

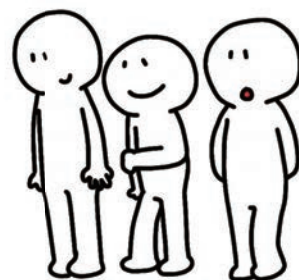
UD TRY! 6

ユニバーサル・デザイン・トライ! 6

高校生と一緒に 編



ユニバーサルデザイン(UD) まちづくりを広げよう!



KOTO City In TOKYO
スポーツと人情が熱いまち 江東区

高校の授業で
UDまちづくり講座を実践しながら、
UDの理解を深めたよ。



ユニバーサルデザイン(UD※1) まちづくりって なんだろう？

UDまちづくり※2とは、
すべての人にとって使いやすい
まちをつくること。

※1 UD ユニバーサルデザインは、英語の頭文字で
UDと表現します。

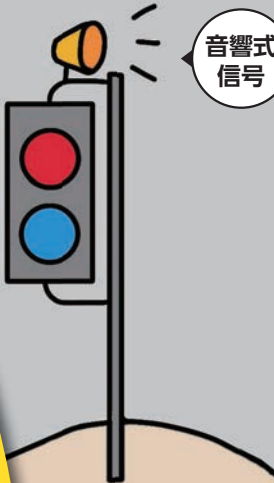
※2 ユニバーサルデザイン(UD)まちづくり
江東区では、「年齢・性別・国籍・能力などの
違いを尊重しつつ、誰もが使いやすく安全
で安心な環境をつくるため、住民と事業者
および自治体が協働ですすめるまちづく
り」と定義しています。

視覚障害者にとって
は、歩道から車道に少
し段差があることで、
車道に出たことがわ
かって安心。
エスコートゾーン※3
があると、横断歩道か
ら外れずに渡れたり、
信号機に音響があると、助けになる。

※3 エスコートゾーン
視覚障害者が横断歩
道から外れることなく
道路を横断できるよう
に横断歩道に設置さ
れた設備のこと。



車いす使用者と
視覚障害者とは、
意見が異なります。
両者の意見を調整して、
歩車道間の段差は2cmを
標準としています。

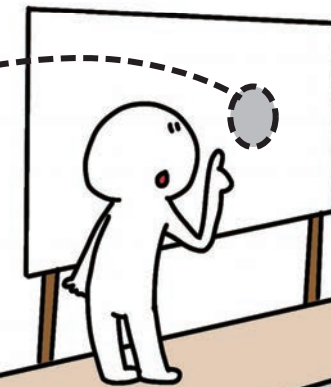


車いすを使っ
て
いると、
できるだけ段差が
ないのが便利。

マップに、外国語表記が
あると、日本語が苦手な
外国人も読める。



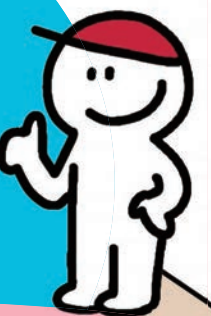
入口が自動ドアだと
ベビーカーでも入り
やすい。



「あと5分で●●
行きが来る」電
光掲示板があると確認ができて
安心。



いろいろ使いやす
くなっていますが、
まだ不便なことも
あるんだって。



たとえば、
まちであったこんなこと…



いいね!

最近できた
和食屋さんに行かない?

みなさんは、食べたいものを考えて
お店を選びますよね。

01

店の入口に
段差があったよね?
中也狭そうで入るのが難しそう。
行ってみたいけれど、
僕はファミリーレストラン
にいくよ。

02

車いすを使っている人は、入れるかを
考えてお店を選ぶことが多いです。

仲間でランチをすることになりました

みんなでお店に入るための
「やり方」を考えます。

あ、段差、
越えられないかな?

手伝い方、
教えて。

1段だけだから、手伝ってもらったら
越えられるかも。

03

行きたいと思ったお店で
みんなで食べることができました。

通路を
広くしますね。

イスも動かします。

手伝うよ!
やり方、教えて。

04

目的は同じ、やり方が違う。

「行きたいお店で食べたい」という「目的」は、だれでも同じです。けれども、その目的を達成するのに、人により「やり方」が違うことがあります。その時に、「できなくても仕方がない」「余計な手間がかかる」とマイナスに考えるのではなく、その人の「やり方」を尊重し、工夫することで、目的を達成できます。みんながこのように考えることで、「だれもが暮らしやすいまちづくり」＝「UDまちづくり」に近づけると考えています。

	「同じ目的」を多様な人が達成したいと思っている	人により「やり方」に違いがある	社会や環境がいろいろな「やり方」に対応していない	「誰もが目的を達成」するために、検討・調整を経て、複数のやり方を用意したり、やり方を工夫する		
目的	登場人物	その人のやり方	社会や環境の現状	社会や環境に変わってほしいこと	検討・調整	結果
行きたい店で食べる	いっしょにランチする仲間	歩いて店に入り、店のイスに座る	店を自由に選べる	不便を感じない、今のままで満足	自分とは違うやり方の人がいた時、できることを考えてサポート	目的達成
	和食屋に行きたい車いす使用者	車いすで店に入り、車いすで席につく (店のイスには座らない)	行ける店が限られる	● 店の整備 車いすのままで入れるようにしてほしい ● 人のサポート 車いすの移動の手伝いや、動きやすい環境づくりをしてほしい	● 店の整備 段差解消や、スロープを用意する テーブルを動かすなどして通路幅を確保する 車いすですつける席を確保する ● 人のサポート 車いすの移動や、通路幅などを確保する手伝いをする	
掲示板で行き先を確認する	見えにくい人(弱視)	掲示板の盤面が、濃い地色に白文字だと読みやすい 目を近づけると読める	白地に黒文字の掲示板がある 近づけない場所に設置された掲示板がある	● まちの整備 濃い地色に白文字のデザインにしてほしい 目が近づける場所に、目の高さで設置してほしい ● 人のサポート 見つけにくい情報を伝えてほしい	● まちの整備 見やすい盤面のデザインを検討し、作成する 見やすい場所と、設置できる場所を調整して整備する ● 人のサポート コミュニケーションをとりながら、必要な情報を伝える	目的達成
	日本語が苦手な外国人旅行者	掲示板に、母国語やローマ字の表記があると読める	日本語表記だけの掲示板がある	● まちの整備 日本語以外の表記を増やしてほしい ● 人のサポート 読めない情報を伝えてほしい	● まちの整備 表記が増えると読みにくくなるので、見やすさを検討しながら言語表記を増やす ● 人のサポート コミュニケーションをとりながら、必要な情報を伝える	

これまでのUDまちづくり活動の歩み。 令和5年度は、高校生と一っしょに取り組みました。

江東区では、区民と区が一緒に参加するワークショップを開催し、UDまちづくりを広げています。
これまで、商店街や企業等に出向いて、店主さんや窓口スタッフの方々にどんな対応をしてもらいたいかを伝えたり、小学校でUD出前講座を行ったりしました。
今回は、高校生がワークショップに参加し、高校の授業でUDまちづくり講座を実践しました。



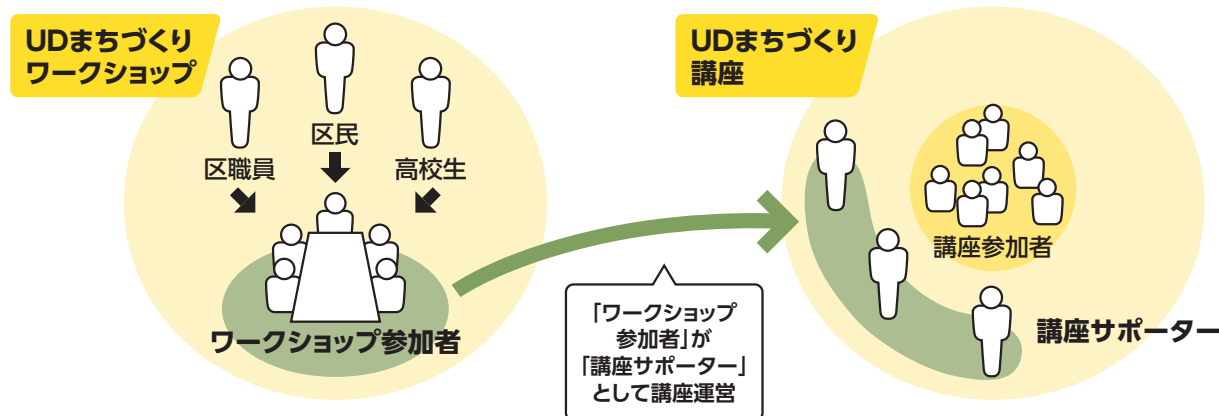
小学校でのUD出前講座は、ワークショップから発展した取り組みです。令和4年度・5年度については、年間30校以上もの小学校に出向く活動を行いました。

UDまちづくり講座の特徴。

1 感じて考えるプログラムです

この講座は、専門家から知識を学ぶ講座とは少し違います。ワークショップに参加している区民たちが「講座サポーター」として講座運営を担い、講座サポーター自身がまちで体験したことを伝えたり、講座サポーターとのコミュニケーションを体験してもらったりします。体を動かしたり、感想を共有したりすることを通じて、感じて考えながらUDの理解を深めます。

楽しく参加できる工夫をしていますので、積極的に体験や質問をしてください。



2 素朴な疑問はとっても大事

気軽に質問してくださいといわれても、「UDなんて全然知らないよ、ヘンなことを言ったら大変」と思うかもしれません。しかし、知らないからこそ「素朴な疑問」はとっても大事。講座参加者のみなさんにとっても、運営している講座サポーターにとっても、新たな気づきになることが多いからです。

「失礼にならないか?」「怒られないか?」などの心配は無用。「えっそうなの?」と思ったら、そのことを素直に伝えてください。素朴な疑問があれば、どんな質問でも大歓迎です。

3 「リアル」はありますが、「正解」はありません

この講座は、だれかが実際に体験したことや、暮らしの中で感じていることをもとにしています。インターネット上の情報やだれかに聞いたことを、自分の話のように伝えることはありません。実際の体験だからこそ、状況や感じたことをリアルに伝えられ、その人に必要な対応をみんなで考えることができるからです。

ただし、それは1つの感じ方や、その状況でその人が必要とする対応方法であって、だれにでも当てはまる「正解」ではありません。別の感じ方をしたり、別の対応方法を望む人がいるかもしれません。そのため「その場その場で相手に確認することが大切」だということを伝える講座です。

4 プログラムの組み合わせいろいろ

この冊子では5つのプログラムをご紹介します。

1から5までを最初から順番に行うのではなく、その時の参加者や、時間や会場などを考えて組み合わせます。いくつかを組み合わせても良いですし、1つだけ行っても良いプログラムです。

感じて
考えることが
大事なんだね!



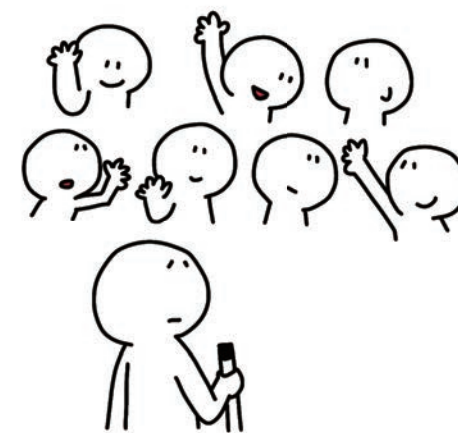
講座をはじめます。 みなさんに簡単な質問をします。

～アイスブレイク～

今日の朝ごはんは何でしたか?
『和食』『洋食』『その他』
『食べていない』の
4つから
選んでください。



01



02

～静かに手をあげている人がいる～



03

もしかして、
みなさん手を
あげていますか?
私は視覚障害者で
見えないのです。
『はい』と声も出して
もらえますか?

04



視覚障害者は「音」が頼り。
声をださないと伝わらないことがよくわかります。

アイス ブレイク の特徴

アイスブレイクとは

上の4コママンガのように会議や研修をはじめの前に、簡単なゲームや自己紹介をして、本題に入りやすくすることを「アイスブレイク」といいます。緊張した固い雰囲気を氷にたとえて、それを壊すという意味です。

UDまちづくり講座でのねらい

参加者の雰囲気を和らげることに加えて、スタッフとのコミュニケーションの方法を学んでもらうことで、質問などの発言がしやすくなることもねらっています。聴覚障害者とのコミュニケーションは、P12-14をご覧ください。

まちで起きたできごとを、
見てもらいます。
そのあと、問いかけをします。

ここはレストランです

店長

この店はUDをめざしています。
車いすを使っている方がいらしたら、
段差のない広いスペースの席に
案内してください。

店員

はい、
わかりました。



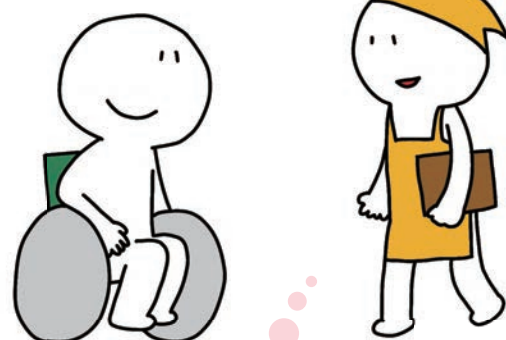
01

お客

窓際の席を
予約していた者です。

店員

いらっしゃいませ。



店員

(あっ車いすを使っている方だ!)

02

店員

広くて入りやすいお席を
ご用意していますので、
そちらへどうぞ。

お客

窓側の席を
予約していたと
思いますが。



お客

今日は花火大会があるので、
窓側を予約していたのです。

03

04

店員

店長に言われていた通りに
案内したのに…。
最初からお客様に
希望を聞けばよかったな。



感じて考えよう!

問いかけ

- ・店長さんはUDの店にしようと一生懸命考えましたが、予約のお客さんの希望とはズレがありました。

Q1 あなたが店員さんの立場だったらどうする?

高校生

お客さんの希望を聞いてあげたいと思います。

講座
サポーター

店長から言われていたことと違う対応を、自分の判断だけでできるかな?

高校生

「店長に話しをしてから」窓際に案内したいです。

講座
サポーター

店長から「安全を考え、やはり広いスペースへ」と言われたら、窓側への案内はあきらめる?

Q2 車いす使用者のお客様の立場だったら、どうしてほしい?

高校生

花火を見るために来たので、少しくらい入りにくても窓際に案内してほしいです。

講座
サポーター

ですね。

まとめ だれのために、なんのために

- ・店長さんは、車いすを使っている人は広いスペースが必要だと思い、良かれと思って店員さんにも伝えていました。しかし、車いすの人の希望は違いました。
- ・良かれと考えて準備しておくことは大切です。しかし、希望が違う場合は、それに対応するための工夫が求められます。
- ・常に、「だれのために」「なんのために」行うのかを考えながら対応することが大切なのです。

劇で実際の状況
を見ることができて、
よくわかった。

すれ違いが印象的。

高校生の感想

まずは、相手の意見、
どうしたいのかを
しっかり聞くことが大事。

その人のことを
思っていたことでも、
相手からしたら
嬉しいとは限らない
ことがある。

寸劇の
特徴

寸劇とは

進行役が状況を説明したり登場人物がセリフを言ったりして、短い劇として状況を伝えることで、どんなことが起きているのかをわかりやすく伝えることができます。

UDまちづくり講座でのねらい

ワークショップで出し合ったまちでの実際の体験をもとにシナリオをつくります。「起きた出来事」だけでなく、登場人物が「その時どんな気持ちだったか」も伝えます。「どうするとよかったか」については、寸劇の中で伝えることもあれば、ロールプレイや意見交換の中で考えてもらうこともあります。



プログラム
02
ロール
プレイ

役の立場になって、 演じてください。 あなたならどうする？

MISSION 01

ここはファミリーレストラン。
あなたは店員さんです。
入ってきたお客様は、
白い杖を持っています。

- ① 入口から席まで案内してください。
- ② イスに座ってもらってください。
- ③ 注文をとってください。
- ④ 運んできた食事の内容を説明してください。

MISSION 02

混んできたので、順番待ちリスト
に記入をしてもらっています。
次のお客様を呼んでください。

「〇〇様、お待たせしました」と
呼んでも反応がありません。

- ① 呼んでも反応がない時は、どうする？
- ② 席に案内してください。
- ③ 注文をとってください。



高校生はどんなトライをしたかな？

感じて考えよう！

MISSION 01 のお客様は、白い杖を持っていました。

白い杖は、視覚障害のある人がまわりの環境を確認したり、自分が視覚障害者であることをまわりの人に伝えたりする目的で使う杖。全盲の人だけでなく、弱視の（見えにくい）人も使います。

① 入口から席まで案内してください。

高校生のトライ！

肩を押す人、手を繋ぐ人がいました。後ろから押されたり、引っ張ったりされると、怖いです。

講座サポーターからのアドバイス

案内する人の肩か肘に手を置かせてください。案内する人が半歩前に立って歩いてもらえると安心です。

② イスに座ってもらってください。

高校生のトライ！

良かれと思いイスを引いてくれる人がいましたが、気づかずに座ろうとすると危険です。

講座サポーターからのアドバイス

イスの座面や背もたれを触らせてもらえると位置がわかります。

③ 注文をとってください。

講座サポーターからのアドバイス

メニューの説明が必要か確認してください。必要な場合、まず大きな項目、その後詳細を教えてください。



肘をつかまらせてください

人により
ガイド方法は違うので
確認してくださいね。



ここがイスの
背もたれです。



まず大きな項目
（食事、飲み物、
デザートなど）
を読みあげてください。

④ 運んできた食事の内容を説明してください。

高校生のトライ！

「お水が入っています」など、倒すと困るものについて教えてくれた人がいました、助かります。

講座サポーターからのアドバイス

テーブルに時計盤があるとイメージして伝える方法もあります（クロックポジション）。お箸などの位置も、声で伝えてください。



クロック
ポジションでは、
「12時の方向に
焼き魚があります」と
説明します。

MISSION 02 は、声をかけても反応がない時のことを考えます。

⑤ 呼んでも反応がない時は、どうする？

講座サポーターからのアドバイス

呼んでも反応がない時は、もしかしたら「聞こえない」人かもしれません。聴覚障害者は、見た目ではわかりにくいです。

⑥ 席に案内してください。

高校生のトライ！

身振りで「こちらへ」と案内してくれました。

講座サポーターからのアドバイス

身振りを恥ずかしがる人がいましたが、豊かな表現で伝えてくれた人もいたのは良かったです。

⑦ 注文をとってください。

高校生のトライ！

メニューを指さして注文の確認をする人が多かったです。

講座サポーターからのアドバイス

伝え方はいろいろありますが、注文内容や金額など、大切なことは筆談で確認してもらえると助かります。



伝え方いろいろ

手話

文字を空中に書く
（空書き）

スマホで文字を
打って見せる

指さし身振り

話す口の形（口形）

筆談

まとめ 相手が必要としている ことを確認する

- ・自分が良かれと思っていたことと、相手が望んでいることが違ったかもしれません。
- ・「相手が必要としていることを確認する」コミュニケーションが大切です。

視覚障害者へは、
まわりの状況を
伝えることが大切。

高校生の感想

聴覚障害者は
見た目ではわからないので、
「もしかしたら」と
考えることが大切だ。

ロール プレイ の特徴

ロールプレイとは

「役割 (role)」と「演じる (play)」を組み合わせた言葉。登場する役の立場で、実際に発言したり行動したりすることで、その人だったらどう感じるかの理解を深めます。

UD講座でのねらい

寸劇を見てから寸劇の登場人物役を演じることもありますが、日常生活の中では初めて出会うできごとも多いと考え、予備知識なく役割を演じるプログラムも実施しました。

プログラム
03
コミュニケーション
ゲーム

声や文字を使わないで、 コミュニケーションを とってみよう！

動物が描かれているカードを一人1枚、配ります。
カードは10種類あります。自分と同じ動物を探して、
仲間で集まってください。



(えっ、どうやって表現しよう)



カードを見せ合ってください。



03

04
今回の講座では「うさぎ／ぞう
キリン／牛／ゴリラ／サル
ネコ／ライオン／白鳥／カラス」
を表現してもらいました。

高校生の感想

仲間探しをする
コミュニケーションゲームが
とても楽しかった。

ジェスチャー
だけでやるのは
意外に難しかった。

コミュニ ケーション ゲーム の特徴

コミュニケーションゲームとは
ゲーム感覚の体験を通して「会話すること・共有すること」「人と協力すること」などの重要性を
理解するプログラムです。

UD講座でのねらい

聴覚障害者や外国人などと、話言葉や日本語によるコミュニケーションが難しい時でも、ジェス
チャーを使うことで伝えられることを体験します。聴覚障害者とのコミュニケーションとして、「手
話」「口形」「空書き」「筆談」「スマホで文字を打つ」「指さし身振り」などの方法があります。

プログラム
04

新しい トライ

(1) 多様な立場からの話 エピソードトーク

「エピソードトーク」という、自分の体験を短時間
で伝える方法にトライしました。今回は2つのエ
ピソードを伝えました。

- ①脳卒中に罹患し、左半身麻痺と音や光、温度に対
する感覚過敏の症状が残っている立場から、後遺
症は人によって違うこと、サポートをする場合は、
コミュニケーションをとりながらいっしょに解決方法を考えてもらおうと助かることを
伝えました。
- ②子どもが高校の途中でろう学校へ移った母親の立場で、「身近な場所=学校」の中に
聴覚に障害のある生徒がいるかもしれないことを伝えました。



この新しいトライは、UDをもっと理解することへと発展しました。

- 今回の講座では、グループに分かれて各コーナーを担当
しました。講座終了後、他グループに参加していた聴覚障
害者から「聴覚障害のある子どもについて、親が話すこと
を知らなかった」「親であっても話すべきではないのでは
ないか」との発言がありました。
- 一方、「『子どもに障害がある親』という当事者の立場で
話をして良いのでは」との意見も出ました。そこで、なぜ
聴覚障害者が違和感を感じるのかについて意見交換を
しました。
- 視覚障害者や車いす使用者の中には、親が自分のこと
を語った経験をした人もいて、事前の確認や話す内容を
聞ける状態であればいいと思うという話も出ました。一
方、聴覚障害者の立場からは、「親子の合意のもと、親が
障害のある子どものことを語ることもあるでしょう。しか

し、聴覚障害者はコミュニケーションの違いがあります。
聴覚障害者は、手話通訳や音声認識アプリを介して話
を聞くことになります。障害があっても聞こえる人は、親
が話す内容を聞いて『それは違う』など比較的スムーズ
に反応することができるかもしれませんが、聴覚障害者
はその場でリアルタイムに訂正したり対応しづらいこと
があるのです。だから、親であっても聴覚障害の子ども
について話すことはより慎重であるべきではないか」と
いう意見でした。

この議論はこれからも続けていく必要がありますが、聴
覚障害者のコミュニケーションの違いについて理解を深
める機会になりました。信頼して一緒に活動していくため
に、情報の共有についてより気をつける必要があること
がわかりました。

こうした議論を恐れずできることが、UDまちづくりの基本となります。

(2) 外国の文化を通じて、UDの理解を深めよう

- もう一つ、新しくトライしたことを紹介します。
- ワークショップに参加している高校生に、韓国籍の生徒がいました。その
生徒と友だちが韓国料理屋に行き、韓国式の食べ方を真似てもらうとい
うロールプレイをしました。韓国では、食器を持たない、箸をタテに置く、
食材を混ぜるなど、日本とは違うマナーや特徴があります。
- 日本と違うからと言って、「こちらが正解」「これは間違っている」と最初から決めつけないでほしいことを伝
えました。UDを理解するとても大切な考え方を、わかりやすく実感してもらいました。



プログラム
05

これまでの トライ

UD体験をしよう

2022年度に取り組んだ体験を、
冊子や動画にまとめています。
ぜひご覧ください。



UDを「体験」して
「感じて」みよう!
4つの
体験レポート

音声ガイド付き



あなたが暮らしの中でできるUDまちづくり

やり方の違いを伝えたり、 やり方の違いをいっしょに考え工夫すること

UDまちづくりとは、すべての人にとって使いやすいまちをつくること。

あなたも今あるやり方では不便だと思ったことはありませんか?そんな時は自分にとって「不便なこと」や、そのときにしている「自分のやり方」をまわりの人に伝えてみてください。

自分とは違ったやり方の人がいなかを考えたり、やり方の違う人がいた時はどうしたらいいかをいっしょに考え、工夫するきっかけになるかもしれません。

「やり方」は人それぞれ違うので最初とはとまどうかもしれませんが、コミュニケーションをとりながら工夫していけばいいのです。

お互いを知り、理解を深めようとすることで、きっと良い解決策が生まれます。

あなたも、自分の身近なところでできることがたくさんあり、
トライしていくことでUDまちづくりにつながっていきます。

気軽にUDトライ、していきましょう!



ユニバーサルデザイン(UD)
まちづくりを広げよう!

編集・発行 江東区都市整備部都市計画課
〒135-8383 東京都江東区東陽四丁目11-28
TEL 03-3647-9781 FAX 03-3647-9009

作成・編集協力 場所づくり研究所プレイス
〒156-0044 東京都世田谷区赤堤3-3-18
TEL 03-3324-0365 FAX 03-3324-0376

アドバイザー 川内美彦(アクセシビリティ研究所主宰/
東洋大学人間科学総合研究所客員研究員)

デザイナー カタヤナギユウイチ

イラスト 絹村亜佐子

ユニバーサルデザイン
まちづくりを広げよう!
見て・演じて・感じる
UDまちづくり講座が
できるまで
「高校生といっしょに編」

