

# 108年度「鄭豐喜獎學金」社福論文 優等獎

## 出國旅遊可讓我們的人生色彩更豐富

### —為何障礙者更需努力爭取出國旅遊的機會？

國立高雄科技大學 資訊管理所 碩士部 耿美琪

#### 前言

根據衛福部 2018 年資料統計，臺灣約有 117 萬身心障礙者，其中又以肢體障礙者居多，加上面臨社會人口老化問題，提供無障礙的友善環境顯得迫切。在旅遊阻礙部分結構性阻礙影響最大，以擔心旅遊地點沒有無障礙電梯阻礙最高，其次為搭乘交通工具沒有符合無障礙環境的需求設備、旅遊地點沒有提供符合標準的無障礙坡道與擔心旅遊出入口不平順。在旅遊需求上，設施構面影響最大，需要旅遊地點有無障礙電梯設備符合標準且能夠使用最高，其次為旅遊目的地的透明公開資訊。旅遊需求與旅遊阻礙皆以無障礙電梯的影響最大。

#### 研究背景與動機

友善環境是進步城市的表徵，許多國家更以打造全面的無障礙環境為目標政策。世界衛生組織(World Health Organization, WHO)在高齡友善城市八大面向中，將無障礙與安全的公共空間視為首要，近年來被重視的「通用設計」、「包容性設計」更是希望以不需作出特殊調整，即可運用於所有人的產品、環境、方案與服務方式，這樣的理念不僅為年長者提供服務，也照顧到嬰幼兒、孕婦或因意外受傷、生病等需要服務的一般民眾，更為身心障礙者創造出舒適的使用環境。根據衛福部 2018 年資料統計，臺灣約有 117 萬身心障礙者，其中又以肢體障礙者居多，加上面臨社會人口老化問題，無障礙環境的需求顯得迫切。身心障礙者旅遊是觀光旅遊市場中相當具有潛力的領域(Darcy, 2002)，聯合國世界旅遊組織(World Tourism Organization, UNWTO)通過「2013 全民無障礙旅遊」(Accessible Tourism for All)，藉無障礙旅遊的設置確保身心障礙者的基本權利。該組織秘書長 Rifai 表示，打造無障礙旅遊環境是旅遊政策核心要素，這樣的環境不僅有利於身心障礙者及特殊需求使用者，更有利於一般大眾，未來的商機無限。旅遊環境常讓肢體障礙者參與活動時遇到阻礙，王儷蓉、施慈航(2010)認為目前無障礙旅遊未普遍的主因可歸咎於無障礙旅遊的觀念尚在萌芽階段、環境不友善、經費資源不足與政府態度消極等，其中環境的硬體設施不友善、人力未受適當訓練、資訊不足未真實反應等問題，都是造成肢體障礙者難以跨出去的原因。大部分身心障礙者在建築或環境上以地點不易進入為主因，Darcy(2010)認為肢體障礙者旅遊中遇到的最

## 身心障礙者人數 | The Disabled Population (1) by Classification

中華民國107年 End of 2018

單位：人 Unit：Persons

地區別 Locality	total	視覺障礙者	聽覺機能障礙者	平衡機能障礙者	聲音機能或語言機能障礙者	肢體障礙者	智能障礙者	重要器官失去功能者	顏面損傷者	植物人	失智症者	自閉症者	慢性精神病患者	多重障礙者	頑性(難治型)癲癇症者	因罕見疾病而致身心功能障礙者	其他障礙者
	Female	Visual Impairment	Hearing Impairment	Motion and Balance Impairment	Vocal and Speech Impairment	Moving Functional Limitation	Intellectual and Developmental Disability	Internal Organ Loss Function and Related Disabilities	Facial Disfigurements	Persistent Vegetative State	Dementia	Autism	Chronic Mental Health Conditions	Multiple Disabilities	Intractable Epilepsy	Rare Diseases	Others
<b>1.總計 Total</b>																	
桃園市 Taoyuan City	35,821	3,485	9,729	158	1,099	24,526	8,197	10,950	360	240	3,340	1,376	8,898	10,067	341	153	309
臺中市 Taichung City	53,965	5,956	14,140	307	1,596	37,361	11,309	16,147	530	280	4,810	1,376	12,811	14,575	508	179	408
臺南市 Tainan City	43,747	5,713	9,589	338	1,255	32,667	8,746	13,177	344	267	5,199	848	8,776	9,396	382	134	277
高雄市 Kaohsiung City	62,637	6,903	12,189	436	2,113	45,688	11,281	19,925	539	464	6,649	1,502	17,155	13,067	622	230	661
宜蘭縣 Yilan County	14,482	1,578	3,037	102	323	10,559	2,467	3,693	113	67	1,607	277	3,750	3,728	128	25	76
新竹縣 Hsinchu County	9,259	856	2,749	54	241	6,856	2,426	2,740	87	88	953	240	2,186	2,459	103	25	82
苗栗縣 Miaoli County	14,465	1,110	4,480	40	463	10,301	3,229	3,303	100	87	1,230	198	3,123	5,857	109	36	77
彰化縣 Changhua County	29,087	3,216	8,253	225	1,082	21,527	7,083	7,749	366	95	2,860	285	7,381	7,418	363	73	190
南投縣 Nantou County	14,632	1,366	4,855	79	473	10,382	2,934	3,824	161	73	1,585	237	3,400	4,067	201	26	68
雲林縣 Yunlin County	22,638	2,995	5,297	141	842	17,783	4,218	5,828	241	132	3,196	209	4,494	5,001	227	38	85
嘉義縣 Chiayi County	17,093	2,031	3,979	150	503	13,070	3,643	4,463	173	82	2,094	140	3,455	4,019	153	30	67
屏東縣 Pingtung County	22,186	2,357	3,936	116	711	18,770	4,755	6,279	168	167	2,083	280	5,664	4,766	197	55	190
臺東縣 Taitung County	7,070	696	1,384	35	222	6,304	1,838	1,971	63	88	541	98	1,494	1,941	39	7	41
花蓮縣 Hualien County	11,526	1,060	2,529	53	417	9,034	2,413	2,490	81	62	1,186	153	3,660	3,095	80	20	39
澎湖縣 Penghu County	2,728	399	865	20	104	2,032	553	681	22	16	207	35	640	553	15	3	19
基隆市 Keelung City	9,392	1,125	2,230	89	207	5,903	1,700	3,165	88	53	929	347	2,770	2,185	94	36	80
新竹市 Hsinchu City	7,325	710	1,869	52	190	5,094	1,680	2,208	65	45	692	315	1,761	1,718	69	38	80
嘉義市 Chiayi City	6,813	683	1,392	70	160	4,401	1,260	1,936	59	45	823	130	1,595	2,185	77	29	53
金門縣 Kinmen County	2,623	369	707	16	69	1,984	460	842	13	12	240	36	538	476	24	16	12
連江縣 Lienchiang County	177	36	54	1	11	140	41	64	3	1	19	9	50	38	—	1	2
<b>2.省制</b>																	
計 Total	0	3,503	7,904	154	482	19,706	2,806	4,900	170	95	1,241	114	2,615	3,121	9	35	93

大阻礙是缺乏可達性。過去研究中發現肢體障礙者透過旅行能兼具放鬆、休息、享受自由的功用，改善身體健康，對於生理及心理都有顯著幫助，旅遊活動只要加以安排住宿或旅遊地點之無障礙環境，附近有醫療院所，降低旅遊阻礙且滿足需求，將能實現友善旅遊的目標。

資訊來源：衛福部 2018 身心障礙人數統計(按障別分類)

### 研究目的

國際卡組組織萬事達卡公佈，「2018台灣出國旅遊人數為全球前10名」；行萬里路勝讀萬卷書，台灣果然是很重視國際化的國家。身為障礙者還有什麼理由放棄出國旅遊？肢體障礙者旅遊的困難度高於常人，旅遊活動過程常有需注意的部份，但一般人很少留意。透過本論文，探討肢體障礙者之旅遊阻礙與需求，盼望能夠整理出更多關於無障礙出國旅遊的資訊，透過仔細的規劃，讓身障者也能享有與一般人相當的出國旅遊待遇及權力。逐步減少肢體障礙者旅遊中的不便，讓更多人獲得服務，共同打造友善的旅遊環境。

### 無障礙旅遊從台灣說起

#### 肢體障礙者旅遊活動現況

肢體障礙者從事休閒活動較一般人困難，但卻更為一般人顯得重要。不僅是在活動過程中提供健康休閒作用，更是一種建立自信的方式，讓肢體障礙族群脫離平日被照顧者的角色進而變得活躍(Blichfeldt & Nicolaisen, 2011)。過去研究發現，肢體障礙者平日大多從事靜態或離家距離近的簡易活動為主，可能因行動不便、環境中軟硬體和種種限制等因素，而減少與社會大眾接觸的機會。對於肢體障礙者而言，參與休閒活動可以幫助學

習或改善生活狀態、訓練自我照顧與社交活動，達成自我實現的目標 (Edginton, Jordan, DeGraaf & Edginton, 2002)，休閒活動的安排更正向促進心理健康並改善身體健康狀況，進一步減少醫療資源支出，提高生活品質 (耿仕榮, 2007)。讓肢體障礙者適切的參與旅遊活動，多仰賴專業且細心的規畫安排。

Rains(2005)表示，醫療的進步延長了人類壽命，人們開始重視休閒生活，更帶動許身心障礙者旅行的意願，而無障礙旅遊成了市場中矚目的焦點客群。

Small和Darcy(2010)認為發展無障礙旅遊需注意通用設計、不同層級的需求支持、障礙的程度以及各方的連結，才能促成無障礙旅遊的核心。旅遊按不同參與方式可分為團體旅遊及個人旅遊。個人旅遊為自行安排參與，而團體旅遊則大多仍透過參與旅行社安排規劃活動為多。國內旅行社面對無障礙旅遊需求者，多仍以專案或個案方式作為處理，由各家旅行社以兼辦方式進行，且身心障礙者與一般人一起參團時，多數以正常行程方式操作控團，如過程中真的遇到困難阻礙，則倚賴導遊和領隊應變處理能力(陳茗芯, 2012)。陳嘉隆(2013)認為無障礙旅遊目前不受重視，大多因為交通工具及接待過程的限制與複雜性，大多數旅行業者不敢冒然承接，但，雖然旅遊的成本費用較高，設備的安排有難度，但仍可以尋求各地政府或醫療機構支援協助，他認為在安排無障礙旅遊行程時，行程時間的控制以及領隊是重點，動線中的無障礙環境是最基本的條件。環境情境的障礙是目前肢體障礙者最常在旅遊過程中碰到的難題。相關業者在規劃旅遊活動時，必須考慮降低旅遊活動設施使用上的困難，並與參與者雙向溝通行程，增加活動設施的舒適度及方便使用度(如無障礙空間)、提供旅遊行程選擇，則能提高肢體障礙者參與旅遊活動的意願(蔡智勇, 2008)。

國內目前針對肢體障礙者所做旅遊阻礙研究如下：

劉碧珠(2002)在探討肢障者參與團體旅遊阻礙之研究發現，結構因素是肢體障礙者最主要的原因，當中又以輪椅行進因素為最主要障礙，其次為金錢考量、旅遊過程及旅遊資訊等阻礙原因。

吳佩璇(2013)在肢障者的旅遊認知、旅遊阻礙、主觀規範及旅遊型態選擇之探討—兼論不同的人格特質對上述旅遊行為之影響研究中指出，旅遊阻礙中以結構阻礙平均數最高，多數肢體障礙者認為外在環境設施及交通設施問題是旅遊活動時的阻礙，其次參與旅遊活動多少存在不安全感，但在個人人際阻礙項目中分數偏低，可能是因為從事旅遊活動時多半有陪伴者或義工而不易形成阻礙問題。

相對於結構性阻礙程度，耿仕榮(2007)針對肢體障礙者休閒參與、休閒阻礙與生活品質之研究時即發現，肢體障礙者休閒阻礙中以個人阻礙因素最大，包含殘障程度、健康狀況不好、體力不好及花費太高等，環境阻礙因素為當中最底。

推論該研究結果與其他研究阻礙構面不同的原因，主因為參與休閒的活動項目與旅遊活動內容有所差別，該研究所列舉之休閒題項以靜態活動為多數，因而有所差異。

過去的相關研究當中可以發現，不論是結構性阻礙、個人性阻礙或人際性阻礙，都有可能直接對於旅遊活動造成影響，只差在影響的程度不同。肢體障礙者受到多種因素影響，其阻礙的程度表現也因研究的設定不同而有所差異。在高齡化且忙碌的現代化社會，隨著年齡、各種意外或身體器官的老化，障礙是人生過程裡大部份都會經驗到的階段，因此，肢體障礙者的旅遊活動阻礙更不容小覷，亦是為了未來打造一個利他利己的旅遊環境，值得我們持續關注。。

食	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 飲食攝取上「少鹽多健康、天天五蔬果」。「三少二多」的飲食原則（多蔬果、多高纖、少油、少加工食品、少調味品）。</li> <li>2. 注意血壓、血糖和血脂等健康指數。</li> </ol>
衣	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 住宿環境無障礙設備，提供無障礙軟體及服務。</li> <li>2. 無障礙環境動線，無障礙房間、盥洗室設置衛廁防滑、止滑條、手扶設備、扶手設置、坡道等，房內足夠輪椅迴旋空間。</li> <li>3. 醫療設備、緊急醫療系統等工具。</li> </ol>
住	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 明確動態指示，無障礙指標。</li> <li>2. 舒適的衣物，合宜的輔具工具。</li> <li>3. 彙整在相關定點接駁過程，無障礙交通資訊，公共空間提供輔具或輪椅使用。</li> <li>4. 提供無障礙停車位、無障礙洗手間、無障礙輪椅停放空間，以及費用收費方式。</li> </ol>
行	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 景點環境入口無障礙坡道平順、設施設備為自動門橫拉門。</li> <li>2. 旅遊地點的無障礙步道、無障礙設施。</li> <li>3. 旅遊資源從遊樂場所，環境之無</li> </ol>

	障礙盤整，推及無障礙活動體驗，包含導遊或無障礙協助。 4. 攜帶相關藥品、物品。
遊	1. 購物環境空間讓輪椅行進，走道空間寬敞（無障礙），方便進出取用陳列物品。 2. 服務人員協助商品取貨。
購	1. 娛樂環境無障礙空間，為肢體障礙者設置安排的休閒活動。 2. 旁人協助肢體障礙者行進、座位移動。 3. 無障礙設施的回報機制。
娛	1. 旅遊目的地的透明公開資訊，包含門票價格、設施設備資訊等。 2. 旅遊地點照片、無障礙旅遊經驗分享 3. 公共場所設置「自動體外心臟電擊去顫器」(Automated External Defibrillator, 簡稱AED)情形。

資料來源：肢體障礙者旅遊健康資源平台建置之研究 林雅婷 2014  
肢體障礙者的旅遊健康資源需求

#### 台灣無障礙旅遊環境現有的問題

1. 飯店門檻高輪椅進不去:無障礙旅遊環境包括飯店、餐廳及觀光景點，可以讓輪椅方便進出，但是台灣的飯店或度假村的浴室，有很多高度超過十公分的門檻，輪椅根本進不去。其實很多飯店的浴室空間夠大，只要修改門檻的高度，就可以讓輪椅進出無障礙了。
2. 餐廳沒有無障礙廁所:目前台灣一般的餐廳廁所都很窄，很難有適合輪椅可以整台進出的空間，所以，只要遇到有坐式的馬桶而且又乾淨，我們也很感恩了，因很多坐式的馬桶都被當作蹲式的馬桶來使用，經常造成坐墊髒亂不堪，讓身障者不敢使用，這也是缺乏公德心的國人應該改善的地方。
3. 觀光景點沒有無障礙設施:台灣的觀光景點，普遍缺乏無障礙設施，需要改善的空間還很大，因全台灣那麼多的觀光景點，真正要讓行動不便者可以全台灣無障礙走透透的景點並不多。
4. 交通方面:目前全台灣大型的復康巴士並不多，也是造成身障者出門最大障礙的主要因素之一。

障礙者出國計畫很難嗎？管道很缺乏嗎？資訊來源很缺嗎？還是根本從來沒想過嘗試出國旅遊？

「旅行」對一般人而言，是一種調劑身心，紓解壓力，增加生活情趣的最佳方法，而且也是非常容易的方式。但是，對於身心有障礙的朋友而言，卻是「望之卻步，無法想像」。因為，本身的不方便加上國人對身障者旅遊的漠視以及有障礙空間的限制，使得身心有障礙的朋友不敢勇於踏出戶外，所以無論是國內旅遊或是「出國旅遊」對他們而言更是「奢侈的夢想」。我個人認為，弱勢的朋友沒有辦法走出家門的原因，有很多種。例如：

(1) 怕造成他人麻煩，不願意走出家門。(2) 有的是行動上不方便，沒有人協助而無法走出家門。(3) 有的是家裡的經濟不允許。(4) 有的是環境沒有無障礙的設施。(5) 有的是害怕異樣的眼光造成不願意出門。針對無障礙旅遊的定義，包括有形的硬體設施和無形的人員服務態度兩大層面。因此，在有形方面，在生活上、在行動上、交通上應有適當的無障礙設施，提供其足以克服環境的需求，如扶手、電梯、斜坡道等建築設施。在無形方面，則應教育和培養國人對身障者的接納、用關懷和同理心，創造出心靈上的無障礙。

雖然，現今出國旅遊，無障礙資訊還不是如此完整，但，其實只要在出國前，做好準備與規畫，特別注意路線安排、時間的掌控以及餐食和住宿無障礙空間與交通的方便性考量……等，就可以安排一個適切的無障礙旅遊行程。

出國前準備：

1. 醫生診斷書（藥物清單）・ 適航申請書、免責同意書(視各航空公司需求):有些航空公司與旅館會要求此證明，以利安排特殊服務，例如機票座位的特殊位置、轉機服務、旅館的無障礙房間等…(服務幾乎都是免費)
2. 身障證明取得:可以在出國前向所屬城市的社會局處申請「身心障礙手冊譯本」，不需要任何手續費，即可申請英文版本。申請大約需要一至兩週的時間，建議提早申請。有了這份證明，除了方便讓他人了解身障者的基本狀況，且到某些國家之特定需付費景點參觀時，可以有所折扣。
3. 機票劃位與轉機服務:請旅行社或直接向航空公司購票時，能直接要求提供此需求，一般包含能劃到第一排座位(包含陪同者)、快速通關(海關與行李檢查)、在登機門轉換登機輪椅(任何行程出入境皆可)。
4. 旅館訂房要確認有訂到需求的無障礙設施:有些旅館的無障礙房間是分給年長者(Elder)與輪椅使用者(Wheelchair accessible)，規格有些許的不同，有些訂房的人員會搞不清楚誤訂房型，特別是在代訂旅館的網站，如 booking.com, hotel.com，建議參考他們的價格但直接與旅館的窗口接洽。
5. 當地無障礙交通:交通是在外旅遊最關鍵的問題，不要說國家了，連不

同都市的交通系統都不同，出國前一定要確認清楚。無障礙環境的資訊一般可透過政府單位得到，會列舉一些景點與主要交通資訊，好一點的有詳細的廁所與坡度提醒。另一個管道就是當地的身障協會，有的國家的協會相當有組織，有整理好的旅館與景點資訊和一些經驗分享與提醒，有些地方比政府更貼切實際需求。一般來說在市區的人行道都ok，偶而會走走車道(特別是亞洲)，但有些地方的道路是只有車能開的，行人無法穿越，一般地圖不會特別說明，但會寫像 DRIVE WAY 等字樣。還有就是特定節日或活動會局部封路，有些路段被護網圍住輪椅無法穿越，要繞非常非常遠才能通過，或是碰到施工維護也很讓人頭疼。一般都市地區的機場都沒問題，從機場到市區的接駁工具可以向當地機場的旅客中心詢問，像墨爾本的機場巴士皆有無障礙設備但計程車要預約，雪梨則是有排班無障礙計程車隨時可上，三人以上搭比火車或巴士還划算。市區內的交通主要依賴地鐵(捷運)，電車或巴士只有新的路線才有無障礙設施，觀光手冊一般會註明。地鐵也不是百分百能出站，像倫敦由於已經發展百餘年了，所以一些老車站無法提供完全的無障礙設施(有局部功能)，所以在規劃路線時要避免誤選在這些地方出入。市區的公車系統有些城市是不能在車上買票的，只接受預購服務，要在定點購票才能搭乘，若希望拿到特殊票價，有些國家可以在入境時辦一個證件，不僅買票有優惠，一些博物館或展場也可以有蠻高的折扣。

各國建置之官方觀光網站無障礙旅遊內，其主要網站資料大多以提供旅遊資訊、交通方式、餐飲需求內容為主，提供無障礙旅遊需求者相關資訊為目標，也大多符合無障礙網頁的規範(以台灣，香港及新加坡為例，以下圖片來源-肢體障礙者旅遊健康資源平台建置之研究 林雅婷 2014 )。

#### (一) 中華民國交通部觀光局-Welcome to Taiwan

1. 網頁特色：以國家風景區做為示範路線，提供遊憩據點中重要的無障礙設施資訊及方位座標，做為銀髮族及身心障礙朋友們旅遊資訊。
2. 網頁內容：(1) 無障礙旅遊資訊內容附屬於觀光局網站遊程規劃下。網站持續不定期更新調整。(2) 網站規劃為以國家風景區無障礙旅遊路線為主，規劃了五大示範路線(顯示景點簡介、無障礙廁所、無障礙停車位及地圖標示、提供食宿資訊、大眾運輸、遊客須知)。(3) 無障礙旅遊路線：由各風景區、景點自行提供無障礙資訊。建議行程等內容。(4) 網頁檢附無障礙旅遊相關連結，如：行無礙資源推廣協會、友善臺北好餐廳APP等。(5) 設置無障礙旅遊推廣影片專區，藉多支影片宣傳無障礙旅遊的想法。



交通部觀光局無障礙旅遊資訊畫面



交通部觀光局無障礙旅遊資訊畫面

### 香港旅遊發展局-Discover Hong Kong

1. 網頁特色：彙整香港觀光旅遊景點、交通工具、酒店和餐館，以至電話亭和洗手間，提供身心障礙朋友專用輔助設施資訊。網站與香港復康會合作，網站除自身提供資訊外亦連結外部內容，無障礙設備資訊清楚。
2. 網頁內容：(1) 入境交通：包含介紹海路交通、陸路交通、航空交通。(2) 香港市內交通：公共運輸、無障礙交通、殘疾人士公共交通指南。(3) 觀光地點：分為市集、博物館、旅遊景點、寺廟、主題公園。(4) 購物及餐飲：電腦城、商場內飲食區、商場。(5) 酒店：飯店、酒店資訊。(6) 其他場地：文娛演藝場地、教堂、會議展覽場地。(7) 其他實用資訊：放置相關連結，如：香港復康會的《香港無障礙旅遊指南》、社會福利署的



康復數碼網絡、運輸署的殘疾人士公共交通指南、易達旅遊、《無障礙去街 Guide》、無障礙旅遊指南地圖等連結，作為無障礙旅遊參考。



香港旅遊發展局無障礙旅遊資訊畫面



香港旅遊發展局無障礙旅遊資訊畫面



香港旅遊發展局連結外部無障礙旅遊網站資訊畫面

新加坡旅遊局-YourSingapore.com

1. 網頁特色：網站色調偏暗，提供旅遊基本資訊。在網頁基本訊息中附錄無障礙環境狀況。
2. 網頁內容：於景點環境的基本信息中列出景點資訊：如營業時間、入場門票費用、推薦項目，並以特色內容標註是否有無障礙通道。



新加坡旅遊局無障礙旅遊資訊畫面

綜觀以上三個官方旅遊網站內容，僅國內與香港將無障礙旅遊有獨立頁面，

且可以查詢到實際的資訊。國內網站資訊以國家風景區提供為主，且已將軟硬體設施結合，整理推薦合適的旅遊路線。香港的網頁不僅資訊豐富，更與當地長期從事無障礙服務的香港復康會合作，網站資訊又更為深入，貼近需求。新加坡當地無障礙設施方便，但在網站資訊上僅在特色內容中提及無障礙通道，其餘的無障礙環境著墨較少。

出國旅遊的行動環境障礙主要是國內？還是國門以外？還是輔具問題？  
住宿問題？內涵呢？解決方案呢？

機場方面

(一)依據身心障礙者權益保障法第53條第3項規定：「國內航空運輸業者除民航主管機關所訂之安全因素外，不得要求身心障礙者接受特殊限制或拒絕提供運輸服務。」同法第58條第4項規定：「國內航空業者除民航主管機關所訂之安全因素外，不認同身心障礙者可單獨旅行，而特別要求應有陪伴人共同飛行者，不得向陪伴人收費。」換言之，國內航空運輸業者在考量後述三項安全因素後，能對身心障礙者提供協助或身心障礙者有陪伴者陪同協助之情況下，不得要求身心障礙者接受特殊限制或拒絕提供運輸服務，如在安全因素外，要求身心障礙者應有陪伴人，不得向陪伴人收費。航空公司與身心障礙乘客於安全因素認定有爭議時由航空站服務臺擔任窗口，先請航空業務單位或值日官進行處理，必要時再轉由民航局提供予各航空站之諮詢專線(0800-211798)協助處理。

(二)依據交通部民用航空局函，為保障身心障礙者搭機權益及航空器內乘客撤離之安全考量，訂定安全因素如下：

1. 須於航空器內使用擔架或保溫箱者。

國內航空運輸業者得要求於航空器內使用擔架及保溫箱之身心障礙者，應有人陪同；如身心障礙者有陪伴者陪同，業者不得拒絕提供運輸服務。

2. 對於國內航空運輸業者依據航空器飛航作業管理規定第四十五條、第四十六條、第四十九條、第五十條、第二百零八條、第二百零九條及第二百二十八條所提供之安全指示無法理解或回應、或無法與國內航空運輸業者之工作人員建立溝通方式者。

國內航空運輸業者能全程對身心障礙者提供協助或身心障礙者有陪伴者陪同搭乘航空器提供協助，以理解、回應或與工作人員建立溝通方式之情況下，業者不得限制或拒絕提供運輸服務。

3. 無法自行由航空器內撤離者。

於緊急撤離之需時，國內航空運輸業者能對身心障礙者提供協助或身心障礙者有陪伴者協助撤離之情況下，業者不得限制或拒絕提供運輸服務。

屬以下所列安全因素之身心障礙乘客，航空公司可要求需要伴護(ESCORT)陪同搭機；非屬以下所列安全因素之乘客，航空公司不得予以特殊限制或拒載：

(1) 須於航空器內使用擔架或保溫箱者：(本公司 MD82/83 機型機上無相關設備，故無法受理擔架或保溫箱乘客)

(2) 對於國內航空運輸業者所提供之安全指示無法理解或回應、或無法與國內航空運輸業者之工作人員建立溝通方式者。

(3) 無法自行由航空器內撤離者。

搭機報到：

一、櫃檯報到時之作業：

(一) 確認乘客報到時，所有的設備／器具及服務皆已完備。

(二) 乘客所需行動輔助設備不受個人隨身行李數量限制，惟裝載位置必需符合法規規定及重量限制。

座位安排：

(一) 座位應儘量安排在較符合乘客需求之座位，並應以扶手可活動之座位且鄰近客艙組員座位為佳，但不可安排於緊急出口或阻礙逃生通道。

(二) 以機型為考量，為便利客艙組員隨時提供協助及兼顧機上所有乘客安全考量，座位應安排於客艙前段、登機口附近之靠走道座位為原則。

(三) 同一走道座位僅能安排一位此類乘客(如第6排 ABDEF 使用同一走道，僅能受理一位)，逃生窗、緊急出口及其附近於緊急狀況時需供 ABM 乘坐及組員指揮撤離，故不適合此類乘客乘坐。

(四) 伴護者須將其座位安排在該乘客鄰座。

登機及離機：

一、登機前運務人員應提供客艙長詳細資料，如乘客類別、伴護人員、所有已實施之特別安排以及指定之座次。

二、身心障礙者優先登機，並適時提供必要的協助，登機時採先上後下之原則。

三、由運務/地勤人員協助安排其通關至候機室候機，並由運務/地勤人員引導上、下接駁車及扶梯車並優先登機就座後其餘乘客方可登機。

四、班機起飛後，將乘客狀況、應注意事項或輪椅相關設備等需求的資料傳給對站，以便事先準備所需相關服務。

機上：

一、於身心障礙乘客登機前，客艙長應與運務人員確認交接，取得該乘客之狀況以供服務參考。

二、協助乘客先行登機、就座，行李擺放、個人物品處理(含拐杖、手杖)。

三、登機就座後，客艙組員對乘客及伴護者實施簡報。簡報項目如下：

(一) 指出洗手間之所在位置。

(二) 告知乘客拐杖或助行設備放置位置及擺放方式。

(三) 說明乘客座椅操作方式，包含安全帶的使用方法及服務鈴之位置。

(四) 詢問乘客適當之協助方式，以避免造成疼痛或傷害。

(五) 告知伴護者需觀看組員安全示範時之說明，以便及時提供協助。

- (六)告知於緊急撤離時，將有指派責任區客艙組員協助撤離。
- 四、如伴護者對於伴護職責需求支援時，客艙組員應給予協助。
- 五、協助乘客最後離機，確認隨身行李均已備齊。

其它障別搭機注意事項：

#### 一、視覺障礙：

- (一)帶領視障乘客登機時，服務人員站立在乘客右前方(約半步至一步之距離)並讓乘客的手搭在服務人員的左肩或左手肘上，以鐘點方式告知方向及路況，如高低差、障礙物等。
- (二)進入客艙後，客艙組員以觸摸椅背方式引導乘客就座、協助行李擺放、個人物品處理(含拐杖、助行設備)，並依乘客狀況實施個別簡報，說明乘客安全帶使用方法、座位服務鈴位置及於緊急情況時之注意事項。若提供餐飲服務，機上客艙組員將告知餐點之內容與餐具擺放位置。
- (三)指示最近之緊急出口位置及替代緊急出口位置。
- (四)機上備有「座艙配置點字平面圖」、「客艙安全講解須知點字版」，提供乘客閱讀。
- (五)攜帶導盲犬隨行之視障乘客，導盲犬視為乘客身體之一部分，故不另收取任何費用；若乘客須由導盲犬陪同搭機，請依照相關規定攜帶「使用者證」或「導盲犬結訓證書」以便運務人員查驗；航程中導盲犬可免戴口罩，但需全程繫妥狗鍊以維安全。

#### 二、聽覺障礙乘客：

- (一)登機時，由地勤人員提醒乘客，並引導登機，登機後由客艙組員執行個別簡報。
- (二)客艙組員以筆談方式溝通，客艙組員應將安全須知卡交予乘客，並提供「中／英文標準用語口語提示放大版」予乘客觀看，相關項目如下：
- (1) 緊急出口所在位置(緊急燈號位置)
  - (2) 說明乘客座椅操作方式含安全帶使用方法及服務鈴所在位置。
  - (3) 救生衣之位置及使用方法。
  - (4) 氧氣面罩之位置及使用方法。
- (三)航程中，給予乘客關注並適時提供相關安全資訊，以安全須知卡、紙筆交談、手勢、唇語或客艙標準廣播詞等工具，使乘客了解航程中安全相關廣播及燈號之訊息。

#### 住宿方面

法國對於旅館設置無障礙客房的原則性建議，根據1999年「法國觀光旅遊與身心障礙－關於身心障礙觀光客的接待研究工作小組的綜合報告」資料顯示，10間符合官方規定的無障礙房間，若分散在位於同一城市或社區中的幾家旅館，將比10間無障礙房間同時位在一家旅館內，較難找到住房客人。願意設置超過法令規定無障礙房間數量的旅館，會有能力接待團體客人，並且有機會讓這些人成為忠實客群，因為這些旅客頻繁的投宿，

將引導業者把整體設施做到更符合這類客群的需求，以同樣的無障礙設施供應量來看，如果無障礙住宿的供給，在分佈上可以不那麼零散，將會更實用、更能發揮經濟效益，也更貼近市場的實際狀況。

報告也顯示身心障礙的觀光客是長期以來未被重視且未開發的潛在市場，業者長期用符合法規的標準提供服務，而不是用投資的心態來看待這個市場，但是這絕對是值得且吸引人的必要投資，因為除了身心障礙的人口群外，一定會有共同陪伴遊玩的人，總加的消費金額可說非常可觀。

希望不論是政府或是旅館業者都能重視行動不便者外出住宿的需求，因為這不但是商機，而是在高齡化趨勢下，每個人都必須面臨的課題。

以下針對國外三間飯店無障礙房型的進行整理

日本京王廣場大飯店（新宿）	共有 25 間無障礙設施房間，網站中有無障礙指引專區，內容包含輪椅使用者、聽障者、視障者與協助犬方案。	可網路預訂
日本東橫 INN 賓館	每家分店，皆有 1 至 2 間無障礙房間，於網站上介紹無障礙客房之房型、設施與提供的協助	僅提供電話及傳真預定
香港青年廣場 Y 旅舍（Y-Loft）	共有 148 間客房，其中 8 間為無障礙客房	可網路預訂

身心障礙者出國旅遊可能遇到住宿問題：

1. 無法明確得知住宿地點是否有無障礙設施

解決方案：可以透過訂房網站如 booking.com 或 hotels.com 這樣的平台訂房，網站上都有無障礙房選項可以勾選，到時自動篩選出來的房間就是無障礙房，就可以依自己的經濟預算去訂房。

2. 有些飯店無法網路訂購無障礙房型

解決方案：例如日本東橫 inn 無障礙房無法網路預訂，則一定要打電話或者傳真預訂，此時，可找當地朋友幫忙電話預訂，傳真部分只要註明住房日期、房型（一人無障礙房還是二人無障礙房）、地點，傳真過去即可。

3. 有些城市的無障礙房型價格過高，可能超出預算

有些城市的無障礙房超貴的，折衷辦法就是訂一般商務房，然後在備註欄

詢問輪椅可不可以進去，註明自己坐輪椅，門寬需要多少，廁所可否進入、可否提供洗澡椅，如果運氣好也可以訂到適用的一般房間，省下不少房費。如果是重型輪椅需要的空間會更大，就一定要跟旅館確認走道寬度、浴室尺寸、房間尺寸，也可以提出自己的需求、提供所需物品的照片如洗澡椅，請飯店幫忙準備。

#### 輔具方面

台中市一名毛先生因為小兒麻痺，行動不便，上個月底到澳門參加同學會時，租借電動輪椅出國，沒想到回程時，復興航空卻拒絕讓他登機，理由是電動輪椅的電池容量超標，最後要求他要跟輪椅分開，人先回台灣，輪椅另外寄回來，才答應讓他上飛機，這位毛先生不滿，明明訂票前就有告知，並且附上電動輪椅的規格，復興航空開票，又不讓人登機，根本就是在為難身障乘客。毛先生因為小兒麻痺，行動都得靠拐杖，上個月他為了到澳門參加同學會，生平第一次租電動輪椅出國，去程非常順利，但回程卻被航空公司攔下來，拒絕讓他登機。當事人毛先生：「說我的這個電動輪椅的電池容量超過他的規定，所以不能登機，我聽了嚇了一跳，我當時要跟你訂票的時候就已經跟你報告，我要帶什麼，就是電動輪椅，規格也 e-mail 給你了啊。」毛先生說，明明訂票時就有告知航空公司，並且附上電動輪椅完整資料，沒想到卻被告知電池容量瓦數超標，拒絕讓他登機，經過抗議，航空公司妥協，同意登機，結果就在登機門之前，又被機長拒絕，還造成班機延誤 30 分鐘。當事人毛先生：「已經延誤到 9 點半了，結果登機口他又把我攔下來說，對不起，你要等一下，哇，不得了，那整個飛機的人都認為這個責任都是我的啊。」毛先生說，雙方僵持半天，最後班機硬是要求，人跟輪椅必須分開，他先回台灣，電動輪椅另外再寄回台灣，毛先生相當不滿，他把這歸咎於航空公司自己作業疏失，為難肢障同胞，害他差點上不了飛機，最後還把責任推給他，讓他覺得名譽受損，要求航空公司公開道歉，而復興航空則表示，目前整個狀況都還在了解中，無法回應。(本段文章轉貼 2014/06/15 TVBS 新聞網)

#### 身心障礙者出國旅遊可能遇到輔具問題

##### 1. 電動輪椅電池規範不明白

解決方案:與航空公司確認電池規範，由於電池電量限制各家航空公司可能不同，建議事先與航空公司進行確認。多數規定鉛酸電池需絕緣處理，而鋰電池瓦時數為一顆低於 300Wh、或兩顆低於 160Wh(某些國家限定一顆電池，如，韓國)。此外，若去回的航空公司不同，也記得要分別確認喔！

##### 2. 若有輪椅託運及機場和客艙輪椅接駁需求

解決方案:若有需要，可先在訂購機票，或搭機前 3 天(依各家航空公司規定)預定機場或客艙免費接駁輪椅，並安排託運。

## 2. 航空公司無法確認電動輪椅資訊，可能遇到拒載之問題

解決方案:向輪椅廠商索取「電池說明書」，建議索取英文版。

內容應包含-電池功率：清楚標示相關資訊，說明包含：

(1)電池類型：鋰電池/溢漏式電池/非溢漏式電池(2)電池功率：清楚標示資訊，包含工作電壓(V)/安培小時(Ah)/瓦時(Wh)

(3)是否可拆：可拆式電池必須拆下並絕緣處理；不可拆式電池則絕緣且斷電處理。以上作業需與輪椅廠商確認操作方式，航空公司若有特殊要求，可與廠商聯繫索取。

## 3. 電動輪椅至其他國家充電相關問題

解決方案-充電器電壓確認：目的地電壓是？若以錯誤電壓充電，充電

器可能會燒壞唷！如電壓與台灣不同，則需攜帶變壓器，另一方面，充電孔也需要確認，必要時，請帶上轉接頭。

## 4. 如遇電動輪椅電池超過規定之問題

解決方案:可進行租借，租借一台符合規定之電動輪椅。租借場所為-1. 行無礙：租借對象：一般民眾,身心障礙者。保證金：視租借物品而訂。費用：依租借輔具項目及時間而訂。據點:北中南皆有據點。2. 輔具資源中心:租借對象：設籍高雄市一般市民及身心障礙人士。據點:全台縣市政府皆有。

## 電動輪椅搭飛機注意事項

1. 一定要和航空公司溝通好輪椅、電池的事宜。

2. 電池測試資料除了寄給航空公司，自己最好也印出來並帶在身上以備不時之需。

3. 有些人一定會有輪椅收納相關疑問，其實只要將輪椅收到最小面積，且固定住就可以囉！把輪椅上面的東西包包等全都拿起來、把輪椅合起來、輪椅把手摺疊凹下去、再用一條魔鬼氈把兩邊踏板桿子束好固定。（如果需要且可以的話）拔下電池和控制器，過海關時最好能有輪椅使用者本人帶著。控制器雖然能夠被托運，但畢竟它也是電輪的靈魂人物，價格也不便宜，與其擔心托運時會否使其損壞，不如自己帶上飛機最安全。

4. 注意小輪椅進出機艙的震動，以及可能是活動式的手把（或其他零件），最好緊貼靠背或身邊有熟悉的人護著，以策安全。

什麼樣的旅遊內容或目的地，比較適合肢體障礙者？



以下針對國人最愛前往的兩個亞洲地區國家做出無障礙旅遊資訊的整理  
日本

隨著 2020 年 [東京](#) 奧運的來臨，東 [京都](#) 正著手進行無障礙空間大改造，讓大環境不只是對身障人士更加友善，且對帶著嬰兒車出遊的家庭們也將更加便利。目前雖然許多政策仍逐步推行中，然而善用現有的資源，一樣可以讓旅行順利留下美好的回憶喔！

## 無障礙空間

無障礙設施的日文為：バリアフリー (barrier free)，如果需要查閱無障礙空間的資訊，建議以バリアフリー為關鍵字查詢行前準備

除了依據個人身體狀況所需備妥的文件(適航證明、診斷書與其譯本、殘障手冊與其譯本)，在訂票後記得向航空公司確認相關輔助用具(如：輪椅)是否計入托運行李的重量，並確認輔助用具的電池是否合乎托運規定，以及需輔助用具相關的必備文件。接下來分享一些幫助行程規劃的網頁資源：

### A. 無障礙空間住宿情報

目前商務旅社中就屬東橫 inn 的無障礙客房最為普及，幾乎每間分店都有提供。[東橫 inn 有兩種房型](#)，可以事先查閱分店是提供哪一種房型。也有其他網頁整理出無障礙房型的[商務旅館清單](#)、一般飯店清單 [\(A\)](#) [\(B\)](#)。這些清單都有都道府縣市的分類，因此這類情報可擴及至全日本地區。

### B. 交通動線安排



圖片來源: MATCHA

[東京](#)雖然有許多無障礙設施，但對很多行動不便者、手推娃娃車的家庭來說，「搭地下鐵換乘尋找有電梯的出口」簡直像場噩夢。常常繞了整個地下鐵車站不是迷路就是有電梯的出口離目的地太遠，而決定放棄，改為徒手搬抬。

### (1) 事前規劃資源



圖片來源: MATCHA

駅の情報	ホーム ↔ 改札	改札 ↔ 地上	階段昇降機	トイレ設備
<b>13 飯田町</b> 03-3261-2638 バリアフリールート のりかえ路線 丸の内線 p.31 丸の内線 p.59 丸の内線 p.83 丸の内線 飯田町駅	ホーム(2号車付近)→飯田町方面改札 ホーム(3号車付近)→飯田町方面改札 ホーム(4号車付近)→飯田町方面改札 ※平日06:00~9:30までは2本とも上り乗車 ホーム(6号車付近)→神楽坂方面改札 ホーム(9号車付近)→神楽坂方面改札	中央改札→エレベーター専用口 丸の内線方面改札→ 1 出入口(一部) 丸の内線方面改札→ 2 出入口(一部) 丸の内線方面改札→ 3 出入口(一部) 丸の内線方面改札→ 4 出入口(一部) ※6:00~23:30まで乗車		♿ 中央改札内 ♿ 中央改札内 ♿ 中央改札内
<b>14 市ヶ谷</b> 03-3261-2637 バリアフリールート のりかえ路線 丸の内線 p.59 丸の内線 p.77 丸の内線 市ヶ谷駅	ホーム(1号車付近)→市谷田町方面改札 ホーム(1号車付近)→市谷田町方面改札 ホーム(6号車付近)→市谷八幡方面改札(丸の内線専用改札) ホーム(8号車付近)→都営線のりかえ専用改札	市谷田町方面改札→エレベーター専用口→丸の内線(地上) 丸の内線方面改札→ 1 2 3 出入口(一部) 市谷田町方面改札→ 4 出入口(一部) 市谷八幡方面改札→ 5 出入口(一部)		♿ 丸の内線改札内 ♿ 丸の内線改札内
<b>15 麹町</b> 03-3261-4161 バリアフリールート のりかえ路線 丸の内線 p.11 丸の内線 p.19 丸の内線 p.51 丸の内線 p.57 丸の内線 麹町駅	丸の内線方面ホーム(10号車付近)→丸の内方面改札 丸の内線方面ホーム(10号車付近)→丸の内方面改札 丸の内線方面ホーム(9号車付近)→丸の内方面改札 丸の内線方面ホーム(1号車付近)→丸の内方面改札 ※6:00~9:00まで乗車 丸の内線方面ホーム(2号車付近)→丸の内方面改札 ※6:00~9:00まで乗車 丸の内線方面ホーム(9号車付近)→丸の内方面改札 ※平日08:00~9:15までは2本とも上り乗車	丸の内線改札→中二階 丸の内線改札→エレベーター専用口 丸の内線改札→中二階 ※平日08:00~9:15までは2本とも上り乗車		♿ 丸の内線改札内 ♿ 丸の内線改札内 ♿ 丸の内線改札内
<b>16 水田町</b> 03-3581-7788 バリアフリールート のりかえ路線 丸の内線 p.11 丸の内線 p.19 丸の内線 p.51 丸の内線 p.57 丸の内線 水田町駅	ホーム(1号車付近)→半蔵門線 南北線連絡通路→半蔵門方面改札 ホーム(1号車付近)→半蔵門線 南北線連絡通路→半蔵門方面改札 ※平日06:00~11:00まで、15:00~23:00まで乗車 ホーム(10号車付近)→国会議事堂方面改札 ※6:00~9:00まで乗車	半蔵門方面改札→地上(都道府県会館) 国会議事堂方面改札→ 1 出入口 ※6:00~9:00まで乗車 半蔵門方面改札→ 2 出入口(一部)		♿ 半蔵門方面改札内 ♿ 半蔵門方面改札内
<b>17 桜田門</b> 03-3781-3981 バリアフリールート のりかえ路線 丸の内線 p.11 丸の内線 p.19 丸の内線 p.51 丸の内線 p.57 丸の内線 桜田門駅	ホーム(10号車付近)→丸の内方面改札 ホーム(2号車付近)→国会議事堂方面改札 ※6:00~23:00まで乗車 ホーム(9号車付近)→丸の内方面改札 ※平日07:00~9:00まで乗車、土曜日16:00~9:00まで乗車	丸の内線改札→ 1 出入口 国会議事堂方面改札→ 2 出入口(一部) ※6:00~23:00まで乗車		♿ 丸の内線改札内 ♿ 国会議事堂方面改札内

圖片來源: MATCHA

其實東京地下鐵與 JR 都將車站的結構圖公開在網站上，也有所有路線各車站設施的 PDF 檔可以下載 ([JR 東日本](#)、[東京メトロ](#))。東京地下鐵更是將這些設施資訊出版成冊「[バリアフリー便利帳](#)」，書裡記載著月台到票口、出站後到地面上的電梯資訊，以及廁所的資訊，便利

帳有電子書的版本可下載，實體書也在東京メトロ和都營地下鐵的車站免費發配。

## (2) 手機存著隨時用

透過上述的資訊，事前就可先做好功課，但要是臨時起意時間不夠規劃好移動路線，該怎麼辦呢？雖然有「山手線エレベーター」、「東京メトロアプリ」的應用程式可以下載，但無法一次掌握東京都內 JR 和 地下鐵路線。在此分享一個查詢乘車資訊的網頁，不只建議電車乘換路線，連車站內的電梯設施都一併彙整。



圖片來源: MATCHA

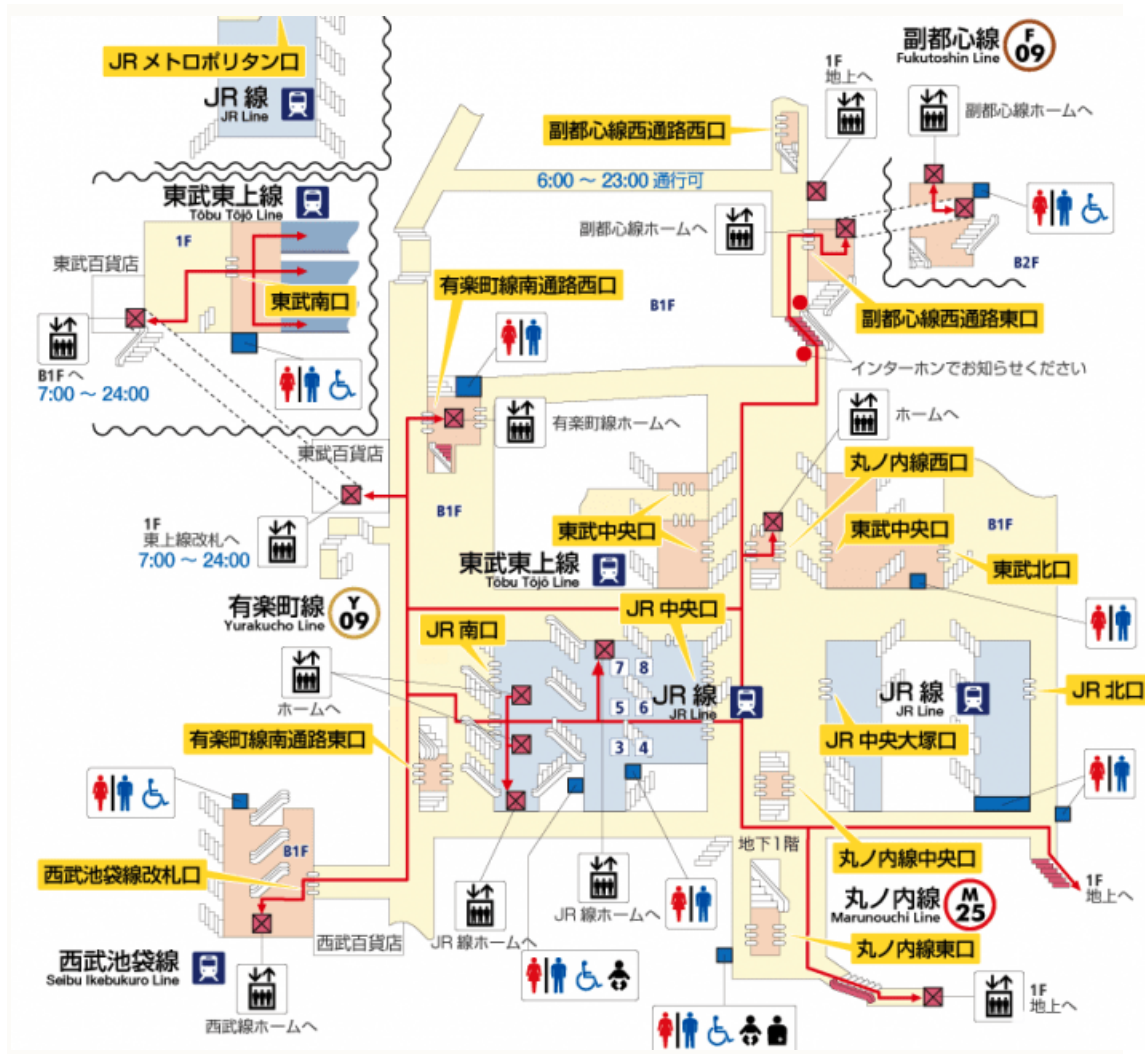
[らくらくおでかけネット](#) 專門提供輕鬆搭車的資訊，方便行動不便者、推娃娃車的家庭、推著大包小包行李的遊客使用。網頁有日文版也有英文版，但只有日文版有查詢轉乘功能，第一個圈圈是查詢車站資訊，第二個圈圈「經路」是可以查電車乘換方法。

英文版雖只能查詢車站情報，但透過表格的方式將車站是否有廁所、各樓層連接是否有電梯等等資訊一覽無遺，還附上詳細站內構造圖的超連結，不諳日文的遊客也能快速取得各個車站的資訊。

170円	16分	池袋	東武鉄道 池袋	  	ホーム →改札 	利用 情報
			東日本旅客鉄道 (JR東日本) 池袋	  	改札→改札 	利用 情報
170円	5分	7駅	J R山手線外回り			
		上野	東日本旅客鉄道 (JR東日本) 上野	  	駅案内図	利用 情報
		2駅	東京メトロ銀座線			
		浅草	東京メトロ銀座線 浅草	  	ホーム →改札   	利用 情報

圖片來源: MATCHA

點下「駅案内圖」就可以得到車站的結構圖。三種顏色的輪椅圖形中，藍色圖示表示「有電梯，無需站務人員或照護者的幫助即可移動」；綠色圖示標示「有高低差，但有電梯、升降梯，會需要少數站務人員或照護者幫助移動」；紅色圖式表示「有高低差，但只有階梯，需要多位站務人員或照顧者幫忙移動」。若有出現對講機圖示，表示站內設施結構不明，請直接洽詢站務人員。



圖片來源：[らくらくおでかけネット](http://www.rakurakuodetake.net)

點開車站內的結構圖，網站直接以紅色畫出移動路線，讓方向感薄弱的遊客也能快速掌握車站內的電梯資訊！



圖片來源：[【交通攻略】東京小小的巴士 給你大大的方便](#)

若旅程中需要使用公車也不用擔心，[東京都](#)內的公車已幾乎全面換成 Non-Step 的低底盤公車，根據旅遊經驗[京都](#)的公車也大多是低底盤，對行動不便者或有推娃娃車的家庭都很方便。

### (3) 搭車前先看看



圖片來源: MATCHA

在搭乘東京メトロ前可以先看看月台上的柱子是否有該條路線的乘換出口資訊，像是這張照片裡所顯示，粉紅色的車廂會標註該車廂抵達車站時會對應到的設施（如：電梯、出口方向等）。這是非常方便的資訊，下次搭乘地鐵時不妨留意一下喔！

### C. 租車



圖片來源: MATCHA

若是租車自駕，則可以選擇無障礙車輛（福祉車両），車內直接搭載電動椅子，讓行動不便的乘客可以輕鬆上下車，且車內空間也較為寬敞，更為輔助用具（如：手動輪椅）預留空間。

遊客們熟知的 [OTS 租車公司](#) 就有提供這類型的車輛。



圖片來源: MATCHA

### D. 確認觀光景點的無障礙設施



若想要確認觀光景點的無障礙設施，可以透過「[景點名稱+車いす（輪椅的日文）](#)」的關鍵字查詢。通常知名觀光景點的網頁也都會直接註明無障礙空間與相關設施。



照片來源：[Jun OHWADA](#)

另外，日本不少寺廟神社境內鋪有碎石子路，行動不便者的輔助工具（如：輪椅）在這樣的地形通常會推得很辛苦，有些寺院神社會備有電動輪椅或輪子較大、適合沙石地形的輪椅，因此建議可以在購票時詢問是否可以租借適合的輪椅。



圖片來源：MATCHA

[日本無障礙情報網站](#)收集了各種無障礙設施情報，包含觀光地、旅館的無障礙設施，相當方便。

另外，[東京](#)為了因應 2020 年奧運，設計一款無障礙空間情報分享的 App「[Bmaps](#)」，可以根據所在地提供周遭的無障礙空間資訊。介面是簡單

的英文，只是目前仍需要大家多多分享使用心得，期待隨著奧運的接近，應該會有更多分享討論。

為了迎接 2020 年的奧運，JR 東日本規劃在 2020 年春天前將所有山手線的車輛換成無障礙型的車款，目前的車輛僅在車頭和車尾的兩車廂設有輪椅及嬰兒車專用區域，而新的車款將在每節車廂設置專用區域，同時也將增設 27 個博愛座。隨著這些硬體設施的改變，搭配上上述的情報，相信無障礙化的[東京](#)對各個家庭來說將會更加方便、更能無阻礙地享受旅行的樂趣！

### 日本適合無障礙旅遊行程地點

與長者或者行動不便的親友出去旅遊時，一定少不了事先做功課。景點和三餐的地點調查更是必須。日本觀光勝地-京都地區，一些設有無障礙設施的景點與餐廳。生活機能相當便利的日本在無障礙設施方面可說相當進步，不少地方具備輪椅參觀路線，或者是設有輪椅便道，讓乘坐輪椅的訪客不會因而卻步。只要事先申請，行動不便者也能愉悅地遊玩京都。先來看看有哪些景點可以列入參考吧！

#### 一、清水寺



※清水寺的本堂現在維修中，要修到 2021 年。

在日本熱門觀光旅遊地中首屈一指的清水寺，可是來到京都必訪的場所。但是去過的人都知道清水寺的位置在半山腰上，連走路上山都相當吃力，建議可以自駕或乘坐計程車前往。



清水寺也提供輪椅參觀路線，只要乘車從特定入口進入到與本堂接近的地方，工作人員會引導至輪椅路線，在沒有階段差的情況下，可以繞行寺院一周。除此之外也設有數間無障礙廁所，讓乘坐輪椅的遊客也能安心的參拜。



地址：京都市東山區清水一丁目

參拜時間：夏季-6:00~18:30/冬季-6:00~18:00

交通方式：搭乘京都巴士於「清水道」或者「五條坂」下車，徒步 10 分。

搭乘電車於清水五條下車徒步 25 分。

開車情況，請從防災道路入口進入。

## 二、二條城



在春天賞櫻之際熱鬧非凡的二條城，以絕美的夜櫻出名。即使不是花季，城內的文化遺產和日式庭園也吸引許多外地遊客前來。前往二條城的交通方式很多元，並且具備專用停車場，方便自駕遊客進入，城內也提供免費的輪椅租借。



若要參觀最主要的二之丸御殿，乘坐輪椅的遊客必須使用其規定之輪椅才能進入。城內雖然大多是平坦地區，但不乏一些石子路，對於使用輪椅的人來說或許有些吃力，要多加注意。



地址：京都府京都市中京區二條通堀川西入二條城町 541

開放時間：08:45~17:00

每 1 月、7 月、8 月及 12 月的星期二休息。星期二若逢日本國定假日，隔日順延休息。

交通方式：搭乘巴士於「二條城前」站下車。搭乘電車於「二條城前」站下車。

附註：輪椅租借請至綜合案内所申請。

### 三、嵐山 天龍寺



位於嵐山地區的天龍寺，地理位置接近竹林小徑，每日遊客絡繹不絕。境內最大的建築物-大方丈，是過去作為書院的日式建築，坐在木造的迴廊，又或寬敞舒適的榻榻米上，面對著知名的日式庭園-曹源池庭園。



庭園採池泉回遊式設計，圍繞著池水的景色隨四季有所變化，搭配岩石和瀑布之意境，加上遠方龜山壯麗的映襯下，整座庭園層次豐富，彷彿一首自讀的詩章，回味無窮。

天龍寺境內設有輪椅專用路線，需要事先提出申請。在禁止穿鞋進入的室內參觀區域中，只要將車輪擦拭過，也能夠進入大方丈建築中參觀。



地址：京都市右京區嵯峨天龍寺芒之馬場町 68

參拜時間：8:30~17:30

交通方式：搭乘巴士於「嵐山天龍寺前」下車，搭乘電車從「嵯峨嵐山站」徒步 13 分。

#### 四、大原三千院



於四季有不同美景的三千院，其中尤以夏秋間滿鋪的翠綠青苔著名，庭園內可見許多小巧可愛的地藏王雕像，在柔軟飽滿的苔綠之中被賦予了生命力。



另外參拜者可以進入書院抄寫心經，也是特別的體驗。即使交通上需要耗費時間，卻有著與市區截然不同的寧靜和平。相當適合高齡者，寺內也備有無障礙設施，針對輪椅設置的參拜路線和出入口。雖然有些坡度和階段仍須注意，卻是一個對於輪椅使用者相當友善的空間。



地址：京都市左京區大原来迎院町 540

參拜時間：

3月~12月7日-8：30~17：00

12月8日~2月-9：00~16：30

交通方式：搭乘巴士於「大原」站下車，徒步 10 分。



對於肢體障礙的外國旅遊者，最大的難題是尋找餐廳。這主要是因為餐廳空間狹小和建築物結構的問題。「很多來日本的遊客都想吃傳統的日餐。可是，絕大多數日本料理店都設有門廳。」門廳高出地面一截，坐輪椅的人只能望而興歎了。「京都等地也是一樣，日式的景觀設計都很富於魅力，可是這種結構卻讓身障者難以進出。建議旅遊者可選擇去商場的餐廳用餐。那裡或許稍微欠缺些日本風情，但從設有無障礙餐廳和洗手間來看，是非常合適的就餐地點。「[Accessible Japan](#)」網站上也介紹了如何利用美食餐廳搜索網「[GURUNAVI](#)」查詢輪椅可進入的餐廳。此外，還建議手部障礙者隨身攜帶自己專用的餐叉。因為日餐廳只提供筷子，餐叉是為兒童準備的。至於最重要的用餐地點，必須選擇空間足夠，可以接受輪椅入座的餐廳。通常餐廳的官方網站以及美食網站都會註明可否接受輪椅。而最擔

心的便是空間以及出入方式！以下挑選出交通方便且座位寬敞的餐廳，不僅擁有好評價更是有著對於行動不便的客人相當友善的環境！

### 一、經典湯豆腐懷石料理－竹林

嵐山地區的餐廳雖然不在少數，但畢竟不如市區一樣選擇多。因此事先調查好輪椅可進入的店家是絕對必要的！嵯峨名物-豆腐，被應用在許多懷石料理中。來到嵐山地區你可以看到許多以豆腐招牌的和食餐廳。



圖片來源：[奧嵯峨名物 湯豆腐懷石ちくりん](#)

這間距離嵐山小火車站僅有一公里距離的「竹林」(Chikurin)以提供各式豆腐料理而深受好評。不僅配合季節推出內容豐富的定食，店內的湯豆腐，更是定番名物，以最簡單的方式直接品嚐豆腐的口感和滋味。

餐廳的入口並無太大階段差，寬度也足夠輪椅進入，店內的位子有獨立餐桌，只要把椅子移開輪椅也能夠輕鬆入座。

官網：<http://www.saga-chikurin.com/>

地址：京都府京都市右京區嵯峨釋迦堂藤之木町 12

營業時間：11:00~19:00

交通方式：搭乘電車於「嵯峨嵐山」站「北出口」徒步 15 分。

## 韓國

首爾市政府為了達到「不論是誰都可享受的觀光城市首爾」的政策目標，訂定了三大政策方向

- 1.觀光設施：改善物理環境及增進移動便利
- 2.觀光內容及資訊：開發量身訂做的觀光內容及強化資訊可近性
- 3.社會認識：社會認識及改善觀光服務

並因此政策成立了「[首爾均享觀光中心](#)」(서울다누림관광)，提供給身心障礙者、高齡者等族群一站式且符合其需求的無障礙觀光服務。



該中心提供的服務內容包含

#### 一、無障礙觀光資訊

網站取得無障礙網頁標章認證，資訊包含觀光景點介紹、推薦觀光路線。

##### (一) 觀光景點介紹

每個觀光景點除了景點照片、基本資料、地圖外，會提供完整的無障礙訊息，包含使用 11 個無障礙標示顯示該景點是否具備以下要件：障礙者可獨立前往、建議有同伴者隨行、出入口無高差、無障礙停車位、障礙者可接近的觀光諮詢處、障礙者可接近的售票處、租借輪椅、無障礙電梯、無障礙廁所、聽障者支持措施、視障者支持措施。

在 11 個無障礙標示下，則會再進一步就部分無障礙設施之現況進行文字說明並提供現況照片。

搜尋方式可以地區、類型（觀光景點、餐廳、住宿、咖啡館、廁所），查詢自己想要的資料。

##### (二) 推薦觀光路線

包含觀光路線與首爾觀光勝地。

1. 觀光路線可依自己有興趣的主題選擇，點選後可看到路線上各景點的介紹（同上）。

2. 首爾觀光勝地除基本資料介紹、地圖外，會針對無障礙觀光支援、參觀指南、無障礙觀光事項三項進行說明。

##### (1) 無障礙觀光支援共有六個問題：

設有無障礙停車位嗎？

無障礙廁所的數量及位置？

可借用輪椅嗎？

點字解說板的位置？

有障礙者無障礙設施（手語解說、語音導覽機）嗎？以及提供的場所？

通路上設有斜坡嗎？

##### (2) 參觀指南介紹門票資訊、參觀時間、停車費用、交通資訊。

(3) 無障礙觀光事項則以文字為主，輔以照片說明該觀光勝地的概要、參觀建議與注意事項。

##### (三) 共同的旅遊資訊：民眾也可以登入帳號後，輸入自己的旅遊資訊。

觀光資訊非常充足，對於身障者及行動不便者是非常實用的訊息。

## 二、具有輪椅升降台的首爾市觀光巴士

提供給具有障礙福祉卡的首爾市民使用，每星期週二、三、四、五、六營運，營運時間為上午 10 點到下午 5 點，一台車可乘坐 8 名輪椅使用者/觀

光弱者 21 名（包含陪同者），1 人最多可預約 4 席（包含一定要有一名觀光弱者，並視需要可有 3 名陪同者）

### 三、認識改善指南

由於觀光從業人員對於身障者、高齡者等族群的認識不深，對於如何接待這群旅客可能較為陌生，故在網站上提供各種認識改善指南，可直接下載閱讀。

包含觀光諮詢處的服務指南、觀光景點導覽服務指南、住宿服務指南、交通服務指南。

除了針對行動不便者提供的服務外，首爾市政府早在 2014 年就已經提供[視聽障礙者觀光解說方案](#)，只要 1 人以上即可申請，除了星期一外，固定於每日上午 10 點、下午 2 點提供約 2 個小時的解說，針對視障者的方案，文化解說員除了口頭說明外，會帶領視障者進行觸摸體驗，而聽障者的方案則是提供手語翻譯。解說方案不需任何申請費用，也不限於僅有障礙福祉卡者才提供服務，可透過電子郵件、電話、手語視訊等方式申請。目前的解說路線為

視障者：德壽宮

聽障者：貞洞/慶熙宮、德壽宮、首爾路 7017、首爾路近現代建築紀行

### 抵達仁川國際機場

12 年連續被推選為世界最優良機場的仁川國際機場，具備了完整的無障礙設施。若有客戶需求，代理服務廠商可將客戶護送至可搭乘大眾交通工具處，並協助入境文件、入境程序、收取行李等。機場配有電動車，提供給行動障礙或有視覺障礙的乘客搭乘並護送到登機門。在搭機前也能利用這樣的護送服務。若有需要可到旅客航廈各處(3, 7, 8, 12 號出入口)設置的 Help Phone 協助電話(專線電話)，就能馬上連接到機場的協助櫃台。需要

輪椅可在搭機處(3 號,12 號出入口)或入境處(5 號,10 號出入口)的服務櫃台免費租借。

請求服務及處理相關聯絡處:仁川國際機場 Help Desk 電話號碼:

02-1577-2600 (+82-2-1577-2600)

## 前往首爾市區的方式

### 機場鐵道

機場鐵道(AREX)是從仁川國際機場和金浦國際機場連接到首爾市區(首爾站)的鐵道路線。若搭乘直達車,從仁川國際機場到首爾市區只需 40 分鐘,中間沒有停靠。所有車站和列車上都配備完善的無障礙便利設施,每個列車都設有輪椅指定區域。

### 機場公車

利用機場的豪華公車,可方便的搭乘到首爾市區各站的主要飯店和地點。

但是,大部分的豪華公車並不具備無障礙設施。

### 計程車

計程車是費用最貴的交通工具,但對某些旅客而言可更方便的利用。

## 首爾市區的觀光

### 地鐵

可利用首爾市範圍廣泛的地下鐵路線，進行有效的市區觀光。以不同顏色標示的地下鐵路線，以及使用多種語言的標示板和廣播，幫助國外旅客更容易利用地下鐵。首爾市地下鐵一向被評選為世界最好的地下鐵，安全清潔也可輕鬆的搭乘。幾乎所有的車站和列車都備有視障、聽障、肢障乘客的無障礙設施，其內容如下。

- 電梯
- 輪椅升降和傾斜板
- 聽覺及視覺導航系統
- 視覺身障人士專用凸出磚塊
- 地下鐵站內輪椅專用出入口
- 身障人士身障人士專用交通卡自動販賣機
- 為縮短列車和月台の間隔距離，調整月台間距
- 月台的 Screen Door(遮擋門)
- 身障人士身障人士專用洗手間
- 所有車廂都設置優先座位

\*部分老舊的小規模地鐵站沒有設置無障礙設施。



## 電梯

首爾市的所有地下鐵站都設有電梯。大部分的車站都設有電梯，可從賣票口處搭乘到地下樓層。若從賣票窗口的樓層抵達月台，一般需要再轉乘電梯。月台或地面上的電梯設有交通卡讀碼器就表示月台和地面是相連接。老舊車站內新增的電梯使用時會有些不順暢，但指標板上有詳細標明位置。地面上的電梯位置雖然沒有標示板上的標示，但是很大的玻璃結構物，從遠處看就能看見電梯。

\*部分車站因規模小老舊並無電梯設施，或只能分段使用。



## 輪椅專用剪票口

大部分的新型地下鐵站沒有設置迴轉式剪票口，而在老舊車站還存留迴轉式剪票口。這些車站同時也有設置輪椅專用剪票口，因此只要將交通卡放在感應器感應就能通過。輪椅升降器-沒有電梯的老舊車站設有輪椅升降器。可向車站人員請求協助利用升降器。



### 優先座位

所有地下鐵車廂的前後尾都設有供高齡者及身障乘客專用的優先座位。

月台的地面上標記的大大標示板(如圖)指出各車廂內優先座位所佔的位置。

不必擔憂月台和車廂之間の間隔，設有優先席的所有車廂都有足夠空間

可以放置輪椅或步行器。



## Screen Door

首爾市的所有地下鐵站都設有月台屏障用 Screen Door, 防止乘客掉落意外發生。列車到站時 Screen Door 自動開啟。

## 輪椅專用身障人士計程車

首爾市為了方便使用輪椅的旅客搭乘，而有輪椅專用計程車。黃色廂型車的身障人士專用計程車設置了傾斜板或升降器，可供一台輪椅和五位乘客搭乘。身障人士專用計程車是針對使用輪椅的國外旅客使用 (包含身障的地區居民)，因此要事先預約。因為目前服務需求增多，等待車輛抵達通常需要 30 到 60 分鐘。



身障人士專用計程車中，包括設有傾斜板的計程車(241 台)、具有升降器的計程車(195 台)、小型巴士(1 台)、個人計程車(50 台)，合計 487 台計程車。

輪椅專用身障人士計程車費用比一般計程車便宜，且不另收取服務費用。

費用:

- -起程 5 公里為止 1,500 韓元
- -5~10 公里為止每公里加收 300 韓元
- -從 10 公里起 每公里加收 35 韓元
- --經過高速公路收費站時，由乘客負擔費用

服務時間: 24 小時

預約: +82-2-1588-4388

## 公車

首爾市的大眾公車系統發達，因此連附近沒有地下鐵站的地方都能抵達。

低底盤公車於 2004 年開始投入，最早只有 66 台，至今已有 2,874 台在

運行(2016 年基準)。並計劃於 2025 年，能行駛低底盤公車的路線皆全面

使用低底盤公車。低底盤公車是指出口沒有樓梯的公車，年長者及行動障

礙乘客能更方便的搭乘。公車司機將傾斜板下降，並協助乘客將輪椅置

放於指定位置固定。所有的公車都設有優先座椅，以供老弱婦孺及身障人

士乘坐。(可透過下載 Naver Map 之 APP 查詢低底盤公車班次，如下圖)





### 韓國適合無障礙旅遊行程地點



南怡島：無障礙設施-無障礙徹迖&提供輪椅租借(南怡島內部觀光廳)。南怡島從裴勇俊與崔智友演出催淚的經典韓劇「冬季戀歌」開始，讓韓國

南怡島成為「韓式浪漫」的最佳代表；多年來冬季戀歌拍攝地點一直是粉絲前往韓國旅遊必遊清單內，即使交通不像首爾市區方便，但憑藉著從戲劇營造出的淒美、以及本身四季皆美的景致，人氣仍然高居不下；其實南怡島玩法很多，除了回味一下韓劇令人落淚的情節外，盛開的春櫻、催燦的金楓、飄落的細雪，也都讓韓國南怡島的玩賞價值更加無與倫比、值得欣賞再三呢！



**首爾塔：**無障礙設施-1.為身心障礙人士提供免費輪椅租借服務。2.身心障礙人士專用洗手間(Plaza 地下 1 樓男女各一)3.可於地下一樓搭乘前往觀景臺之電梯 4.身心障礙人士所乘坐車輛，事前與 N 首爾塔管理所聯絡時，可以直接行駛至 N 首爾塔前方 5.觀景臺洗手間可使用輪椅 6.於觀景臺向工作人員要求協助時，可使用電梯前往各層樓\* 南山纜車明洞搭乘處位於 2 樓，輪椅出入不便。首爾塔為韓國最早的高塔型觀光景點，高 236.7m 的首爾塔位於海拔 243m 的南山上，加總高度為 480m，以身為東亞最高的塔而自豪。1969 年 12 月動土、1975 年 7 月竣工，1980 年 10 月 15 日起正式對外開放首爾塔觀景臺，從此成為首爾的著名觀光景點。30 年來廣受遊客喜愛的首爾塔，於 2005 年 12 月 9 日重新翻修老舊設施，蛻變成為華麗耀眼的新首爾塔。新的首爾塔為身心障礙人士車輛設置了專用道，可將車輛停放於觀景臺周邊方便進出，且還有特別為視障人士設置的野外植物體驗設施。N 首爾塔的 N 有南山重生的全新(New)之意，設置了會隨季節、活動內容使首爾塔顏色變化的照明設備，每晚 7 時至 12 時，以「首爾之花」為名的 6 支探照燈會在天空中拼出鮮花盛開的美麗圖樣。圓柱體的塔內共有五層樓，2~3 樓是觀景臺，以及位於五樓的壓軸旋轉景觀餐廳 N. GRILL。餐廳擁有 160 個座位，可環顧四方的圓形餐廳旋轉一圈需 48 分鐘，坐在窗邊談天的同時，可自然的眺望首爾四面景觀。包含北岳山與北

漢山，還有開城松岳山，以及漢江、南漢山城與冠岳山江南一帶高樓大廈林立的全景也能盡收眼底。傍晚夕陽沒入西海的景致更是數一數二的絕美景色，此外，設置於 2 樓的藍天洗手間更具有特別的情調。擁有多項最新尖端科技設施的 N 首爾塔，現在不僅是簡單的觀景臺，更是名符其實的複合性文化空間，希望能成為更多遊客喜愛的觀光勝地與休息空間。



清溪川：無障礙設施-無障礙坡道、電梯(黃鶴橋、三一橋處各 1 部)、輪椅租借(清溪廣場旅遊諮詢處、五間水橋旅遊諮詢處)。位於清溪川起點的世宗路清溪川廣場為清溪川復原工程起點，自東亞日報前一直到新踏鐵橋間，總長 8km、寬 50m，總面積達 2,106 坪，由噴水池、瀑布、清溪川模型、步道與探訪路組成。是為祈禱邂逅與融洽、和平與統一的場所，正符合了復原清溪川的意義。

741 坪的清溪川廣場位於清溪川復原起點的中心，以韓國傳統包巾造型設計而成，呈現各種顏色的石材包裝，表達出優雅的傳統之美。這裡設有清溪川的縮小模型，可一次瀏覽復原後的清溪川全貌，並設有 22 座橫跨清溪川的小橋解說板，還有各種造型的噴水池，打造出夢幻般的景觀。另外可從廣場左邊階梯式的入口進入清溪川，也可以選擇右邊清溪川探訪路。清溪川探訪路中設置了 18m 的隧道，給予從廣場進入清溪川的市民一種別具特色的體驗。

首爾市在清溪廣場完成後，每到假日就封街禁止車輛進入，讓廣場、水邊空間、道路成為市民的休息與文化空間。以 3 色燈光照射的噴水與高 4m 的 2 段式瀑布，形成美麗的景觀。瀑布兩旁有由全國 8 道所運來的石頭製成的「八石壇」，每到晚上水光交接，形成夢幻的景觀。還有 1/100 的清溪川縮小模型可供參觀。

結論

以下也整理了幾點出國旅遊注意事項，只要好好留意，我深信，出國，對身障朋友來說，疫點都不困難。希望身障朋友能夠相信自己，並把握每個出國的機會，讓自己增廣見聞，擁有不一樣的人生。

一：行前功課很重要，出門前通通查清楚！

可以先打電話&上網查詢看看飯店或是餐廳是否有無障礙設施？像是提供無障礙坡道、無障礙廁所、內用空間大小等等，使輪椅夥伴們能在行動上更為便利。

二：別怕！完整詳述自身障別與狀況

並不是所有的服務業都能夠知道某些關於身障的相關術語，以及在旅遊時需要提供身障者什麼樣的服務。所以盡量提供身障者的詳細身體狀況與細節描述，越詳細越好。

千萬不要只概略地敘述，或是忽略某些資訊，否則容易造成雙方溝通上的誤會。服務機構有越多的資訊，才能盡可能提供給身障朋友更好的服務與幫助。

三：天算不如人算，請提早出門到機場。

規劃行程要搭飛機出遊時，若選擇搭國內航空，請提早兩個小時；若搭乘的是國際航空，則必須提早至少三個小時，若在出國旺季，甚至有必要更早到機場哦。

加上台灣的路小車多，高速公路常發生意外，一個小擦撞事件就有可能癱瘓高速公路半小時以上，所以千萬別把時間算得剛剛好，到時沒趕上班機，會更懊惱為何當時沒早點出門，全家敗興而歸。

在飛機降落前，讓機組人員知道身障朋友的狀況也很重要。假如在下機後需要輪椅，可以讓機組人員有時間提早準備。

四：了解自身權利，以及搭乘時需注意的相關規定

進行安檢前，先了解民航局對於身障者的一些規範，無論是在桃園國際機場的網站，以及航管局的網站都有提供詳細的規定，以賦予身障者所應享有的權利。（編按：更多資訊歡迎參考 交通部民用航空局—身心障礙旅客搭機資訊專區）

五：盡量搭「直航」班機

雖然輪椅是在起飛前才會檢查，但通常也是飛機降落後，第一項進行安檢的項目。

若您搭直航班機就可以避免一些不必要的爭論，但有一個例外：如果自身狀況較不方便使用飛機上的洗手間時，長途的直航飛機或許就不是很適合，反倒是短程的班機會比較合適哦。

除了以上五點注意事項以外，也別忘了以下三件事情！

第一：請在出遊前，諮詢您的主治醫生

醫生可以提供旅遊時所需要的藥品還有建議，以解決長途飛機的不便、旅

遊目的地醫療設備的短缺，還有當地藥局無法提供的處方藥，以及其他需要提前知道的問題。隨時帶著主治醫生的聯絡資訊，以及醫囑。內容包含身體狀況、藥品、可能的潛在併發症、特殊需求以及其他相關的資訊。

### 第二：備用藥品永遠不嫌少

許多專家建議在旅遊時多帶一份備用藥物包，放在隨身攜帶的包包裡，以備不時之需。也請記得將醫囑擺在身邊容易取得的地方，當需要幫忙時，使他人可以較容易找到。

### 第三：上機前準備娛樂

帶上一包自己喜歡的小餅乾，因為機上的食物可能含有過敏原。搭乘長途飛機也可以準備幾本心愛的書籍、充飽電的手機平板，確保在旅途中不會覺得太無聊。

每到假期時，許多人會出門走走，甚至搭飛機出國旅行。然而對身障朋友們來說，不管是訂機票、訂飯店、租車等等，都是一大挑戰。雖目前已有提供給身心障礙者的相關法令，但大多數以限制於環境或社會福利層面為主，情境上的問題較難以改善，建議相關單位在政策訂定時，能優先考量肢體障礙者的需求，改善肢體障礙者的阻礙，提供合適的政策服務，將能更加有執行力。不同障別的身障朋友，有各自不同的需求，其實只要細心努力規劃，必定能找出適合自己的出國旅遊行程，不要害怕嘗試，只要勇於挑戰自我，必能逆轉現況，或許，今後，還可以以自身的經歷，提供更多資訊與解決方案給其他身障朋友呢。準備好了嗎？收拾行李後，出發去旅行吧！

### 參考資料&圖片來源整理

衛生福利部統計處-

<https://dep.mohw.gov.tw/DOS/mp-113.html>

遠東航空-

<https://www.fat.com.tw/disabled-guide>

日本東橫 INN 旅館-<http://www.toyokoinn.com/china/hotellist.html>  
青年廣場-

[http://www.youthsquare.hk/chi/about\\_location/](http://www.youthsquare.hk/chi/about_location/)

韓國觀光社-

<http://big5chinese.visitkorea.or.kr/cht/index.kto>

台灣無障礙旅遊資訊網-

<http://www.taiwan-accessible.com.tw/index.php/zh/>

觀音旅行社-

<http://www.lovetour.com.tw/>

MATCHA 欣傳媒-

【東京】無障礙暢遊東京，行前須知總整理！

<https://solomo.xinmedia.com/matcha/122247>

林雅婷(2014)。肢體障礙者旅遊健康資源平台建置之研究。

陳茗芯(2012)。發展無障礙旅遊之省思以旅行社管理者之觀點。

耿仕榮(2007)。肢體障礙者休閒參與、休閒阻礙與生活品質之研究。

Blichfeldt, B., & Nicolaisen, J. (2011). Disabled travel: not easy, but doable. *Current*

*Issues in Tourism*, 14(1), 79 - 102.

Edginton, C. R., Jordan, D. J., DeGraaf, D. G., & Edginton, S. R. (2002). *Leisure and life*

*satisfaction: Foundational perspectives* (3rd ed.). N.Y.: McGraw-Hill.

Small, J. and Darcy, S. (2010) Chapter 4: Tourism, disability and mobility. In S. Cole and N. Morgan (eds) *Tourism and Inequality: Problems and Prospects* (pp.1-30). Wallingford. CABI.