

てくてく日和山陰



第30号

2020 春

¥0

TAKE FREE

特集1

古きよき・進化するまち 米子市

特集2 旅先でくつろぎを 島根のお宿 -第一弾-

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

米子まちなか観光案内所 ～ガイドと巡る町歩きコース～

従来型の見学中心の観光コースではなく、町家などを訪ね住まう人々との交流や、和文化の体験をするふれあい型の観光コースが楽しめる、心温まる交流ができる。

- 住 鳥取県米子市灘町1丁目19
☎ 0859-21-3007 ☎ 0859-21-3008
🕒 9:30～16:30 🗓 毎週水曜日
👉 歴史まち歩きコース：料金 一人1,000円(1時間)
オプションの体験コース：一人+600円～16,000円

バリアフリーポイント

- 一般駐車場あり
- 入口手動スライドドア・1段4cmとサッシあり



城下町観光ガイド 驚見さん

城下町満喫コースを
ガイドさんと歩きました!



米子のおみやげ物が並ぶ

米子の下町の歴史を知るなら、ガイドさんと一緒に町歩きするのがおすすめ。予約が確実ですが、毎日観光案内所に常駐されているそうなので、ふらっと立ち寄っても案内していただけたとのこと。(かなこ)

観光案内所
から車で5分

米子城跡

かつては四層五重の天守閣を誇った山陰随一の名城跡。現在では、360度のパノラマビジョンで米子市街を見渡すことができる、米子屈指の絶景ポイントとなっている。

- 住 鳥取県米子市久米町
☎ 0859-23-5436
(米子市経済部文化観光局文化振興課)
👉 無料



バリアフリーポイント

- 湊山公園に身障者用駐車場4台
- 湊山公園にオストメイト対応多目的トイレ1カ所
- 二の丸(テニスコート)までは車で進入可能。そこから本丸へは石でできた階段が続く。



二の丸(テニスコート)
までは車で進入できる



二の丸から本丸までは石の階段で車いすでは困難



二の丸からみた米子城の石垣



米子の町屋の特徴である吹き抜けと神棚

本丸までの散策ルートは、湊山公園駐車場から階段で上ります。車いすの場合は本丸まで行くことは困難でした。二の丸の現在テニスコートになっている場所まで車で行けますが、そこから長い階段で上がっていきます。米子城跡からの絶景は見るのができず残念でしたが、二の丸や下町から米子城跡を見ることができ、またガイドさんにCG写真を見せてもらい思いを馳せました。(かなこ)



加茂川広場からも遠くに米子城跡を見ることができた



MAP



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。

山陰のほぼ中央に位置する米子市。江戸期に栄えた歴史を持つ米子城跡と城下町は、古くから続く歴史を感じられる観光地です。また、新たな米子の拠点となるようなスポットも目白押し。新旧が融合した米子の下町をぶらり散策してみました。

米子市立山陰歴史館

元々は米子市役所として使われていた赤レンガ色のモダンな洋館。2階の常設展示フロアは、主に米子城の関係資料や、近代の生活用具を展示する「なつかしの生活用具」で構成されている。

- 住 鳥取県米子市中町20
☎ 0859-22-7161 ☎ 0859-22-7160
🕒 9:30～18:00 (入館は17:30まで)
🗓 毎週火曜日及び祝日の翌日、年末年始(12/29～1/3)
👉 無料(企画展・特別展は別途)
※大学生以下、70歳以上の方、障がい者手帳提示で本人と介助者1名が企画展無料

バリアフリーポイント

- 身障者用駐車場1台あり(車いすの方は事前連絡で建物前に車を駐車可)
- 車いす対応トイレ屋外に1カ所、屋内女子トイレに1カ所
- 貸出用車いす1台あり
- 入口手動開き戸(幅85cm)スロープあり
- エレベーターなし(2階へは手すりつき階段のみ)
- 筆談対応可能



1階は企画展で展示も低めなのでゆっくり見ることができました。2階の常設展は階段のみで車いすでは上がりません。米子城の復元模型があり、今はなき米子城が見られるので面白いですよ。(かなこ)

特集1

米子市

古きよき。進化するまち

New spot

土足厳禁でタイヤを拭いて段差なく入場できます。キャビン型の宿泊スペースで、足の不自由な方は下の段を指定して予約できるそうです！トイレ・シャワールーム・洗面台に行くには2段の段差がありますが、他の階にある大浴場や多目的トイレは段差なく使えますよ。(かなこ)



GOOD BLESS GARDEN



グッドブレスガーデン サウナ&ステイ【5F・6F・7F】

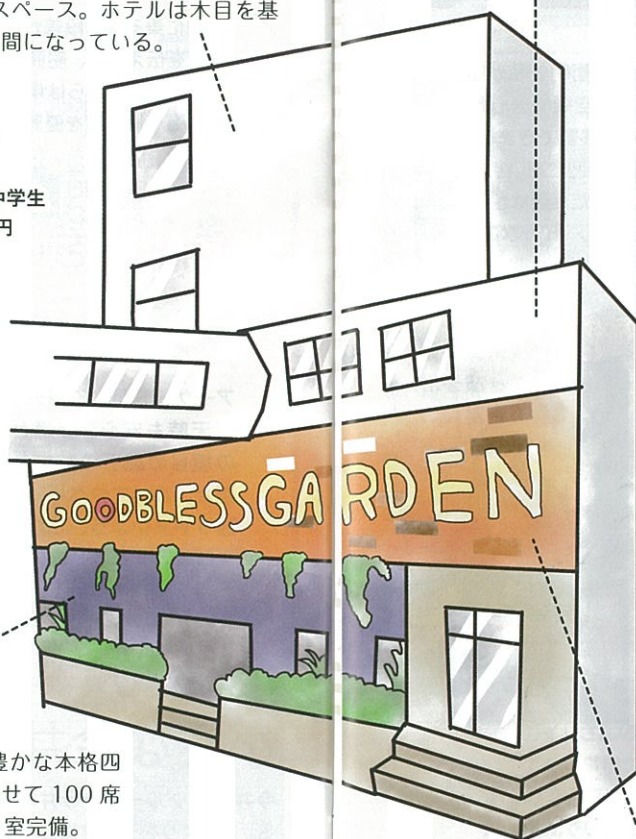
中国地方屈指の広さの極上サウナと寛ぎのキャビンステイが楽しめるリラクゼーションスペース。ホテルは木目を基調とした内装で、心癒される空間になっている。

☎ 0859-21-9996

🕒 サウナ 12:00~25:00、
ホテル IN 15:00 OUT 翌11:00

🏠 年中無休

🏠 サウナ・大浴場・レスト：一般（中学生以上）1,100円、Tカード会員900円
月会員8,000円、
岩盤浴・チムジルバン
一般+300円、こども+200円
宿泊：素泊まり 3,500円
いずれも税別



四川中華 GOCHI【五智】【1F】

モダンで優雅な空間で、独創性豊かな本格四川中華料理が楽しめる。全席合わせて100席ある広々とした空間と、個室も3室完備。

☎ 0859-46-0777

🕒 ランチ 11:30~14:30 (L.O)
ディナー 17:30~21:30 (L.O)

🏠 年末年始は営業時間及び店休日が変更

バリアフリーポイント

- 入口段差なし
- 手動開き戸2カ所（幅約71cm）
- テーブル席あり（高さ約72cm）
- 店内の洋式トイレは入口に2段段差あり（店の外に建物共用の多目的トイレあり）



選べる！GOCHI LUNCH SET
〈主菜が選べるセット〉1,500円+税

入口に段差はなく、テーブル席なので車いすで入店できます。店の外に建物共用の多目的トイレがあり安心です。素敵な店内で本格四川料理がいただけ、旨辛でやみつきになります！（かなこ）

米子高島屋東館をリニューアルした複合施設。「1日楽しめるマチナカオアシス」として、食や健康、趣味やリラクゼーションと、誰でも楽しめる米子の新しいスポットとして注目を集めている。

📍 鳥取県米子市角盤町1-27-2

バリアフリーポイント

- 提携駐車場あり（JU米子高島屋駐車場※身障者用駐車場2台/イースティープレイスにて5時間無料）。
- オストメイト対応多目的トイレ1階に1カ所（ユニバーサルシートあり）
- 建物への入口スロープあり
- 点字のフロアガイドと1階フロアの触図あり
- エレベーターあり
- 3階にJU米子高島屋へつながる連絡通路あり（段差なし）



建物の触図あり



1階のオストメイト対応多目的トイレ

米子マンガミュージアム【3F・4F】

収蔵20万冊越えの圧倒的スケールを誇り、どの世代も夢になって楽しむことができる。山陰地方の新たな漫画の聖地となりうるフロア。

☎ 0859-21-9993 🕒 9:00~22:00

🏠 年中無休

🏠 フリー：一般800円/日、Tカード会員600円/日、
1時間 200円（※延長1時間毎に200円）、
3時間 500円（※延長1時間毎に200円）、
月会費 5,000円
ドリンクバー+300円、5歳以下は無料（ただし保護者同伴の場合のみ）（いずれも税別）

バリアフリーポイント

- 3階に多目的トイレ1カ所
- 4階へは通常階段を利用するが、足の不自由な方はスタッフに申し出ること館内専用エレベーターを使用できる
- マングミュージアム内一部の座席に段差があるが、ほとんどがフラットで通路も広い



3階には多目的トイレがあります。3階は男性向け、4階は女性向けとジャンルが分かれています。4階へは通常階段での移動ですが、スタッフの方にお問い合わせすると館内用の宿泊専用エレベーターを使うことができます。たくさんの本が並んでいますが、通路が広々としていて車いすでも本を選びやすい。漫画喫茶とは少し違い、オープンスペースです。お洒落な椅子に腰かけて、ゆっくりくつろげる空間で一日過ごしてみよう♡(かなこ)



フィットネスジム 9inz(ナインズ)【2F】

初心者向けのメニューから、しっかり体を動かしたい人のためのメニューまで、最新のマシンで楽しくエクササイズできる会員制ジム。

☎ 0859-21-9992

🕒 9:00~23:00（最終受付22:00）

🏠 第1・3水曜 🏠 入会金：5,000円（税別）

最新のマシンがたくさん。スタジオには1段段差がありましたが、オストメイト対応トイレもあるので障がいがある方も健康的に鍛えることができそうです。（かなこ）



バリアフリーポイント

- オストメイト対応多目的トイレ1カ所
- 入口段差なし
- 各スタジオに入るには1段（約13cm）の段差あり

プチ贅沢にホテルランチ

日本料理 雲海 (ANAクラウン プラザホテル米子)

会席料理をはじめ、地元の旬の素材にこだわる日本料理店。山陰の銘酒も各種取り揃えており、日本庭園を眺めながらゆったりした時間を過ごせる。

住 鳥取県米子市久米町53番2号
☎ 0859-36-1116 FAX 0859-36-1115
🕒 昼食 11:30~14:30 (L.O.14:00)、
夕食 17:00~21:00 (L.O.20:30)
🚗 無休

バリアフリーポイント
●身障者用駐車場2台あり
●ホテル1階に車いす対応トイレあり
●入口段差なし(一部床にやや凹凸があるが車いすで入店可)
●テーブル席(高さ70cm)・座敷個室あり



いただき膳
(2,200円 + 税)



大山どり親子重
(1,050円 + 税)



地元食材を多く取り扱った「雲海」。私が座った席は仕切られた半個室の空間で居心地よく、店内の通路も車いすで移動できました。唯一入口の床が飛び石風の凹凸で車いすだと少しガタガタしたかな。いただき膳は色々なお料理が楽しめるのでおすすめです☆(かなこ)

歴史まち歩きコースのオプションで和文文化体験に挑戦!



初めてのお抹茶体験。若女将から所作や歴史を教えてください。



できないところはサポートしてもらいながら、自分でお抹茶たてにチャレンジ!

長田茶店 (抹茶お点前体験)

創業から200年をこえる老舗のお茶店。有機農法でお茶を作り、創業当時から美味しいお茶にこだわり続けている。

住 鳥取県米子市岩倉町76
☎ 0859-22-7602
🕒 9:00~18:00
🚗 水曜日
🍵 抹茶体験一人1,000円

バリアフリーポイント
●一般駐車場あり
●入口手動スライドドア(幅85cm)・1段4cm段差あり
●店内通路幅62cm~



オリジナルのほうじ茶焼きドーナツと共に美味しく頂きました♡

老舗のお茶屋さんで、入り口はサッシの段があるくらいで入店に問題ありませんが、通路が狭く商品も並んでいるので気を付けました。テイクアウト専用の和カフェには、タピオカやチーズティーなど流行のドリンクもあって新しさと伝統の両方をもつ素敵な場所でした。(かなこ)



大山抹茶ラテ
タピオカ入り

昔懐かしい下町をてくてく



昔懐かしい駄菓子所狭しとならび、休日には子供でいっぱいになるという「岡本一銭屋」は、明治元年創業。名物おばあちゃんとおしゃべりしながら、お菓子を選ぶのは子供に戻った気分♪



旧加茂川沿いや寺町のお地蔵さんに札を貼って歩く「札打ち」という珍しい風習が見られる。身内に不幸があった時、浄土につくまでお地蔵さんに守ってもらうため、死者の戒名が書かれた白札を貼り、最後49日には赤札を貼るという、この地域ならではのもの。



寺町通り

九つのお寺がズラリと横並びになった町並みをみる事ができる、全国でもめずらしい場所。



町並みの所々に「鍵型」の行き止まりに見える道があり、敵が城に攻めてくるのを追いつくよう工夫されている。江戸時代の名残が多く残っていて、迷路のような小路が多く、おもしろい!

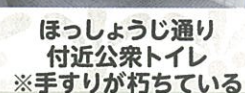
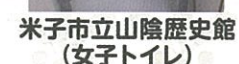
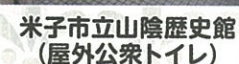
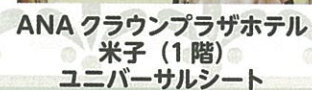
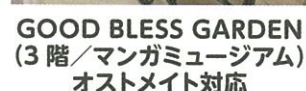
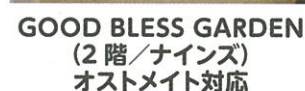
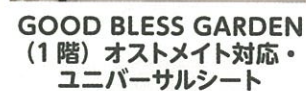
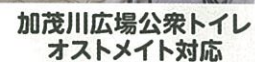
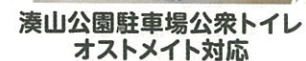
ガイドさんの話を聞きながら楽しくてくてく。事前に電話で打ち合わせをしたので、車いすでも楽しめるスポットを選んでいただき、整備された道を歩け安心でした。お地蔵さんの珍しい風習や昔の独特な建物の造りなど、面白いお話がたくさん聞けました。名物おばあちゃんのいる駄菓子屋「一銭屋」は、店に駄菓子があふれて通路が狭いのですが、気さくなおばあちゃんが「商品を動かして奥までおいで〜」と入店出来ました。おばあちゃんとお喋りをしにまた行きたいな♪(かなこ)



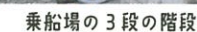
米子のシンボルの地蔵の「咲(わ)い地蔵」。「念ずれば花ひらく」の想いが込められ、花が咲くように人々の願いを叶え、笑いをもたらすと言われている。



米子エリア



船に乗り込む様子



船に乗るには段差があるので同行者がいると安心。事前に車いすであることを伝え、船頭さんもサポートして下さいます。低い橋があるので、船に乗ってからは車いすを降り、ベンチタイプの座席に座ります。雄大な中海や城下町を優雅に船散歩することで、リフレッシュできますよ。(かなこ)

える・もーる

アーケードがある部分もあり雨天時も安心。歩道と車道の境目の縁石のわずかな段差が、車いすやベビーカーが通りやすいよう、さりげなくスロープ状になっていました。



商都として栄えた米子の下町風情をめぐり、観光遊覧船。白壁土蔵前の天神橋付近を始発点に、懐かしい下町の景色を楽しみながら中海へ周遊する。

-  鳥取県米子市中町94番地1
-  船頭 住田 090-6837-2731
-  10:00、14:00の2便(要予約・時間外は要相談)
-  12月～3月は天候が良く予約があれば運行
(雨雪の場合欠航)
-  大人1200円・小人600円

- 駐車場2台あり
- 乗船場から徒歩3分「笑い庵」に車いす対応トイレあり
- 乗船場に3段の階段あり
- 予約時に車いすであることを伝えるとできる限りのサポート可能
- 船へのスロープはなく、同行者のサポート等で車いすを持ち上げ乗る
- 運航時は車いすから船のベンチに移乗して遊覧する



おしゃれなショップやカフェなどがありました。ここもアーケードがありますので、ぶらぶら散策しやすいです。



法勝寺電車が保存されている元町パティオで、イベントなども開かれている。アーケードは撤去され、昔ながらの商店街が並びます。

小さな今井

今井書店グループの今井印刷が運営する、本づくりをテーマにした小さなお店。本の自費出版の相談やワークショップ、オリジナル雑貨などが置いてあるギャラリーも楽しめる。

 鳥取県米子市法勝寺町64
 0859-21-2775  0859-21-2774
 10:00~18:00  日・祝

- 契約駐車場あり (モータープール生田)
- 入口段差なし



入店時、店内ともに段差はありません。イベント時以外はメモ帳作りのワークショップが常時開催されているそうで、ふらっと立ち寄り体験させてもらいました。本づくりを気軽に相談できるので、自分だけの本を作ってみたくなりました♪(かなこ)

特集2 旅先でくつろぎを 島根のお宿 -第一弾- 島根東部エリア

安来で泊まるなら

さぎの湯温泉 さぎの湯荘

足立美術館から徒歩一分。源泉かけ流しのお湯に入ることができ、季節ごとの山陰の幸を楽しめる。

住 島根県安来市古川町478-1

☎ 0854-28-6211

営業 日帰り温泉 11:00~15:00、
18:00~21:00

日帰り入浴料 大人700円、子供300円
貸切風呂+500円
(50分・11:00~15:00)



貸切広々内湯「白露」



シャワー
キャリーあり

リニューアルし、共用の多目的トイレが設置され、車いす使用者も安心して宿泊できます。露天風呂付客室で人目を気にせずゆっくりくつろげそうです。



バリアフリーポイント

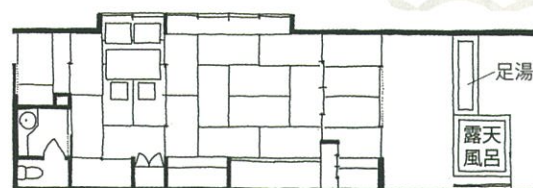
- 一般駐車場あり
(屋根付き玄関に車寄せし乗降可能)
- 車いす対応多目的トイレ1カ所
- 露天風呂付和洋室あり(客室入口の段差は簡易スロープで解消)
- 貸出用車いす2台
- 入口簡易スロープあり
- 貸切風呂あり
- シャワーキャリー1台、風呂用回転チェアあり



露天風呂付和洋室



玄関・入口は簡易スロープ



足湯

露天風呂

次ページへ！

安来 安来節演芸館

生の踊りと唄が楽しめる、安来節の殿堂。



松江市内で車で40分

併設するどじょう亭で珍しいどじょう料理のランチもおすすめ！



歩いてすぐ

車いすでも段差なく観覧とステージの上でどじょうすくい踊りの体験が可能。



小展示室は階段のみ、一部石畳や傾斜のある通路があるが、展示室のほとんどが車いすで観覧できます。

安来～松江 車いすで楽しむおすすめ観光スポット

安来 足立美術館

横山大観など近代から現代の日本画や、陶芸が充実している。米国の日本庭園専門誌で17年連続一位に選出された庭園は圧巻。



小展示室は階段のみ、一部石畳や傾斜のある通路があるが、展示室のほとんどが車いすで観覧できます。

小展示室は階段のみ、一部石畳や傾斜のある通路があるが、展示室のほとんどが車いすで観覧できます。

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

☎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、肩や腰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

先進技術で安心をサポート。
日産の広い軽
新型ルークス、
誕生。

出かける喜びを、一人でも多くの方へ。
ライフケアビークルも、
新型ルークス。

助手席スライドアップシート
シートが電動で車外に出てきて
乗り降りをサポート

(株)日産サティオ島根 ●ライフケアビークルについてのお問い合わせは、ご覧の日産サティオ島根へ。 本社/松江市西津田2-7-25 TEL0852-22-2520
本社店☎0852-22-2332 松江店☎0852-26-2341 出雲店☎0853-21-4774 雲南店☎0854-45-4511 邑智店☎0855-72-2332 浜田店☎0855-23-2332

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

古代出雲歴史博物館 2020年4月24日(金)
Refresh OPEN

リフレッシュオープン 4月24日、25日、26日はリフレッシュオープンフェスタを開催
3日間連続来場者先着プレゼント！25日、26日は神楽公演などのステージもあります！
諸事情により予定変更や中止になる場合があります。最新の予定は当館HP、またはお電話にてお問い合わせください。

開館時間/9:00～18:00(11月～2月は9:00～17:00)
休館日/毎月第3火曜日(変更の場合あり) 駐車場無料(244台)
身体障がい者用駐車場あり、車いす対応トイレ、館内バリアフリー設計
障がい者手帳保持者及びその介助者1名は観覧無料です
〒699-0701 島根県出雲市大社町杵築東99-4 TEL.0853-53-8600 https://www.izm.ed.jp

再オープン記念特別展 25日間限定
ぎょうれつ
行 列
雲州松平家と
出雲国造家
4月24日(金)～5月18日(月)

松江で泊まるなら

松江しんじ湖温泉 なにわ一水

バリアフリー・ユニバーサルデザインの取り組みに積極的で、従業員は「あいサポーター」。部屋からは四季移りゆく美しい宍道湖の景色を眺望することが出来、非日常の時を感じることができる。

住 島根県松江市千鳥町63

☎ 0852-21-4132 FAX 0852-21-4162



松江しんじ湖温泉を堪能できる露天風呂付客室は、リフト付きシャワーキャリーで安全に入浴



部屋のトイレはオストメイト対応



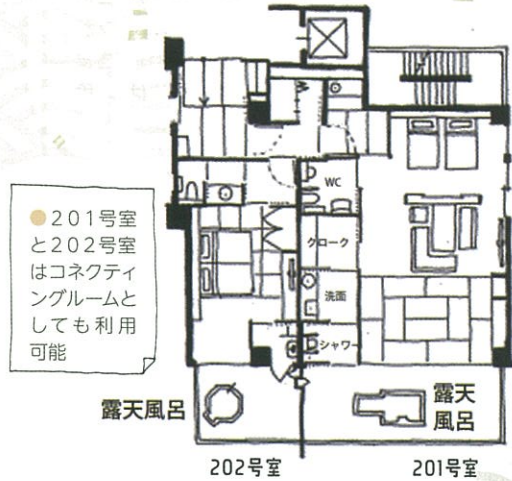
シャワーキャリーのまま利用できるシャワーブース



手すり付きの脱衣所



車いす対応の洗面台



車いすの方もくつろげるバリアフリー 露天風呂付和洋室 Premium201号室

実際に宿泊してみました!

バリアフリーポイント

- 一般駐車場あり(屋根付きの玄関に車寄せして乗降可能)
- 車いす対応トイレ2カ所(客室1カ所、共用2階に1カ所)
- オストメイト対応トイレ2カ所(客室1カ所、共用1階に1カ所)
- バリアフリールーム2室(201号室:オストメイト対応トイレ・入浴リフト対応シャワーキャリー付き露天風呂)(308号室:車いす対応トイレ・部屋のお風呂に温泉を入れることができる)
- 部屋の入口で土足不可となり、車いすの場合タイヤを拭いてもらえる
- 貸出用車いす3台あり
- エレベーターあり
- 入浴用シャワーチェア・浴槽すべり止めマット・女性用上半身入浴着 他貸出用具あり
- 入浴介助ヘルパーの手配あり(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マイクロバスあり
- 1階中庭へ出入りする段差と小宴会場(竹の間)の段差に昇降機あり
- 食事会場:なほらひダイニング「渚-NAGISA」車いす対応の個室あり(入口118cm・テーブル高さ71cm)



1階オストメイト対応多目的トイレ



2階車いす対応多目的トイレ



中庭の出入口に新設された昇降機

あこがれのプレミアム201号室に宿泊体験!まずホームページに画像付きで細かくバリアフリー情報が載っていて、とっても安心できました。貸出グッズも豊富で、自分で調達しなくて済みます。館内に多目的トイレが複数あったり、段差の解消機があったりと、自分でできることが増えます。201号室のユニバーサルルームにはシャワーキャリーのまま入れる露天風呂があり、浴槽をまたぐことなく温泉に浸ることができました。同行者の負担も少ないのうれしい。久しぶりに露天風呂に浸かって、かわいい浴衣を着て、島根の幸をふんだんに使った食事も最高で、ずっと過ごしていきたい宿でした!(かなこ)



お部屋での夕食も可能



車いす対応の個室会食場

松江 ぐるっと松江 堀川めぐり

築城時の姿を今も残す国宝松江城のお堀をめぐる遊覧船。船頭さんの楽しい語りに耳をすませお殿様気分。



船に乗り込むには車いすを降りる必要がありますが、介助講習を受けた船頭さんが乗り降りのサポートをしてくれ、車いすでも楽しめます。



本丸までいなくても、二の丸上の段からも天守閣の姿が見れますよ。



ふれあい広場乗船場まで車で5分

歩いて15分



館内にある「喫茶きはる」で和菓子とお茶をいただけます♪

歩いてすぐ

松江 国宝松江城

全国で現存する12天守のうちの一つで、国宝に指定されている松江のシンボル。別名は千鳥城。



松江城天守閣内は急な階段。二の丸上の段まで身障者の方は車で進入可能(要予約)。そこから天守閣のある本丸まで石の階段だが、車いすごと担いで登ってくれるサービスがあります。(2名までの個人のみ。予約制)

安来～松江 車いすで楽しむ おすすめ観光スポット

安来市内から車で40分

前ページから

松江 カラコロ工房

旧日本銀行松江支店の建物を利用した工芸館。お土産を買うだけではなく、自分で作る体験教室が人気。



建物はバリアフリーなので、松江ならではの色々な物づくり体験ができます。



松江 松江歴史館

松江城のほとり、和瓦の大屋根を特徴とし、松江藩の歴史や文化を伝える博物館。





1階オストメイト対応トイレ

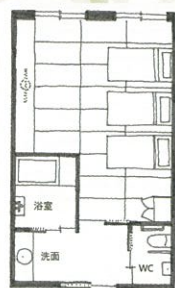


入口簡易スロープ



バリアフリールーム

出雲大社すぐそばの宿。入場してすぐ、スタッフの方が慣れた様子で車いすのタイヤを拭いたり、簡易スロープを用意してくださり、とてもスムーズにあたたく迎え入れてもらえ「安心して宿泊できそう」という印象を受けました。床のほとんどが畳ですが、車いすでそのまま進んでOK。バリアフリールームの浴槽には腰掛の台があり、車いすから移乗できるスペースがあるので楽に入浴できそう。浴槽や手すりなども木製で、趣きを感じられます。大浴場や5種類の貸切風呂も、人によっては入ることができそうなので、温泉でゆっくりくつろげそうです。(かなこ)



大浴場の覆湯

シャワーチェア

大田で泊まるなら 国民宿舎 さんべ荘

国立公園三瓶山の自然に囲まれた宿で2020年3月にリニューアルオープン。毎分3044.8リットルが湧き出る三瓶温泉を贅沢に活かした源泉かけ流しの露天風呂が魅力。

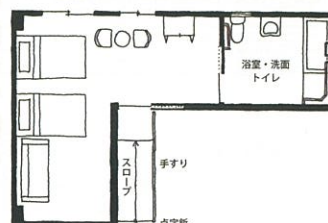
- 住 島根県大田市三瓶町志学2072-1
☎ 0854-83-2011 FAX 0854-83-3151
営 日帰り入浴10:30～21:00 (最終受付20:00)
料 日帰り入浴 大人600円、小人400円、
幼児(3歳以上)200円、2歳以下は無料
※障がい者手帳提示で大人100円引き

バリアフリーポイント

- 身障者用駐車場1台
(屋根付き玄関に車寄せして乗降可能)
- 車いす対応トイレ1カ所
- バリアフリールーム1室(車いす対応トイレ)
- 入口自動扉(幅160cm)
- 入口スロープあり
- 貸出用車いす2台
- エレベーターあり
- シャワーチェア男女大浴場、
バリアフリールームに各1台
- 大浴場入口幅85cm、露天風呂入口幅62cm
- 浴場までに段差なし、浴槽に手すりあり



露天風呂 浴槽に手すりあり



バリアフリールーム



大浴場



1階車いす対応トイレ

入口は段差がないようスロープになっていて誰にでも優しい造りです。バリアフリールームのお風呂は浴槽の横に一度座って入れる台があり、手すりも多く付いていて安全に使用できそう。大浴場はシャワーブースに手すりがありシャワーチェアに移乗しやすい。露天風呂にも手すりが各所にあつて、足の不自由な方も温泉を満喫できます。(かなこ)

出雲で泊まるなら お宿 月夜のうさぎ

出雲古代歴史博物館のほぼ向かいにあり、出雲大社にも近い。全館畳敷きで、明るくモダンな和の雰囲気です。

- 住 島根県出雲市大社町修理免許本郷1443-1
☎ 0853-53-8877 FAX 0853-53-8855
営 日帰り入浴12:00～21:00
最大6時間のショートステイプランあり

バリアフリーポイント

- 身障者用駐車場1台
- オストメイト対応多目的トイレ1カ所
- バリアフリールーム1室(車いす対応トイレ付)
- 入口の段差に簡易スロープ設置可
- 入口で土足不可となり、車いすの場合
タイヤを拭いてもらえる
- 貸出用車いす2台あり
- エレベーターあり
- 入浴用シャワーチェア4台
- 大浴場浴槽までに大きな段差なし・
浴槽と脱衣所に手すりあり
- 貸切風呂5カ所あり
(手すりなし・5cmの段差あり)

出雲 島根県立古代出雲歴史博物館



歩いてすぐ

島根県や出雲大社の歴史を楽しみながら学べる博物館。荒神谷遺跡から出土した銅剣358本の展示は圧巻。

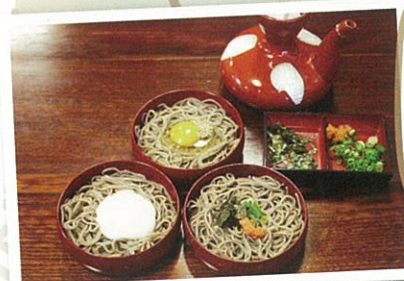


歩いてすぐ



神門通り 出雲

宇迦橋の大鳥居から出雲大社の正門まで続く、約700mの表参道。食べ歩きやお土産選びが楽しめる。



勢溜の大鳥居から通りにむかって急な下り坂。それ以外は点字ブロックのあるフラットな歩道。車いすでも段差なく入店できるお店も多数あり!

車で20分

車で1時間

出雲 日御碕

灯塔の高さ日本一を誇る日御碕灯塔をはじめ、重要文化財に指定された日御碕神社や神域の経島などがある。



出雲～大田 車いすで楽しむ おすすめ観光スポット



出雲大社 出雲

大国主大神を奉る出雲大社(いづもおおやしろ)。神在月には全国から神々が集い、縁結びの会議をする、全国屈指のパワースポット。



車いす専用参拝道があり、境内はフラットな石畳。拝殿などほとんどに段差解消のスロープが設置され車いすでも参拝できます。御本殿前八足門には7段の段差があります。



大田 石見銀山



大量の銀を産出し世界遺産に登録された鉱山遺跡。江戸時代の佇まいを残す大森の町並みも魅力的。



龍源寺間歩の坑道は車いすでも見学できるようになっています。町並みは坂道も多いですが、足の不自由な方も楽しめるよう工夫されています。

MAP



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境港駅

地上駅。入口・ホームまでに段差なし。乗車のための簡易スロープあり。駅構内に車いす対応トイレはないが、隣接するみなとさかい交流館に多目的トイレあり。

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

飛行機

鳥取砂丘コナン空港

身障者用駐車場が9台。入口から搭乗口まで段差なし。1階ロビーから2階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1階到着ロビーに1カ所、2階搭乗待合室内に1カ所の計2カ所。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

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。

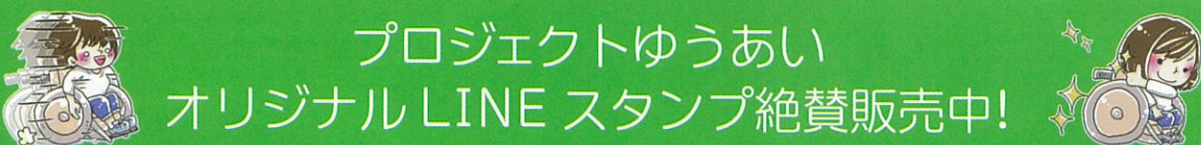
■お問い合わせ：米子空港ビル株式会社 TEL:0859-45-6123

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	皆生ブランドホテル 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			

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



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



特集 智頭町

次号(2020夏)予告

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。

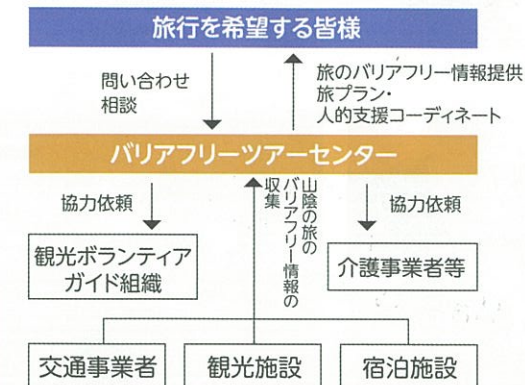


お問い合わせ(PCエコステーションゆうあい内)

《平日》受付時間：9:00～18:00 電話：0852-61-0199

FAX：0852-27-7447

電子メール：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)	チックトラベルセンター 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ワークス鹿児島	☎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

米子は、城下町？商人の町？

米子は、江戸時代の初め米子城築城とともに整備された伯耆十八万石の城下町である。西伯耆の拠点的な城であった米子城は、山陰で最初に築かれた近世初期の城郭。天守のあった標高90メートルの湊山は、北側に丸山、東側に飯山、さらに南西側には中海という天然の要衝を擁する地で、この城山を内堀で囲み、さらに外郭に武家屋敷を配し、外堀を巡らせるといって、典型的な平山城の特色を備えていた。

江戸時代中期から大正にかけては海運業が盛え、かつて運送路として繁栄した。商都として栄えた米子には、今も変わらず、江戸時代から明治にかけての佇まいが随所に残されている。

また、土蔵群の中で最も顕著な商家は、後藤家である。戦国時代末期の天文年間に石見国からこの地に土着した豪商で、江戸時代には廻船問屋として藩米や鉄などを取り扱っていた。現在の主屋は正徳4年頃建てられたもので木造平屋建（一部2階）、切妻、棧瓦・本瓦葺き、平入、桁行、塗屋造りで、この地方には珍しい数寄屋造りである。後藤家住宅は江戸時代中期に建てられた豪商町屋建築の遺構として貴重な存在であり、国指定重要文化財に指定されている。この後藤家に明治20年、23歳で養子に入った後藤快五郎は、境線の線路用地にも約5町分を提供し、鉄道開通に積極的に協力するなどして、米子の発展に大きく貢献したことから「後藤駅」という駅名や「上後藤」という地名をこの土地に残すことで後藤氏の貢献に感謝を表している。



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
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。



旅行者体験談・てくてく日和の感想

- 山陰で、このような情報誌が発行されていることをうれしく思いました。障がいのある方を含めて、みんなが過ごしやすい環境づくり、また、その情報発信、応援しています。(大阪府在住・Y・さん)
- その土地の知らない人と出会う、知り合いになれたことがうれしかったです! 石見の良い宿情報が知りたいです!(島根県在住・ヒロさん)
- 旅行のメインスポットは楽しめても、その周辺の飲食場やお店など、観光全てをコーディネートするのは難しく、とても参考になります。(岡山県在住・カーコさん)

てくてく日和に寄付をいただきありがとうございます

井上 由香子様 白石 まり子様 三嶋 一祥様 久保 尚人様 柳澤 誠様 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、
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、寄付の旨を プレゼント応募券をお送りの際に必ずお印しを貼付し、お返願いたします。

奥大山の
豊かな自然と食を楽しむ

 米子屋

〒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備
環境事業部
松江市平成町182-15
☎0120-837-014
さひめの泉 検索

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



Honda Cars 島根東

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。

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 ☎水曜日
TEL 0852-59-9650

学園店

松江市学園1丁目 19-16 ☎水曜日
TEL 0852-28-0701

普段の生活にも
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 L Honda SENSING ボディカラー: モーニングミストブルーメタリック



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!



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

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



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

☎ (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



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! (かなこ/車いす利用)



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)

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

破線をお切り下さい

●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。

車いす最大6台乗車可能！ リフト付き大型バス導入！

【詳細内容】リフト付き大型バス：1台
 (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
 (主要装備) ボトルクーラー、格納式モニター×2、DVDプレーヤー、カラオケ(ゲーム付き)、
 プラズマイオン発生装置、USB端子(充電用)、各シート簡易テーブル・足置きあり

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！

バリアフリーは私たちにお任せください！



東出雲観光バス
 有限会社 いやタクシー

雨の日でも大型傘で、
濡れずに乗車可能！

東出雲観光バス

検索

お問い合わせはこちら

〒699-0101 島根県松江市東出雲町損屋611-5 TEL:0852-52-2081 FAX:0852-52-2205

PRESENT プレゼント



A賞

取材先お土産セット … 1名様
 (米子城跡手ぬぐい、ながた茶店ほうじ茶、
 とっとりしまねの缶バッジ、メモ帳)

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 6月8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 碧山 里絵
 今泉 未希 黒崎 忍
 塩毛 絵里 石倉 悟
 北尾 可奈子 石倉 良樹
 村松 良介 神田 光子
 石原 由貴 岩門 南樹
 矢野 健

イラスト

石原 由貴

編集後記

今年の山陰地方は、例年に比べて雪が少ない年でしたが、今号の取材の日に限って大寒波になってしまい、取材先の皆様にご迷惑をおかけしてしまいました。スタッフ陣は「晴れ女」などと噂していましたが、そのジレンスは崩れたようです。今回なにわーさんにご協力いただき、実際に泊まっている宿泊体験の取材をさせていただきました。細かな気配りが詰まった宿です。松江にお越しの際はぜひご利用ください。(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
 〒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



てくてく日和30号(2020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名様に取材先のお土産セット、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。

●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 米子市 ☐特集2 島根のお宿
☐バリアフリーな外出をサポートする団体・WEBサイト
☐ハダド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等は本冊子に開示された用途以外に使用いたしません。