

てくてく日和 山陰



第44号
2023秋
¥0
TAKE FREE

特集 宿から楽しむ 松江

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



特集

松江宿から楽しむ

進化し続ける ユニバーサルデザインの旅館 - なにわー水 -

バリアフリーデータ



- 館内に共用の車いす対応トイレ2カ所(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チェア・浴槽すべり止めマット等貸出用具あり
- 大浴場入口・浴室入口にスロープあり、入浴用シャワーチェア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~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118cm)
- SPA-等に昇降ベッド完備
- 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95cm・段差なし、部屋への入口92.5cm、トイレ入口スライドドア幅110cm、ベッドの高さ50cm(ベッドは左右に移動可能)、露天風呂浴槽高さ50cm(広い腰掛あり)、内側に25cm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



301・302号室は左右対称のコネクティングルーム

MINAMO
301号室

今回はリニューアルされた3階の「MINAMO301・302号室」をご紹介します。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。

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!



302号室の洗面台

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がるよう工夫され、縦手すりが付いていました。



302号室の露天風呂

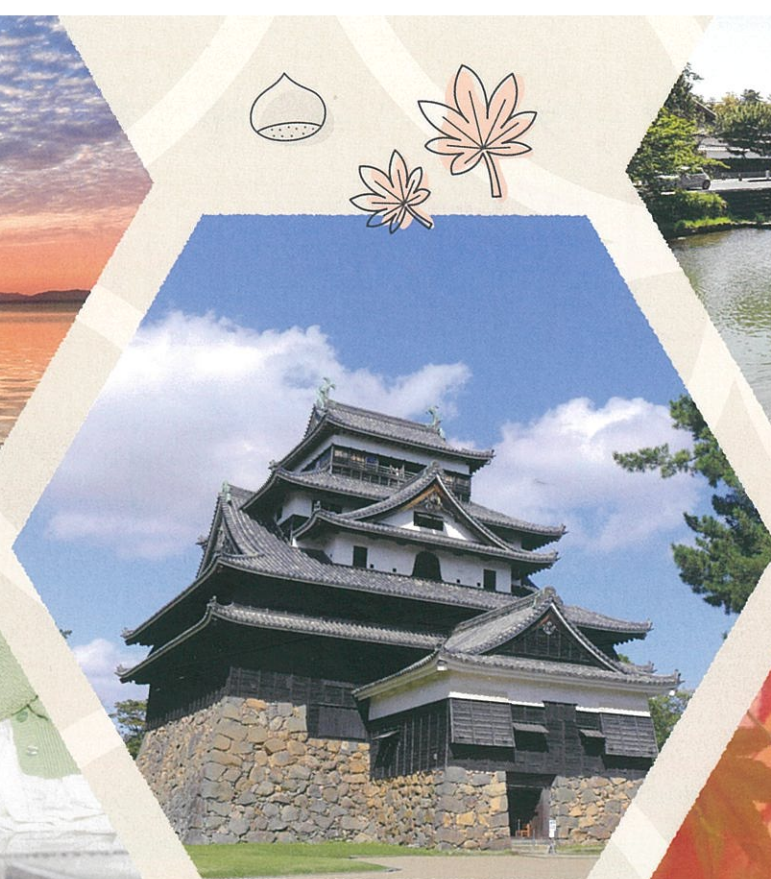
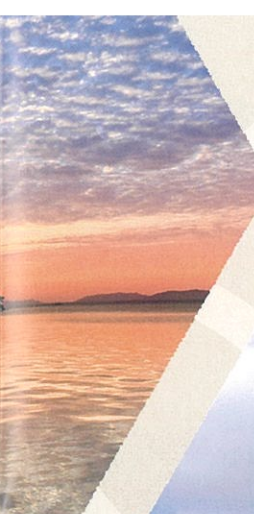
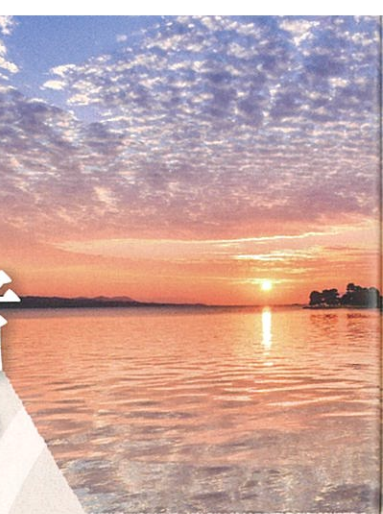


いつもとひと味がう
癒しの時を

なにわー水

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、SPAでリラックスしてみてください。

〒島根県松江市千鳥町63
☎0852-21-4132 ☎0852-21-4162
☒チェックイン/16:00 チェックアウト/10:00(露天風呂付き客室はチェックイン/15:00 チェックアウト/11:00)
☑【MINAMO301・302号室】2名利用時1人あたり36,075円~(税込・1泊2食付き)



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「松江しんじ湖温泉」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。

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

全盲の視覚障がいと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。



バリアフリーアイコン説明

障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引
障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引
障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引	障がい者手帳割引

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。



203号室

宍道湖の見える和洋室



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。

- ④ 島根県松江市千鳥町39
- ④ 0852-21-4910 ④ 0852-21-4986
- ④ チェックイン/16:00 チェックアウト/10:00 日帰り入浴は16:00~21:00
- ④ 年中無休(ただしメンテナンス等により休業する場合があります)
- ④ 【露天風呂付和洋室203号室】2名利用時1人あたり25,000円~(税込・1泊2食付き)



入口のスロープ

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。

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 -



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降りなければなりませんが、簡易ベッドを用意してもらえますので歩行が可能の方は利用できると思います。

バリアフリーデータ



- 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カ所(客室に1カ所、共用1階に1カ所)
- 入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97cm)、スロープあり、車いす対応トイレ、露天風呂入口折れ戸幅89cm・サッシの段差2cmあり、和洋室畳部分は土足不可
- リニューアル和室【311号室】
入口スライドドア(幅60cm)、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

無料 松江しんじ湖温泉 足湯スポット



宍道湖しんじ湖館 足湯

しんじ湖温泉街の中心部にある「宍道湖しんじ湖館足湯」は身障者用駐車場も完備。足湯までにスロープがあり、その先に双子のだんだん大黒が出迎えてくれます。通路に柱がありますが、幅60cmの車いすですりすり通ることができました。手すりはない掘込型の足湯です。宍道湖を眺めながらゆっくりできます。



南口の玄関はスロープあり



1階に新設したエレベータへのスロープ

リニューアル展望風呂付客室 - 大橋館 -

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。



展望風呂付ツインルーム つばき・601号室



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♡

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17cmの段差がありますが、背もたれ付き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す。浴槽は内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。

バリアフリーデータ



- 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ます)
- 入口2カ所あり北口正面は14cm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
- お食事処は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85cm・レールの段差1cm、トイレ入口スライドドア幅75cm、浴室入口開き戸幅78cm・17cm1段段差あり、浴槽高さ60.5cm(広い腰掛あり)、内側に23.5cmの高さのステップあり。



洗面台



松江しんじ湖温泉駅 足湯

一畑電車の始発駅に併設されている足湯。駅にはオストメイト対応多目的トイレがあるので安心して利用できます。足湯までに段差はありませんが、足湯の奥側へ行くには柱があり、車いすで通ることはできず手前側に足をつけます。手すりはありませんが、サポートにより利用できました。電車の待ち時間などにリラックスできますよ。

足湯の主な効果

- 冷感性改善・むくみ改善・不眠解消・リラックス効果・発汗カアップなど

アイデアとサポートで 洋室をバリアフリーに - 松江ニューアーバンホテル -

バリアフリーデータ



- 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48cm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75cm・段差なし、トイレ入ロスライドドア幅60cm・段差なし、浴室入口開き戸幅60cm・23cm1段段差あり
- 【大浴場】
●入口に20cm、浴室入口に15cm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
- 【enun】本館
入口自動ドア、フロアに段差なし、テーブル席(上67cm・下63cm)
時間 平日 8:00~21:00、土日祝 9:00~21:00
【料金】コワーキングenun ドロップイン(1時間) 550円、1DAY(8時間) 2,200円 等他プラン・貸切可能

コワーキングスペース enun (録音)

本館にできたワーキングスペースは広々として色々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、景色も良くこんな場所なら作業に集中できそう。

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ませんが、簡易手すりも用意可能だそうです。

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下さるので、より快適に過ごせますよ。

城下町を和装でぶらり

UD着物「キモノール」をレンタル!

城下町で和装ができたならレトロかわいけど、車いすユーザーにとって「着物」ってハードルが高いなよね…。

キモノールとは…上下セパレートになっていて、前がはだけないよう前身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ツアーセンターが2023年に開発・商品化したものです。



シャツを羽織るように、スカートを巻き付けの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。



普通、車いすのまま帯を着けると背もたれにつぶされてしまいますが、この帯は車いすの取っ手に装着できるので後ろ姿もかわいい♡

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がとても親身になってくれ安心感があります。



レストランは料理も景色も絶品

松江ニューアーバンホテル

松江しんじ湖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。レイクラインや一畑電車で観光を楽しんだら、ホテル最上階のレストランでランチビュッフェはいかが。
 ④ 島根県松江市西茶町40-1
 ④ 0852-23-0003
 ④ チェックイン/15:00
 チェックアウト/10:00
 日帰り入浴/6:00~10:00、12:00~23:30
 ④ 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。
 ④ 【827号室】2名利用時1人あたり7,500円(税込)~
 【日帰り入浴】大人1,100円、小人600円



827号室

簡易手すり(レンタル)



小型の介助用車いす(貸出)

簡易スロープ(貸出)



バスボード(貸出)

ユニバーサルルーム & リニューアルの大浴場 - ホテル一畑 -



北口(駅側)のスロープ



日帰りプランからパーティまで

ホテル一畑

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。

- ④ 島根県松江市千鳥町30
- ④ 0852-22-0188 ④ 0852-22-0230
- ④ チェックイン/15:00
チェックアウト/11:00
日帰り入浴/7:00~10:00、15:00~22:00
- ④ 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。
- ④ 【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~(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~小学生)

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。



ユニバーサルツインルーム403



ユニットタイプのトイレ&バス

バリアフリーデータ



- 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(高さ上73cm・下69cm)・一部個室あり
- 【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83cm)、バリアフリー対応ユニットバス(入口幅88cm)。
- 【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15cm、内側に25cm・28cmの2段ステップあり)

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♡



窓があり解放感のあるサウナ

入口のスロープ



浴室への出入口



大浴場

松江城のお堀沿いをお散歩



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: 0852-32-8645

着付けは立位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よ♡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。

松江の定番観光地をもっと楽しむ!!

VRでお城登閣の疑似体験!



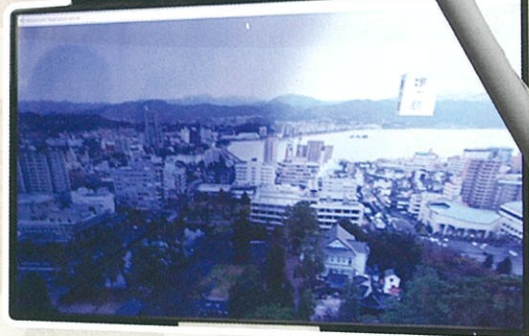
入口のスロープ



専用入場口でタイヤを拭いてもらう

足腰に不安がある方では登閣の難しい国宝松江城。松江歴史館では松江城の天守内部に潜入するVR体験ができます! 初めにある説明でスタッフの方が「車いすをゆっくり回転させることがあります、私が動かしても大丈夫でしょうか?」と聞いて下さり、その声掛けにとっても安心できました。写真などと違い360度リアルな空間が広がり、視線を変えればあたかも自分で見ているかのように動き、実際にその場に居ようでした。梁を高い位置から近くで見たり明るく見えたりと、現実よりも詳しく内部を見られることもポイント高いです。

松江城 VR 体験実施



最上階にいる気分!
本当に松江城の



VRで天守最上階から松江市街を眺める



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む人々の生活や、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。

- ① 島根県松江市殿町279番地
- ② 0852-32-1607 ③ 0852-32-1611
- ④ 9:00~17:00 (最終受付16:30まで)
- ⑤ 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始(12月29日~1月1日)
- ⑥ 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・日曜日、祝日10:00~12:00/13:00~16:00(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



- 身障者用駐車場5台(松江ホールエンヤ伝承館前2台分も使用可)
- 身障者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
- 館内にある量の休憩スペースにスロープあり(座椅子あり)

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建物などが見づらいため、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。



展示室

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「祈禱札」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。

やさしいお城ガイドと国宝松江城を攻める!



時代案内人の石垣猿之助さん

本格的な甲冑やレプリカの刀や火縄銃に触れました。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!



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下さり、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。



本坂



守りの仕組みの心こもった急傾斜の階段寺



天守

天守内部に入ってから、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」は松江城独特のもので、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。

包板(つつみいた)

バリアフリーデータ



- 大手前駐車場に身障者用2台(有料)
- 車いす対応トイレ3カ所、大手前駐車場にオストメイト対応トイレ1カ所
- 城山公園下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この丸上の段・番所跡まで車で進入可
- この丸上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

城攻め開始の掛け声とともにいざ出陣!

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。石段はとてもしんどいですが、武将の守備のアイデアを体感できました。狭間(さま)という武器を構えられる穴から火縄銃を構えてみたり、櫓に開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。



上の段に上がるとひととき大きい「鏡石」が、これは威厳をアピールするため!?



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、触られる場所を紹介して下さったことでイメージが湧いてくるので、見えない・見えにくい方もグッと楽しめると思います。

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。

- ① 島根県松江市殿町1-15
- ② 0852-21-4030 ③ 0852-21-4211
- ④ [4月1日~9月30日] 本丸/7:00~19:30 天守/8:30~18:30(受付終了18:00)
- [10月1日~3月31日] 本丸/天守/8:30~17:00(受付終了16:30)
- ⑤ 年中無休
- ⑥ 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、築城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」。

- ① 0852-27-5843 ② 0852-26-6869
- ③ 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:0852-61-0199)」を通すことで利用可能



石垣の角は大きな石で補強してある!

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。



次号(2023冬) 予告

特集
10周年の
蟹取県を満喫

サービス付き高齢者住宅
シニアコート
石橋町
松江市石橋町 31-1
TEL(0852)67-1061



夕景湖畔 すいんかく
尖道湖を望む心づくしの宿。すべての方が快適に過ごせるようバリアフリー対応の露天風呂付客室もございます。
77度のお湯が湧く「山陰・松江しんじ湖温泉」松江市千鳥温泉町39 ☎0852-21-4910

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！
☎0852-23-7119

松江城郭ガイドツアー 【松江城登閣】
「最強の城」を攻める！
「堀尾忠氏」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、築城から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。
ツアー概要
松江開府の祖「堀尾吉晴」「堀尾忠氏」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、築城から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。
詳細情報は下記のQRコードから！
開催日 毎週土曜日
所要時間 90分
①10:00-②13:30

いまいまとした生活に貢献するクリニックを目指して
医療法人 いまいまクリニック
院長:横木 広幸 副院長:別府 昌子
泌尿器科・内科・形成外科・血液透析 ☎(0852)27-1551 松江市東津田町1768-2
バス停:県合同庁舎(徒歩5分)

診療科	内科	泌尿器科	形成外科	血液透析
9:00-12:00	●	●	●	●
15:00-18:00	●	●	●	●

※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 16:00-17:00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:8/13~8/15)年始年末(12/29~1/3)
※遠隔医療受診希望で初診の方は、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。


松江しんじ湖温泉 旅館・ホテル
なにわー水 ホテル一畑
松平閣 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
皆美館 大橋館
松江しんじ湖温泉旅館協議会
TEL: 0852-21-7889(平日9時~17時)
http://www.shinjiko-onsen.jp

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。

[建築設計スタッフ] 田中 隆一(一級建築士/社会福祉士) 黒崎 忍(一級建築士) [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(聴覚障がい)

松江市観光バリアフリーマップ



市営城山西駐車場
松江堀川めぐり
ふれあい広場乗船場
松江歴史館 (オストメイト対応)
塩見縄手公衆トイレ (オストメイト対応)
松江市役所
COCO松江
なにわー水
すいてんかく
大橋館
松江ニューアーバンホテル
皆美館
島根県立美術館
山陰合同銀行本店 展望フロア
JR松江駅
松江/山陰バリアフリーツアーセンター (PCエコステーションゆうあい内) 至松江市内・米子
至松江市内・米子
至出雲
至出雲

松江城 二の丸下の段
松江城 二の丸上の段
興雲閣 (松江城二の丸上の段)
松江ニューアーバンホテル 別館 3階 (オストメイト対応)
ホテル一畑 1階 (オストメイト対応)
ホテル一畑 2階 (オストメイト対応)
ホテル一畑 (ユニバーサルツイン・ユニットバス)
すいてんかく (203号室)
すいてんかく 1階
なにわー水 (201号室・オストメイト対応)
なにわー水 (308号室)
なにわー水 (水の6)
なにわー水 (水の3)
なにわー水 (302号室)
なにわー水 (301号室)

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 cm 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：☎0570-00-8989 (有料)
受付時間 8時から20時 年中無休

一畑電鉄 松江しんじ湖温泉駅

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もスムーズ）。
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：0852-21-2429

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

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関
わり合わせができ、対応可能。オストメイト対応トイレは1階国内線到着口
ビレーに1カ所、2階国内線出発口ビレーに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。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

☎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/>

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	☎0852-23-0003	松江市	松乃湯	☎0852-62-0611
松江市	玉造グランドホテル長生閣	☎0852-62-0711	松江市	玉造国際ホテルRivage Choraku	☎0852-62-0531
松江市	松江エクセルホテル東急	☎0852-27-0109			

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	曲水の庭 ホテル玉泉	☎0852-62-0021	松江市	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	夕景湖畔すいてんかく	☎0852-21-4910	松江市	ホテル一畑	☎0852-22-0188
松江市	東横INN松江駅前	☎0852-60-1045	松江市	ドミーインEXPRESS松江	☎0852-59-5489

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。

何といたってもまずは、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い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、そうなるとうとう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。



松江 / 山陰バリアフリーツアーセンター

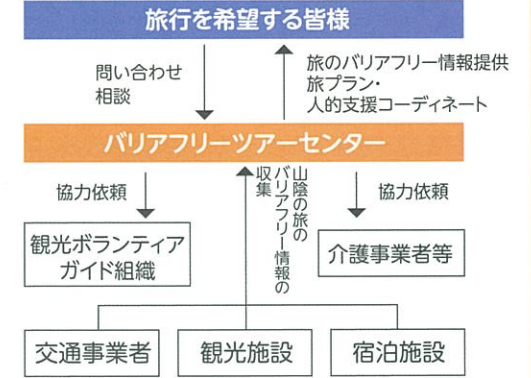
各地の観光ボランティアガイド組織や、宿泊施設、交通事業者等と連絡を
とりながら、それぞれのサポートサービスをつなぎあわせて。旅行する
際に訪れるといスポットのアドバイス、旅行日程、行程のアドバイス、宿
や飲食施設のご紹介を行っています。ご相談、介助のコーディネート費用は、
無料となっています。ぜひ、お気軽にご相談ください。

●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

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
北海道	(一社) 日本UD観光協会	☎011-788-4170	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
仙台(宮城)	仙台バリアフリーツアーセンター	☎022-726-7503	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
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)	チコトラベルセンター 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)
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	徳島	徳島ユニバーサルツーリズムセンター	☎088-635-9292
福島	ふくしまバリアフリーツアーセンター	☎024-531-6428	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	いわきユニバーサルツーリズムセンター	☎0246-68-8927	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
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	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	ユニバーサルツーリズムセンターむさしの	☎042-315-3261	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
神奈川	湘南バリアフリーツアーセンター	☎050-3161-1185	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
新潟	新潟ユニバーサルツーリズムセンター	☎025-311-1809	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	柏崎ユニバーサルツーリズムセンター	☎0257-47-7229	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
			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

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。

一人ひとりの「働き方」を支援する...

NetStable シリーズ

外部からの不正侵入を防衛！
内部からの情報漏洩を防衛！
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

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

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>

車椅子のまま乗れる **ワ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!

・ワフト付き大型バス <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
・ワフト付き大型バス <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
・ワ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

お問い合せはこちら **TEL:0852-52-2081**
〒699-0101 島根県松江市東出雲町福屋611-5 FAX:0852-52-2205

ワ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。



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を募集しております。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。

郵便はがき

690-0888

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

破線をお切り下さい

旅行者体験談・てくてく日和の感想

- 旅行の時はネットで宿を予約するために詳しい情報がなくて、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7/18~20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「てくてく日和」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/難波 治一様/坂原 敬文様 他5名

てくてく日和からのお願い

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(次号から4回)郵送します。お楽しみに!

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
乗船料 障がい者割引あり!

堀川めぐり 検索

http://www.matsue-horikawameguri.jp/ 遊覧時間約50分

0852-27-0417

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株式会社 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

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

普段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(F) ボディカラー:プレミアムサンライトホワイト・パール

スロープ車いす仕様

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。

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

- ◆リニューアルをした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)

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。



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

[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

松江城パッケージドリップバッグコーヒー、ミニ巾着、島根巡りステッカー、豊の秋梅酒・ゆず酒セット

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 **12月4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	神田 光子
原 雅代	寺田 誘次
塩毛 絵里	坂本 剛
北尾 可奈子	石倉 良樹
渡部 栄子	黒崎 忍

イラスト

石原 由貴

編集後記

松江しんじ湖温泉は、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、涼しい中悠々と花火を観られて、お殿様のような気分だろうなあ。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もどうでしょう。(今泉)

てくてく日和44号(2023年秋)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)
宿から楽しむ 松江
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&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。

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
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。ご提供いただきました個人情報は本冊子に関する用途以外に使用いたしません。