

鉄道利用を諦めることがあるかという質問では、「通勤や通学など行き慣れた場所に行く」ことを「よく諦める／時々諦める」と回答した人が50.0%と半数に上った。行き慣れた目的地であっても普段と異なる状況に置かれた場合は別の交通機関を利用したり、行くのを諦めたりしている現状が明らかになった。(fig.5)

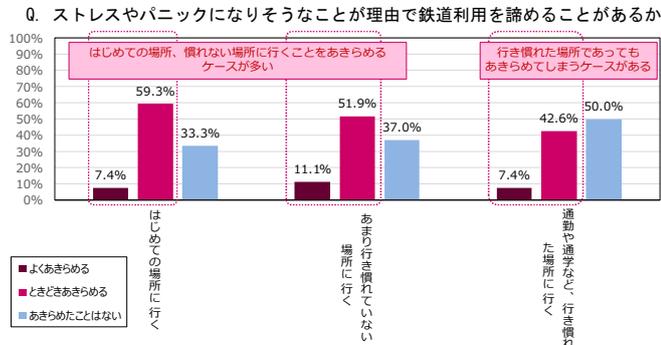


fig.5 鉄道利用を諦める頻度

(3) 鉄道利用時におこなっている対策

鉄道利用時の対策について問うと、「混雑を避ける」「ストレスを感じる場所を避ける」の他、「ストレスのない地域に引っ越す」という回答も見られた。(fig.6)

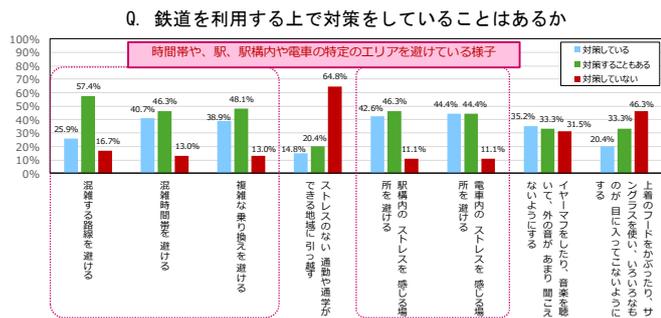


fig.6 鉄道を利用する上での対策

2.3 当事者インタビュー概要

2024年8月～9月に、アンケート回答者のうち6名に参加いただき、2種類の半構造化インタビューを実施した(tab.1)。インタビュー1回目では、参加者と普段利用する駅に実際に赴き、鉄道利用時の詳細な行動をヒアリングした。2回目では、センサーマップやカムダウンスペースに対する意見や利用意向について伺った。なお、2回目の結果については第二報で触れる。

tab.1 インタビュー参加者の属性

インタビュー1回目							
	参加者1	参加者2	参加者3				
年齢/性別	20代・男性	40代・女性	20代・女性				
調査実施場所	A駅	B駅	C駅				
鉄道利用状況	・ほぼ毎日・通勤・1人で利用する	・週に3,4回・通勤・日常の利用・1人で利用する	・週に5回・通勤・通勤・日常の利用・1人で利用する				
インタビュー2回目							
	参加者1	参加者2	参加者3	参加者4	参加者5	参加者6	
年齢/性別	20代・男性	40代・女性	20代・女性	50代・女性	30代・男性	20代・女性	
鉄道利用状況	・ほぼ毎日・通勤・1人で利用する	・週に3,4回・通勤・日常の利用・1人で利用する	・週に5回・通勤・通勤・日常の利用・1人で利用する	・週に1,2回・通勤・日常の利用・1人で利用する	・週に3,4回・通勤・通勤・日常の利用・1人で利用する	・週に1,2回・通勤・日常の利用・1人で利用する	・週に1,2回・通勤・日常の利用・1人で利用する

※参加者1,2,3はインタビュー1回目、2回目共通

*東日本旅客鉄道
**U'eyes Design

2.4 インタビュー結果 (1回目、普段の鉄道利用)

参加者と実際に駅の中を移動しながらヒアリングし得られた発話について、①事前の備え、②駅・鉄道利用中の対処、③不安やストレスを感じた時の対処、④感覚過敏対策の観点で分類した。(tab.2)

①事前の備え～②駅・鉄道利用中の対処では、混雑を避ける目的での行動が多く見られ、混雑が発達障害者の鉄道利用上の大きな負担となっていることが分かった。また混雑起因の体調不良を避けるため、普段から移動経路を限定しルーチン化する工夫をしていた。

③不安やストレスを感じた時の対処では、鉄道利用時強いストレスや体調不良、パニックが生じてしまった場合は、駅の隅でしゃがみ込む、駅の中を歩き回って落ち着く場所を探す等のカムダウン行動を余儀なくされている状況が明らかになった。

④感覚過敏対策では、鉄道利用時は普段からノイズキャンセリングイヤホンやサングラス等により強い感覚刺激から身を守っていることが分かった。これは駅・鉄道特有の大きな音やアナウンス、駅構内の光刺激が発達障害者の負担となっていることに起因している。

tab.2 インタビューで得られた鉄道利用実態

	ヒアリングより得られた鉄道利用時の行動
①事前の備え	<ul style="list-style-type: none"> ■時間にゆとりを持つ <ul style="list-style-type: none"> ・移動がスムーズにいかない可能性があるため、事前に調べた電車よりも数本前の電車に乗るなど時間にゆとりをもって行動する ・電車が混んでいて乗り降りできないことも想定して計画を立てる ■混雑する時間帯や休日の利用を避ける <ul style="list-style-type: none"> ・混雑すると混乱したりうまく動けないことがあるため、なるべく混雑時間帯を避けて利用する ・土日休日に混んでいる場所へ出かけるのを避ける ・混雑する路線を避ける。混雑する駅を利用しなくてよい場所に往く
②駅・鉄道利用中の対処	<ul style="list-style-type: none"> ■負担の少ない経路を選択する <ul style="list-style-type: none"> ・混雑を回避するため電車に乗るときはなるべく空いている号車・経路を選択する ・人の流れが速い通路、前から人が歩いてくるような人流が錯綜した通路は歩かないため避ける ・大勢の人が密集した空間を避ける ■電車の乗降で人が密集した状況を避けるため、人がはけるまで待つ ■人が少ない壁際を通行する。利用者の少ない階段の改札を通る ■階段を使う <ul style="list-style-type: none"> ・多動症を持つ場合、じっとしていることが苦手なため、エスカレーターより階段を利用する
③不安やストレスを感じた時の対処	<ul style="list-style-type: none"> ■駅の様々な場所でカムダウン行動を行っている ■鉄道利用中に強いストレスや体調不良、パニックが生じた場合は、駅の中で歩きながら落ち着く場所を探す。例)ホームの端、人ごみの少ない場所のベンチ、階段の降り口の隅、駅のトイレ等
④感覚過敏対策	<ul style="list-style-type: none"> ■音対策：イヤーマフ、イヤホンの着用 <ul style="list-style-type: none"> ・イヤーマフやノイズキャンセリングイヤホンは完全ではないものの、音によるストレスを和らげる効果があり普段から利用している ■光対策：サングラスの着用 <ul style="list-style-type: none"> ・強い光でまぶしさを感じないように普段からサングラスを着用している ・目が悪いがあえて眼鏡をかけずじっと視線をぼやかせ、視覚情報が入らないようにしている ■その他因子への対策 <ul style="list-style-type: none"> ・臭い対策：マスクをつける ・汗対策：リュックを背負うと汗をかきそれが不快でストレスになるため、通勤時は極力荷物を減らす工夫をしている

3. まとめ

本報では、発達障害を持つ鉄道利用者へのアンケート、および半構造化インタビューより発達障害者の鉄道利用実態を把握した。調査の結果、鉄道特有の混雑や情報の変わりやすさが発達障害者の特に苦手とする「慣れない状況への対応」「感覚過敏因子」「コミュニケーション」等の課題をもたらしていた。加えて、駅におけるカムダウン行動の実態や鉄道利用を諦めてしまっている現状についても明らかとなった。

【参考文献】

- [1]国土交通省, ユニバーサルデザイン 2020 行動計画, 2017.2
- [2]重浦ら「鉄道駅におけるセンサーマップとカムダウンスペースの在り方に関する研究その2 困りごとの整理と要件のまとめ」, 日本建築学会大会学術講演梗概集, 2025

*East Japan Railway Company
** U'eyes Design Inc.