

ランニングやジョギングを楽しむ
ランナーと交通弱者の
共存および住み分けに関する提案

富山大学 西館有沙

筑波大学 徳田克己

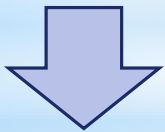
筑波大学 水野智美

1.はじめに

- ・ 2006年以降、ランニング等の実施率は上昇。
- ・ 2014年において、週1回以上のランニング等をする人は550万人(笹川スポーツ財団, 2015)

多くの人々が、ランニング等を楽しむようになり、毎年、各地でマラソン大会が開かれている。

一方で、歩道上は、肢体不自由者や視覚障害者、高齢者、幼児など、さまざまな人が通行する場所。

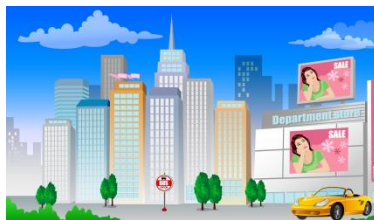


ランナーと交通弱者が接触する危険性が指摘されている(Nishidate, Tokuda & Mizuno, 2015)。

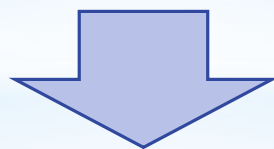
2. 本研究の目的

今後のまちづくりにおいて、

ランニング等が安全かつ
快適にできる環境



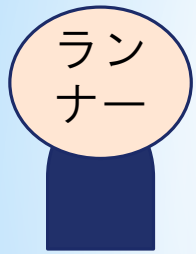
交通弱者の
安全・安心な歩行環境



本研究では、**両方の実現**に向けて、どのような
対策を講じる必要があるかを明らかにする。

3.ランナーと交通弱者の接触リスクを高める要因に関する研究

(1) ヒアリング調査（ランナー20名、交通弱者8名）



<ランナーのマナーについて>

「最近ではマナーの悪い人が増えている」

「イヤホンで音楽を聴きながら走っている人は周りへの注意がおろそかになっている」

「マラソン大会前になると、タイムを気にするため、普段はマナーを守っている人でも歩行者への配慮が低まる可能性がある」

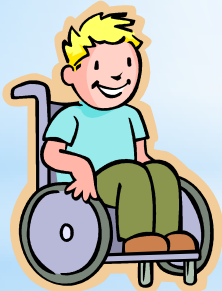


<自分自身が走る際に気をつけていること>

「歩行者とぶつからないように距離をとってすれ違う」

「歩行者がいる場合や道幅の狭い所は歩く」

「街中ではスピードを出さない」



<車いす使用者5名への調査>

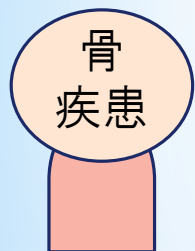
「ランナーの存在を危険に感じたことはない」

「自分の存在に気づけば、ランナーは距離をとってくれる」



<杖使用者1名への調査>

「杖に気づいていると思われる場合にも、ランナーはあまり距離を空けてくれない」



<骨疾患のある者2名への調査>

「すぐ脇をランナーが通るのは不安」

「ランナーが歩道中央を走っていると、どちらに避ければよいかわからず、とまどう」

「足音のしないランナーに追い越された時はヒヤリとする」

3.ランナーと交通弱者の接触リスクを高める要因に関する研究

(2) フィールド調査

〔調査地〕

- ① マラソン大会が開催される直前の地区
横浜みなとみらい、福岡市、つくば市
- ② 日頃からランナーの多い地区
皇居周辺、港区台場、神宮外苑、神戸市垂水-須磨

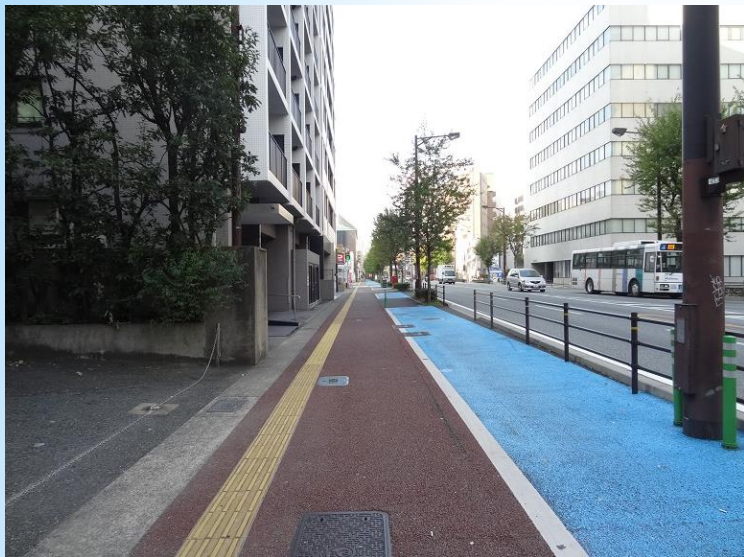


横浜みなとみらい



皇居周辺

<福岡市のマラソン大会のコース>



- ・ 道幅が比較的広い(2m以上)
- ・ 歩行者が少ない
- ・ ランナーの数も少ない

※住民へのヒアリングでは、ランナーの多くは近くの公園で練習を行っているとのこと



ランナーが歩道を走っていたとしても、歩行者との接触が起こる可能性は低かった。

<福岡市以外の調査地区で確認された4つの問題点>

①歩行者のすぐ脇を走り抜ける

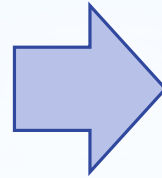




歩きスマホ者とランナー



②狭い歩道の真ん中を走る

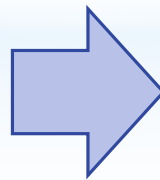


広い道でも真ん中を走る...

③ 集団走で道をふさぐ



④死角のある場所から飛び出す



3.ランナーと交通弱者の接触リスクを高める要因に関する研究

(3) 定点調査

〔調査地〕

- ①道の合流地点（横浜みなとみらい）
- ②歩道幅の狭い場所（横浜みなとみらい）

〔手続き〕 9:15～10:15（60分間）のランナーの様子を観察

〔結果〕

- ①小道から歩道に出た86名のうち82名（95％）は、走ることを止めなかった。走ることを止めたランナーは1名、大幅に減速したランナーは3名。
- ②狭路を通った86名のうち85名は走ることを止めなかった。

〔結果〕

- ・ 定点観察中に、ランナーと歩行者の接触が1件、歩行者の連れている犬と接触しそうになったケースが1件。
- ・ 歩行者と接触したケース：歩道で立ち止まっていた歩行者が1歩後ずさりをした際に、すぐ脇を走り抜けようとしたランナーと接触。



4.ランナーと歩行者の住み分けを行っている事例

◆ フィールド調査

〔調査地〕

- ・ランナー専用路を設けている公園
駒沢公園（東京）、大濠公園（福岡）



ランナー専用路

駒沢公園



ランナー専用路

大濠公園

- ・ いずれの公園にも、ランナー専用路の存在を知らせる表示が複数あった。
- ・ 多くのランナーが専用路を走っており、歩道を走るランナーの姿は確認されなかった。



ランナーはこの専用路を使うという暗黙のルールが定着していることがうかがえた。

〔課題〕

- ・ 自転車専用路に、はみ出して走るランナーがいた。
- ・ 歩道から公園外に出るには専用路を横断しなくてはならない。

5.ランナー向けの啓発教育の効果の検証

(1) 方法

〔対象〕 体育系学部の学生50名

〔手続き〕 26名に対しては講義型の教育(32分)

24名に対しては討論型の教育(32分)を実施。

〔効果検証〕 教育前、教育直後、教育1か月後に質問紙調査。



講義型



討論型

< 講義型で提供した情報の例 >

ランニング中に高齢者とぶつかった経験のある人は**17%**

ランニング中に幼児とぶつかった経験のある人は**16%**

歩行者とのすれ違いや追い越し、死角のある場所の走行、集団走等において、ランナーがとるべき行動や配慮点を解説した。

< 討論型では... >

具体的な情報は提供せずに「幅の狭い道」「子どもの登下校路」「人通りの多い道」「集団走」といった場面や状況ごとに、ランナーがとるべき行動についてグループディスカッションを行った。

表1. 講義型教育の受講者の認識の変化

| | 教育前 | 教育直後 | 1か月後 | |
|------------------------------|------|------|------|----|
| 歩道は歩行者が事故にあわないためにある | 4.42 | 4.42 | 4.56 | |
| ランナーは歩行者に配慮すべきである | 4.38 | 4.42 | 4.52 | |
| ランナーと接触した歩行者が大ケガをする可能性はある | 3.92 | 4.77 | 4.60 | ** |
| 歩行者の中にはランナーとのすれ違いに恐怖を感じる人がいる | 3.77 | 4.73 | 4.40 | ** |
| 歩道は歩行者がストレスを感じずに移動するためにある | 3.46 | 4.12 | 4.24 | ** |
| 仲間と走ることは、楽しい | 3.42 | 3.54 | 4.12 | ** |
| 走っている途中で歩くことに抵抗がある | 2.96 | 2.50 | 3.16 | * |
| 人が多くても魅力的な場所では走りたい | 2.77 | 2.42 | 2.60 | |
| 歩行者のために停止や迂回はしたくない | 2.23 | 1.85 | 2.00 | |
| 歩行者はランナーに配慮してほしい | 2.23 | 1.81 | 1.96 | |

表2. 討論型教育の受講者の認識の変化

| | 教育前 | 教育直後 | 1か月後 | |
|------------------------------|------|------|------|---|
| 歩道は歩行者が事故にあわないためにある | 4.46 | 4.42 | 4.45 | |
| ランナーと接触した歩行者が大ケガをする可能性はある | 4.38 | 4.54 | 4.15 | * |
| ランナーは歩行者に配慮すべきである | 4.25 | 4.54 | 4.40 | |
| 歩道は歩行者がストレスを感じずに移動するためにある | 3.92 | 4.21 | 4.00 | |
| 歩行者の中にはランナーとのすれ違いに恐怖を感じる人がいる | 3.92 | 4.21 | 4.15 | |
| 仲間と走ることは、楽しい | 3.63 | 4.04 | 4.15 | |
| 人が多くても魅力的な場所では走りたい | 2.96 | 2.63 | 3.20 | |
| 走っている途中で歩くことに抵抗がある | 2.92 | 2.92 | 2.85 | |
| 歩行者のために停止や迂回はしたくない | 2.58 | 2.25 | 2.45 | |
| 歩行者はランナーに配慮してほしい | 2.08 | 2.58 | 2.60 | |

6.まとめ

○ランナーに求められる行為

- ・ 狭い場所、混雑する場所、死角のある場所を通行する場合には、歩行に近い速度まで落とし、歩行者との衝突や接触の回避に備える。
- ・ 歩行者とは身体一つ分以上の距離を空けてすれ違う、すれ違う少し前から速度を落とす。

<集団走を行う場合>

- ・ 歩行者が少なく広い歩道を選ぶ
- ・ 隊列を崩さない等のルールを事前に確認しあう
- ・ 最前列の走者が前方の情報を後列の走者に伝える

○ランナー専用路

- ・ 歩行者の安全な横断をどのように保障するかが課題
 - 横断帯の設置
 - 注意喚起を促す標識の設置



○ランナーへの啓発や教育

- ・ 交通弱者の存在や、交通弱者がランナーと接触した場合の影響の大きさを強調して伝えることは、歩行者との接触を回避しようとする意識を高めるといふ点で有効である。

※引き続き、効果的な啓発教育の検証が必要。