋と松江城をバックに記念撮影



着付けはリツイ保持など車いすユーザーには大変なことが多いのですが、ＵＤ着物は座ったまま着れるという優れものです♡ 古い町並みが残る城下町をお散歩するのも、着物を着るとテンションが上がります。遊覧船のお客さんに手を振りながらのんびりとした時間を過ごしました。（カナコ）

ＵＤ着物『キモノール』に関する販売、レンタルのお問い合わせはプロジェクトゆうあいまでTEL：0852の32の8645

松江の定番観光地をもっと楽しむ！！

やさしいお城ガイドと国宝松江城を攻める！

松江の歴史を見つめた名城

国宝　松江城

解体や焼失を免れた貴重な「現存天守」を有する松江城。耐久性を高める工夫や城攻めへの対策を随所に凝らした、合戦を強く意識した城でもある。

住所：島根県松江市殿町１の５

電話：0852の21の4030

FAX：0852の21の4211

営業時間 ：［4月1日から9月30日］本丸／7時から19時半、天守／8時半から18時半（受付終了18時）[10月1日から3月31日］本丸・天守／8時半から17時（受付終了は16時半）

定休日：年中無休

料金：本丸は無料。天守入場 大人：680円、小・中学生：290円。団体（30名以上）大人：540円 小・中学生：230円※障がい者手帳、療育手帳などの提示により、所持者と介護者1名は無料。

まつえ時代案内人（松江観光協会ガイド）

松江藩主堀尾家に仕える武者姿のガイドさんの案内で、チクジョウ技術など松江城の秘密に迫る「天下一やさしいお城ガイド」。

電話：0852の27の5843

FAX：0852の26の6869

営業時間：要予約・詳細は問い合わせによる。「松江／山陰バリアフリーツアーセンター（<TEL:0852の61>の0199）」を通すことで利用可能。

バリアフリーデータ

駐車場身障者用

オストメイト・多目的トイレ1ヵ所

車いす対応トイレ3ヵ所

障がい者手帳割引

大手前駐車場に身障者用2台（有料）

車いす対応トイレ3ヵ所、大手前駐車場にオストメイト対応トイレ1ヵ所

ジョウザン公園シタの段から天守広場まで手すり付き階段

事前の問い合わせにより車いす使用者は二の丸ウエの段・番所跡まで車で進入可

二の丸ウエの段から天守広場まで石の階段

天守内は急な階段のみで、車いすでの入場は困難。階数を知らせる音声案内あり

画像：国宝　松江城



画像：鉄砲をかまえる時代案内人



画像：エイエイオー！とこぶしを上げるエミ



城攻め開始の掛け声とともにいざ出陣！

画像：時代案内人の石垣猿之助さんとご挨拶



画像： 刀を持ってみるエミ



画像：兜を触ってみるエミ



本格的な甲冑やレプリカの刀や火ナワ銃に触れました。重厚感があり、特に兜についている桃の印の華やかな装飾が素敵！

画像：立体マップを触りイメージを膨らますエミ



今回の担当ガイドさんは、松江城の模型や触って分かる家紋を用意してくださり、見えない私も、城の形と現在地を想像することができました。（エミ）

画像：本坂で死角から火縄銃で狙われるエミ



画像：本坂の石階段



画像：サマから銃を構えるエミ



天守に向かいながら「どこで守りを固めたか」「どこから攻撃するか」を考えました。石段はとても登りにくいですが、武将の守備のアイディアを体感できました。サマという武器を構えられる穴から火縄銃を構えてみたり、櫓にあいている落とし穴に触れたり、守りながら攻撃ができる工夫にも初めて気づきました。（エミ）

画像：石垣を触るエミ



石垣の角は大きな石で補強してある！

画像：石垣を観察



上の段に上がるとひときわ大きい『鏡石』が。これは威厳をアピールするため！？

画像：天守内の階段を上る



急傾斜の階段も守りの仕組みのひとつ

画像：井戸



画像：包板の柱を触ってみる



天守内部に入ってからは、城を守る仕組みと籠城するための装備について学びました。３種類の柱は、手で触れると違いがすぐ分かり、特に細い柱を板で包む『包板』は松江城独特なもので、ぜひ触れていただきたいポイントです。天守最上階以外の各階に簡単な音声ガイドがあります。案内人や観光ガイドの方がいない場合には、頼りになりそうです。（エミ）

画像：天守最上階で風を感じるエミ



天守最上階は、風が吹き抜け開放感があり気持ちがいいです。下の階とは違う柱に触れて、登って来てよかったと思いました。（エミ）

時代案内人のガイドを聞きながらだと、松江城の細かな秘密をより深く知ることができました。歩いて体感できたり、触れられる場所を紹介してくださったことでイメージが沸いてくるので、見えない・見えにくい方もグッと楽しめると思います。（エミ）

ＶＲでお城トウカクの疑似体験！

松江の歴史とゆかりの人物が分かる

松江歴史館

近世の松江藩を中心に、松江の歴史と文化・重要人物を紹介する施設。城下町の成り立ちとそこに住まう人々の生活や、松江藩を支えた産業などをイラストや写真・遺物で解説する。松江について、詳しくなってみませんか。

住所：島根県松江市殿町279番地

電話：0852の32の1607

FAX：0852の32の1611

営業時間：9時から17時（最終受付16時半まで）

定休日：毎週月曜日（祝日の場合は翌平日）、年末年始（12月29日から1月1日）

料金：基本展示 大人：510円　小・中学生：250円、20名以上の団体では大人：410円　小・中学生：200円※企画展示は別途観覧料が必要（料金は企画により異なる）※障がい者手帳・ミライロIDまたは医療受給者証の提示で本人と介助者1名が観覧料無料。

【国宝松江城天守VR体験】実施日時 毎週土曜日・日曜日、祝日10時から12時／13時から16時（1人15分程度）参加費 無料（対象は13歳以上）電話にて予約優先 ※空きがあれば当日受付可

バリアフリーデータ

駐車場身障者用

オストメイト・多目的トイレ1ヵ所

自動ドア

障がい者手帳割引

テーブル席あり

入口段差なし（スロープ）

貸出用車いす4台

身障者用駐車場5台（松江ホーランエンヤ伝承館マエ2台分も使用可）

身障者用専用入場口にスロープ・自動ドア（段差なし）・点字ブロック・誘導鈴・触知図・インターホンあり

館内土足不可のため、車いすの場合スタッフがタイヤを拭いてから入館

館内にある畳の休憩スペースにスロープあり（座椅子あり）

画像：松江歴史館の外観



画像：入口のスロープ



画像：専用入場口で車いすのタイヤを拭いてもらう



画像：ＶＲゴーグルをつけてもらう



画像：VR映像の井戸を覗き込むカナコ



画像：柵につかまり立ちをしてVRで天守最上階から松江市街を眺めるカナコ



画像：VR映像の映ったモニター



天守最上階は展望台ですが、この景色も見ることができました！そこでは車いすに座ったままだと建物などが見づらいので、柵につかまり立ち上がって見ました。昔に建てられた松江城から見渡す現代の町並みは不思議な感じがしました。（カナコ）

画像：畳の休憩室はスロープ付き



画像：美しく美味しそうな和菓子



喫茶では松江の和菓子をいただける

画像：映像で松江城を学ぶ



画像：祈祷札の展示を見るカナコ



展示室はフラットで展示も低く、松江の事が分かる映像などをゆっくり見てまわれます。期間限定ではありますが、松江城が国宝になる証となった「祈祷札」の実物が展示されていました。ＶＲ体験後に資料を見ることで、より楽しく学ぶことができました。（カナコ）

特集　宿から楽しむ　松江　おわり

バリアフリーな外出をサポートする団体・WEBサイト

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（PCエコステーション・ゆうあい内）

《平日》電話：0852の61の0199　ファックス：0852の27の7447

受付時間：九時から十八時まで

Eメール：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　てくてくサンイン

リンク先ＵＲＬ→http://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。

（北海道・旭川）カムイだいせつバリアフリーツアーセンター　電話　0166の38の8200

（北海道）一般社団法人　日本UD観光協会　電話　011の788の4170

（仙台）仙台バリアフリーツアーセンター　電話　022の726の7503

（秋田）秋田バリアフリーツアーセンター　電話　018の838の4188

（山形）山形バリアフリー観光ツアーセンター　電話　0238の20の6125

（福島）ふくしまバリアフリーツアーセンター　電話　024の531の6428

（福島）いわきユニバーサルツーリズムセンター　電話　0246の68の8927

（東京・関東）高齢者・障がい者の旅をサポートする会　電話　070の5081の7404

（東京）ユニバーサルツーリズムセンターむさしの　電話　042の315の3261

（神奈川）湘南バリアフリーツアーセンター　電話　050の3161の1185

（新潟）新潟ユニバーサルツーリズムセンター　電話　025の311の1809

（新潟）柏崎ユニバーサルツーリズムセンター　電話　0257の47の7229

（富山）富山ユニバーサルツーリズムセンター　電話　076の454の7822

（石川）石川バリアフリーツアーセンター　電話　076の255の3526

（静岡）高齢者・障害者の西伊豆旅行サポートセンター　ラクタビスト　電話　0558の52の4730

（愛知）チックトラベルセンター　ハート トゥー ハート　電話　052の222の7611

（三重）伊勢志摩バリアフリーツアーセンター　電話　0599の21の0550

（滋賀）滋賀ユニバーサルツーリズムセンター　電話　077の569の4777

（京都）ユニバーサルデザインセンター京都　Eメール　[kyoto-kanko@udc.kyoto.jp](mailto:kyoto-kanko@udc.kyoto.jp)

（大阪）大阪ユニバーサルツーリズムセンター　電話　06の6195の9056

（大阪）泉州ユニバーサルツアーデスク　電話　072の472の2329

（奈良）奈良バリアフリー観光ツアーセンター　電話　0742の62の0151

（兵庫）しゃらく　電話　078の735の0163

（兵庫）神戸ユニバーサルツーリズムセンター　電話　078の381の6470

（兵庫）姫路ユニバーサルツーリズムセンター　電話　079の224の8803

（兵庫）こひつじクリニック　電話　0120の96の8323

（鳥取）トラベルフレンズとっとり　電話　070の5675の4483

（島根）松江/山陰バリアフリーツアーセンター　電話　0852の61の0199

（広島）呉バリアフリーツアーセンター　電話　080の6345の5435（祝日は除く水曜日から金曜日／十時から十六時）

（徳島）徳島ユニバーサルツーリズムセンター　電話　088の635の9292

（高知）高知県バリアフリー観光相談窓口　電話　088の824の0227

（福岡）福岡・九州UD情報センター　電話　092の624の0888

（佐賀）佐賀嬉野バリアフリーツアーセンター　電話　0954の42の5126

（長崎）長崎県ユニバーサルツーリズムセンター 電話　0957の46の3773

（大分）別府・大分バリアフリーツアーセンター 電話　090の6633の4882

（熊本）くまもとユニバーサルツーリズムセンター　電話　096の344の5539

（鹿児島）かごしまバリアフリーツアーセンター　電話　0995の73の3669

（沖縄）沖縄バリアフリーツアーセンター　電話　098の858の7760

バリアフリーな外出をサポートする団体・WEBサイト　おわり

交通機関・宿・トイレ　観光バリアフリーデータシート［松江エリア］

鉄道

JR松江駅

入口手動ドア（常時開いている）。点字ブロック、構内案内の触図あり。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160センチ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。改札口の外にオストメイト対応多目的トイレあり。

JR西日本お客さまセンター　介助のご依頼

おからだの不自由なお客様のサポートダイヤル：0570の00の8989（有料）受付時間：8時から20時、年中無休

イチバタ電鉄 松江しんじコ温泉駅

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。簡易スロープあり、駅員・乗務員のサポートあり（駅によっては電車とホームの段差が大きいことがあるので、下車する駅を事前に伝えておくとスムーズ）。身障者用駐車場1台あり、オストメイト対応多目的トイレあり、障がい者手帳提示で本人が運賃半額。

お問い合わせ：0852の21の2429

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ヵ所（内オストメイト対応が２ヵ所）、２階に４ヵ所（内オストメイト対応トイレが２ヵ所）、3階にオストメイト対応車いすトイレが１ヵ所ある。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：米子空港ビル株式会社

[TEL：0859の45の6123](TEL:0859の45の6123)

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ヵ所、２階国内線出発ロビーに１ヵ所、２階国内線搭乗待合室に１ヵ所の計３ヵ所。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の747の707 ／ 9時から17](TEL:0120の747の707%20／%209時から17)時・年中無休

【FDA コールセンター】[TEL:0570の55の0489 ／ 7時から20](TEL:0570の55の0489%20／%207時から20)時・年中無休

【出雲空港ターミナルビル総合案内所】[TEL:0853の72の7500 ／8時から20](TEL:0853の72の7500%20／8時から20)時・年中無休

館内に車いすトイレのある宿泊施設

松江市

松江ニューアーバンホテル　TEL：0852の23の0003

松江市

玉造グランドホテルチョウセイ閣　TEL：0852の62の0711

松江市

松江エクセルホテル東急 TEL：0852の27の0109

松江市

松乃湯　TEL：0852の62の0611

松江市

玉造国際ホテルリバージュチョウラク　TEL：0852の62の0531

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

松江市

キョクスイの庭 ホテルギョクセン TEL：0852の62の0021

松江市

カスイテイ　ミナミ　TEL：0852の62の0331

松江市

夕景湖畔すいてんかく　TEL：0852の21の4910

松江市

東横イン松江駅前　TEL：0852の60の1045

松江市

なにわイッスイ　　TEL：0852の21の4132

松江市

ミナミ館　TEL：0852の21の5131

松江市

ホテルイチバタ　TEL：0852の22の0188

松江市

ドーミーインEXPRESS松江　TEL：0852の59の5489

盲導犬ハダルと矢野のよもやま話

盲導犬ユーザーの旅の宿選び

　現在は、障害者差別解消法及び身体障害者補助犬法の改正により、合理的配慮や入店拒否・乗車拒否をしないことなどは、努力義務から義務となっている。しかし、一般社会に浸透しているとはまだまだ言いがたい。特に宿泊施設では、人材不足による人的サポートの減少が進んできているのが現状である。

　何といってもまずは、盲導犬の受け入れが可能かどうかであり、宿泊が可能だったとしても、排泄場所の相談にのってもらえたり、建物周辺で排泄できるかどうかが重要なポイントになってくる。次に、ホテルに着いてから部屋まで誘導したり部屋の中を説明してもらえるか、食事会場がバイキングだった場合等の対応をしてもらえるか、また、急なハプニングや困ったときの相談や対応をしてもらえるかどうか…上げるときりがないが心配事は山ほどある。ＷＥＢ上でこと細かく記されてるサイトはほとんど無いので、前もって電話で確認が必要になる。ホテルスタッフの人員に余裕がないと不可という話になり、そうなるとどうしても宿泊費用が高くなる傾向にあり懐が寂しくなってしまう。

　施設側に盲導犬受け入れについてもっと理解していただければ、それほど難しく考える必要はない。私たちも力を抜いて旅を楽しみたいものだ。

盲導犬ハダルと矢野のよもやま話　おわり

**中村ブレイス株式会社**

世界の障がいを持つ方に、笑顔と希望を！

義肢、装具、人工乳房、医療用具の製造・適合業務を行っています。

住所：本社　郵便番号694の0305　島根県大田市大森チョウ ハ132

東京事務所　郵便番号158の0097　東京都世田谷区用賀4の10の3　世田谷ビジネススクエアヒルズ2　2階の25号

電話：0854の89の0231

ファックス：0854の89の0018

ホームページ　<http://www.nakamura-brace.co.jp/>

Eメール　nakamura@nakamura-brace.co.jp

**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。

住所：郵便番号690の2404　島根県雲南市三刀屋町三刀屋1129の4

電話：0854の47の7283

ホームページ　<http://tomomi-k.com/>

**リコージャパン株式会社　島根支社**

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。

住所：郵便番号690の0038　松江市平成町　182の27

電話：0852の21の9001

**セラピースペースながしま**

脳梗塞、脳性麻痺から腰など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年以上務めた知識と技術。

住所：島根県安来市安来町1622の2

お気軽に相談ください！

電話：090の7548の8677

ホームページ　https://www.yasugits.com/

**三瓶山の天然水　さひめの泉**

モンドセレクション金賞　2年連続受賞！　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。

電話：0120の837の014

ホームページ　<http://www.sahime.jp/>

**ぐるっと松江　堀川めぐり**

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！

料金：大人一名（中学生以上）　1500円、障害のある方　800円

小人（小学生）　800円、障害のある方　400円

※団体20名以上　大人　1300円、小人　700円

遊覧時間約50分

堀川遊覧船　管理事務所

電話：0852の27の0417

ホームページ　<http://www.matsue-horikawameguri.jp/>

**ホンダカーズ島根東**

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。

普段の生活にもしっかり使える知恵と工夫

N BOX　スロープ車いす仕様（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。

松江東店

住所：松江市西津田4の2の8

電話：0852の26の0630

営業時間：9時30分から18時（令和2年4月から）

定休日：水曜、第2・第4火曜

黒田店

住所：松江市黒田町434の1

電話：0852の59の9650

営業時間：9時30分から18時（令和2年4月から）

定休日：水曜、第2・第4火曜

学園店

住所：松江市学園町1丁目19の16

電話：0852の28の0701

営業時間：9時30分から18時（令和2年4月から）

定休日：水曜、第2・第4火曜

**株式会社ミック**

より安全に、より安心なコンピューターネットワーク環境をご提供します。

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、皆様の大切な資産情報を守ります。それが…システム 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®

住所：松江市学園南2の10の14　タイムプラザビル一階

電話：0852の27の0329

ファックス：0852の27の0376

支店／出雲・雲南・浜田・益田

ホームページ　<http://www.mic-ltd.co.jp/>

**山陰合同銀行**

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ーなどに使用しています。

ホームページ　<http://www.gogin.co.jp/>

**松江アーバンホテルグループ**

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。

松江アーバンホテル　電話：0852の22の0002

松江ニューアーバンホテル　電話：0852の23の0003

松江アーバンホテルレークイン　電話：0852の21の2424

ホームページ　<http://www.matsue-urban.co.jp/>

**松江しんじこ温泉なにわイッスイ**

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

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。

2021年12月リニューアルオープン!

バリアフリーユニバーサルデザイン客室

誰もが安らげるバリアフリーフロア

・リニューアルをした5階のフロアは、5部屋とも段差がなく間口も80センチ以上あります。

・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「リフト付シャワーキャリー」が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、これまでにも増して「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。

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）

住所：島根県松江市千鳥町63　松江しんじこ温泉

電話：0852の21の4132

ファックス：0852の21の4162

Eメール：naniwa@web-sanin.co.jp

**有限会社ケーネット**

消防用設備 設計・施工・保守管理

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も承っています

住所：郵便番号690の0048　松江市西嫁島3の5の6

電話：0852の23の7119

FAX：0852の23の7108

**プロジェクトゆうあい**

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！

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方として、住宅、商業施設、宿泊施設等の設計、アドバイス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許可を得ています。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。

[建築設計スタッフ]田中隆一（一級建築士／技術士／宅建主任者）黒崎忍（一級建築士）

[福祉専門スタッフ]三村拓也（理学療法士）松浦玲子（社会福祉士）

[障がい当事者アドバイザー]石倉悟（車いす）北尾可奈子（車いす）渡部栄子（視覚障がい）村松良介（聴覚障害）

電話：0852の32の8645

メール　[tekutekubiyori@pjui.com](mailto:info@pjui.com)

**太陽水道工事**

バリアフリーリフォームしています！

水回り・住まいの困りごと何でもご相談ください！

ホームページ：https://taiyousk.co.jp/

**東出雲観光バス**

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！

・リフト付き大型バス　［定員］４９名：正座席４９名＋補助席なし　車椅子利用時 最大６台乗車

・リフト付き大型バス　［定員］４５名：正座席４５名＋補助席なし　車椅子利用時 最大４台乗車

・リフト付きマイクロバス　［定員］２０名：正座席１５名＋補助席5名　車椅子利用時 最大２台乗車

大型バス以外にも、車椅子対応のユニバーサルデザインタクシー1台あり！

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

リフト付き観光車両の保有数は山陰で最多

住所：郵便番号699の0101　 島根県松江市東出雲町揖屋611の5

電話：0852の52の2081

FAX：0852の52の2205

ホームページ：東出雲観光バス　で検索

**松江観光協会**

松江城郭ガイドツアー

【松江城トウカク】

催行日：毎週土曜日

所要時間：90分　1、10時から　2、13時から

ツアー概要

松江開府の祖「堀尾吉晴」「堀尾タダウジ」親子を筆頭に、武者姿の『まつえ時代案内人』が“天下一やさしいお城ガイド”を合言葉に、チクジョウから ４００年を超える国宝松江城や、最強の枡形など城郭の魅力をご案内します。

詳しくはこちら：https://www.kankou-matsue.jp/machiaruki/course/desc/?id=9

**医療法人　いきいきクリニック**

いきいきとした生活に貢献するクリニックを目指して

泌尿器科・内科・形成外科・血液透析

院長：横木広幸　副院長：別府昌子

※初診受付は、診察時間終了の１時間前までに受付をお済ませください。

★火曜 16時から17時休診

※最終受付時間は、午前・午後とも診察終了30分前です。

※その他の休診日は、盆（8月13日から8月15日）年始年マツ（12月29日から1月3日）

※泌尿器科受信希望で初診の方は、来院の１時間前には排尿を済ませて、尿を溜めた状態でいらしてください。

電話：（0852）27の1551

住所：松江市東津田町1768の2／バス停：県合同庁舎（徒歩5分）

**松江しんじこ温泉旅館協議会**

松江しんじこ温泉　旅館・ホテル

なにわイッスイ、ホテルイチバタ、正平閣、夕景湖畔すいてんかく、ホテル白鳥（島根県市町村職員共済組合宿泊所）、松江ニューアーバンホテル、ミナミ館、大橋館

松江しんじこ温泉では、近年「ユニバーサルデザイン」をテーマに各旅館ホテル内のハード整備を行っています。そして、地域全体が「誰もが楽しめる優しい観光地」の先進地になるように、スタッフ一同で様々な研修を行うなど、ソフト面についても取り組んでいます。四季折々に変化する宍道湖の美しい眺望をご覧になりながら、ゆっくりした時間をお過ごしください。

電話：0852の21の7889（平日9時から17時）

ホームページ：http://www.shinjiko-onsen.jp

**シニアコート石橋町**

サービス付高齢者住宅

住所：松江市石橋町31の1

電話：（0852）67の1061

（広告、終わり）

旅行者体験談・てくてくビヨリの感想

・旅行の時はネットで宿を予約するために詳しい情報が無くて、エレベーターのない宿に宿泊した時。また、身障者用トイレが無かった。お風呂に入れなかった。(鳥取県在住／F・Yさん）

・23年7月18日から20日と夫婦で古希の旅行にと鳥取・島根へのゆったり温泉とグルメを楽しみました。10年前に右足（腓骨）骨折した際、たった数センチの段差が怖い、歩けない、思いをしました。今回この紙面「てくてくビヨリ」と出逢い納得です。グッジョブ！！（山口県在住／F・Yさん）

・小さい子供との旅行は大変で、その場所の急病センターや病院の情報があると嬉しいです。（兵庫県在住／ドラゴンさん）

てくてくビヨリに寄付をいただきありがとうございます。

大石 宗男様／難波 コウイチ様／坂原 敬文様（ほか５名様）

てくてくビヨリからのお願い

**応援寄付のお願い**

てくてくビヨリの発行は皆さまの寄付に支えられています。1口千円にて、てくてくビヨリ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メール　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**

てくてくビヨリ発行のために広告主の募集を行なっています。

てくてくビヨリ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。

プレゼントのお知らせ

ご応募いただいた方から抽選で１名様に取材先のお土産セット、５名様に縁むすびバスマップすごろく＆てくてくビヨリ表紙絵ハガキセットをプレゼントします。

誌面内のはがき又はメール、ファックス、郵便はがきに、①住所　②氏名　③電話・ＦＡＸ番号　④バリアフリーに関する旅の感想、てくてくビヨリへのご意見、ご感想など　⑤てくてくビヨリ応援寄付をいただける方は口すう（一口千円）をご記入の上、プロジェクトゆうあい「てくてくビヨリ」係までご応募ください。

宛先はページしたの問合せ先をご参照ください。なお、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。

山陰へのアクセス

**飛行機の場合**

萩・石見空港：連絡バス

JR益田駅へ約10分

出雲空港：連絡バス

JR松江駅へ約40分、JR出雲市駅へ約25分

米子空港：連絡バス

JR米子駅へ約25分

鳥取空港：連絡バス

JR鳥取駅へ約20分

**電車の場合**

益田から津和野　約40分

浜田から出雲　約1時間10分

益田から出雲　約1時間50分

出雲から松江　約30分

松江から米子　約40分

米子から倉吉　約30分

倉吉から鳥取　約45分

鳥取から姫路　約1時間40分

米子から岡山　約2時間

スタッフ紹介

取材・編集スタッフ：田中 隆一、今泉 未希、中路 修、ハラ 雅代、塩毛　絵里、北尾 可奈子、ワタナベ 栄子、村松 良介、矢野 健、坂本 剛、神田 ミツコ、寺田 ユウジ、石倉 良樹、黒崎 シノブ

イラスト：石原　由貴

編集後記

松江しんじこ温泉は、去年も特集を組んだほどバリアフリー化に熱い温泉地です。名前の通り宍道湖が目の前にあるので、西日本最大規模の湖上花火大会『松江水郷祭』の時期には、この温泉地は大人気です。私も毎年花火を観に行っていますが、今年はコロナ前に戻ったような人の多さでした。宿の窓から顔を出す人を見て、涼しいナカ悠々と花火を観られて、お殿様のような気分だろうなぁ。と、うらやましさでいっぱいでした。花火大会の宿の申込は激戦らしいので、そこは戦気分でチャレンジしてみてはどうでしょう。（今泉）

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

郵便番号　690の0888　松江市北堀町35の14

電話：0852の32の8645

FAX：0852の28の1116

メール　[tekutekubiyori@pjui.com](mailto:info@pjui.com)

ホームページ　<http://project-ui.com/>