



大丸有エリア まち育パターンランゲージ

～子どもと大人が一緒に過ごすためのまちの使い方のコツ～

2026年3月

大丸有エリアまち育プロジェクト

目次

▶ 『大丸有エリアまち育プロジェクト』 について	P.3
▶ パターンランゲージとは	P.4
▶ この冊子の見方	P.5
▶ パターンランゲージ	P.6
1. 大人視点：子どもたちと一緒に過ごしたいまち	
2. 子ども視点：子どもたちがわくわくするまち	
▶ みんなで「まち育」を進める心構え	P.30
▶ 大丸有エリア周辺の広場紹介	P.35

『大丸有エリアまち育プロジェクト』について

『大丸有エリアまち育プロジェクト』(まち育)では、以下の目標を掲げ、4つの「目指すまち」を実現するために、2020年1月からさまざまな活動を行ってきました。

大丸有エリアまち育プロジェクトの目標

多様性の一つである“子ども”（特に乳幼児）に焦点を当て、子どもをめぐる人々にとってのまちの快適性を向上させる。

－ 4つの「目指すまち」 －

自由な挑戦や発見

① 子どもの興味関心を広げ、自由に過ごせるまち

五感を刺激する自然

② 今ある自然や空間を最大限に使って楽しめるまち

多様な人々との関わり

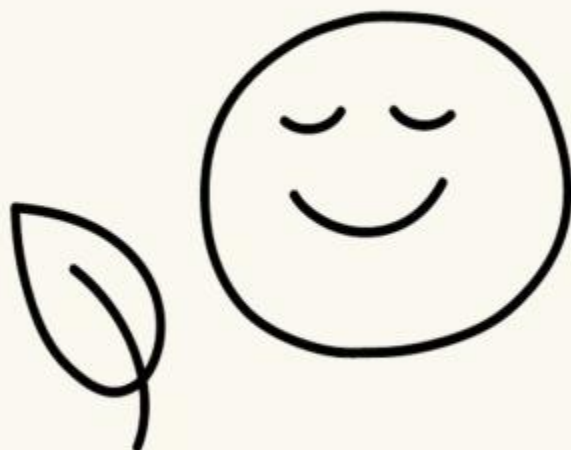
③ たくさんの人との関わりから、社会性が育つまち

安全・安心

④ 子どもと一緒に訪れることをポジティブに思えるまち

パターンランゲージとは・・・

「経験から得た知識をみんなのものにする方法」



パターンランゲージは、豊かな経験からコツ(実践知)を抽出し、他の人が「やってみたくなるヒント集」として提示するという新しい「知恵の伝承&学び」の方法です。

元々は1970年代に建築家クリストファー・アレグザンダーが住民参加のまちづくりのために提唱し、まちや建物に繰り返し現れる関係性を「パターン」と名付け、それを「ランゲージ」(言語)として共有するものでした。

2000年以降は、人間の行為の秘訣を記述するために応用されるようになり、建築以外の様々な分野に活用されています。

本冊子は、まち育の活動の中で発見した子どもと大人が一緒に居心地よく過ごすためのまちの使い方を、『大丸有エリア まち育パターンランゲージ』として整理したものです。

子どもと大人がいっしょに過ごすとき、「こうしたいな」と共感できるものがあれば、ぜひ参考にしてみてください。

また、本冊子を通じて、これら4つの「目指すまち」に共感し、みんなで「まち育」を進める仲間がどんどん増えていき、大丸有エリアがよりよいまちになっていくことを願っています。

この冊子の見方

この冊子では、大きく分けて以下の2つの内容をまとめています。

■ パターンランゲージ

1. 大人視点：子どもたちと一緒に過ごしたいまち
2. 子ども視点：子どもたちがわくわくするまち

■ みんなで「まち育」を進める心構え

冊子に出てくるパターンは、見開き1ページで1セットとなっており、以下の構成で記載しています。

- ・パターン名
- ・状況：どんなことがしたいか？
- ・説明：それにはどんな意味や効果があるか？
- ・解決策：まちでできる具体的な行動

パターン名	—— 子どもたちと一緒に過ごしたいまち パターンNo.1 都心の小さな自然	解決策 解決策 1 都心の広場でも、子どもたちの五感を刺激するさまざまな自然を発見できます  ハーブの香り 生きもの 冷たい水 (東京都立中央公園) 2 自然の色やかたちを見つける遊びは、どんな場所でもできる遊びです  葉っぱはいろいろな？花の色は？色は？ 3 前だけでなく、まちをぐるっと見渡してみましょう  下には？上には？地下から上にはなにが見える？
状況	状況 小さな自然を発見・体験してほしいとき	
説明	乳幼児期から草花や小さな生き物に触れるという自然体験は、五感を刺激し、探究心をくぐみ、感動を知り、豊かな感受性の発達をうながす基本的な要素です。 大丸有エリアには、実は小さな自然があふれています。まちに出て自然を発見・体験し、生活につなげていくことは、子どもの学びや成長につながります。	

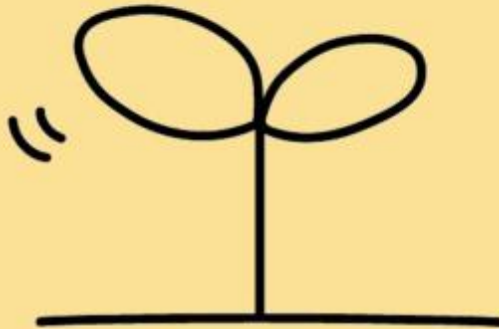
ページ例

—— 子どもたちと一緒に過ごしたいまち

パターンNo.1 都心の小さな自然

状況

小さな自然を発見・体験してほしいとき



乳幼児期から草花や小さな生き物に触れるという自然体験は、五感を刺激し、探究心をはぐくみ、感動を知り、豊かな感受性の発達をうながす基本的な要素です。

大丸有エリアには、実は小さな自然があふれています。まちに出て自然を発見・体験し、生活につなげていくことは、子どもの学びや成長につながります。

解決策

1 都心の広場でも、子どもたちの五感を刺激するさまざまな自然を発見できます



ハーブの香り



生きもの



冷たい水
(夏のドライ型ミスト)

2 自然の色やかたちを見つける遊びは どんな場所でもできる遊びです



葉っぱはなにいろ？花の形は？色は？

3 前だけでなく、まちをぐるっと見渡してみよう



下には？上には？地下から上にはなにが見える？

パターンNo.2 まちの四季

状況

季節の変化を感じてほしいとき



季節の変化を感じることは、子どもにとっても、大人にとっても、野外で過ごす大切な楽しみの一つです。

見つけることで生まれる喜び、驚き。時間の経過の中で気づくこと。親子で一緒に楽しんだり、ときにはまちの人とのふれあいも生まれます。日々過ごすまちなかでの体験は、つながり、広がり、大切な経験になっていきます。

解決策

1 木々の変化を見つけに行きましょう。花が咲き誇る春や、美しい紅葉が見られる秋は、お散歩にぴったりの季節です。



シダレザクラ
@ホトリア広場



青々と茂る木々
@大手町の森



美しいイチョウの色づき
@行幸通り

2 まちなかの変化を楽しみましょう。



夏季限定で水盤が現れる年も
@東京駅前広場



時間や季節に応じて使われ方が変わる仲通り



3 まちのイベントやショーウィンドウをのぞいてみましょう。



パターンNo.3 自由な冒険

状況

子どもに自由な冒険をしてほしいとき



まちなかにおける自由な冒険、自由な散策は、身体的な発達をうながすとともに、子どもの好奇心や観察力を刺激し、自分で考え試したり、工夫したりする力を伸ばします。

新しい発見を通じて、問題解決能力や創造力を育み、自立心の芽生えの機会につながります。

解決策

1 まずは、安全の確保が第一です。



広い歩道
@丸の内仲通り



車が来ない安全な屋上
@大手町ビル屋上

2 まちなかには、楽しく歩ける仕掛けがあふれています。



運動したくなる青いライン



あそびの題材になりそうな舗装



いろんな形が集まる石



テンポよく歩けそうな道

—— 子どもたちと一緒に過ごしたいまち

パターンNo.4 一緒に目線

状況

子どもと一緒に体験をしたいとき



私たち大人が子どもと一緒に体験することで、子どものコミュニケーション能力向上や協力する気持ちなど、社会性が育まれます。

大人にとっても、子どもならではの視点を知ることができる機会となり、子どもに寄り添ったものの見方がしやすくなります。

解決策

1 子どもの目線でまちを見直してみましょう。

80cmの高さ(子どもの目線高さ)でまちを撮影して発見



プランターの緑の豊かさ



ベンチを歩くスズメの姿



鏡面のおもしろさ

2 子どもと大人が一緒に使える場所が発見できます。



子どもと大人、それぞれ使いやすい高さは異なります



通常ベンチの高さは
40～45cmが多いが、
乳幼児期の子どもたちは
15～30cmが座りやすい

3 知らないことは、同じ目線で考えてみましょう。



どんな葉っぱ？どんな雲？知りたい気持ちを広げましょう

パターンNo.5 人とのふれあい

状況

人と関わる楽しさ・嬉しさを知ってほしいとき



人々と親しみ、支え合って生活するために、自立心を育て、人と関わる力を養うことが大切です。

まちの安全を守るおまわりさん、警備員さん、植物の維持管理をする管理者さん・・・自分の生活に関係のあるいろいろな人に、日々の生活の中で出会い親しみを持って関わるのは、その大切な一歩です。まちを歩く人々も、子どもたちに出会うと、自然と笑顔になっています。

解決策

- 1 まちなかを散歩するだけで、
ちょっとした出会いのチャンスがあります。



丸の内 行幸マルシェ×青空市場



まちの人たちとのあいさつ

- 2 子どもたちとの関わりを、楽しみにしている人たちがいます。



3×3Lab Future



定期的な環境教育プログラム
@大手町エコミュージアム



ある会社へ届いた子どもたちからのおてがみ

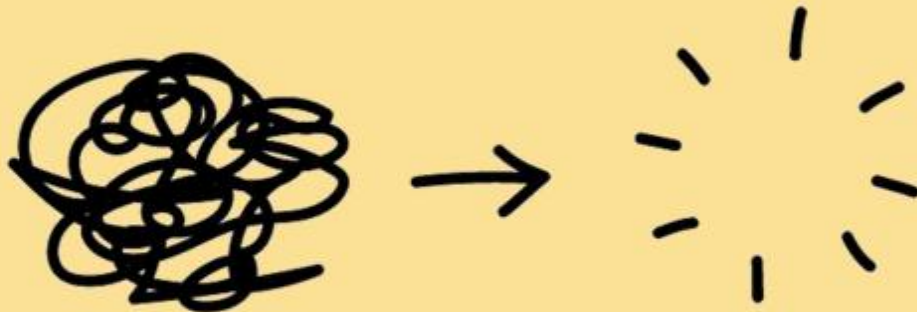
社長室に
かざっています
by会社の方

—— 子どもたちと一緒に過ごしたいまち

パターンNo.6 気持ちに寄り添う

状況

子どもの気分を切り替えたいとき



子どもの気持ちに寄り添って過ごしたいと思っても、なかなかうまくいかないこともあります。子どものペースに合わせて向かう場所を臨機応変に選ぶことができれば、子どもが気持ちをうまく切り替えるきっかけとなるでしょう。

まちなかには、子どもの興味・関心を誘う多様なスペースがあります。

解決策

- 1** 多様な雰囲気のある広場をうまく使い分けると、ストーリーのある散歩ができそうです。



アクティブに体を動かす



自然遊び



人やまちの賑わいを感じる



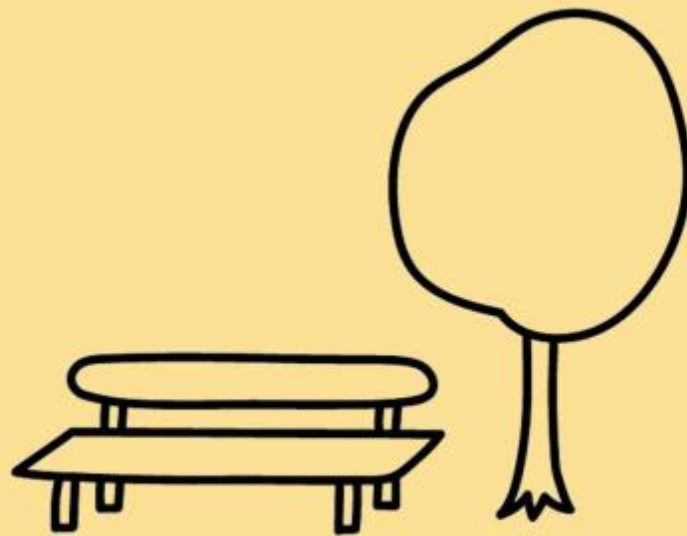
落ち着いた雰囲気のある広場で心もゆったり

—— 子どもたちと一緒に過ごしたいまち

パターンNo.7 ひと休みの場所

状況

まちなかでひと休みしたいとき



体力づくりの発展途上である乳幼児期の子どもたちにとって、日常的に身近に外出できる範囲は300～500m(徒歩5～8分)程度と言われています。大丸有エリアの保育施設のお散歩も、15分以内で歩いて行ける場所が目的地に選ばれていることが多いようです。

まちなかの休憩スポットをうまく活用することで、子どもたちと一緒に多様で豊かなお散歩を楽しめます。

解決策

1 まちにはいろいろなベンチがあります。



お花に囲まれたベンチ



横に長いベンチ



テーブル付ベンチ

2 大人にとっては小さな段差が、子どもたちにとっては休憩場所に。



Otemachi One
GARDEN



一号館広場

3 夏は日陰を、冬は陽だまりを見つけましょう。



木陰



路地



ポカポカの広場

TOKYO OASIS

「TOKYO OASIS」は、快適なまち歩きを提案する大丸有エリアのWEBサービスです。エコツツエリア協会が社会実験として実施中です。

サービス内では、エリア内の樹木の名前や、季節ごとに楽しめる樹種がわかるマップを公開しています。

また、「子どもと一緒に楽しめるスポットのマップ」、「座れる場所のマップ」や「日陰ルート案内機能」などもあり、子どもたちと過ごす際に便利に利用していただけます。



丸の内生きもののハンドブック



「丸の内生きもののハンドブック」は、三菱地所株式会社が2009年から毎年行ってきた生物調査の結果を活用し、都心に生きる生きものたちの生態や秘密をわかりやすく紹介したハンドブックです。

また、「丸の内周辺に棲む生きものたち」として、丸の内周辺に生息する生き物について収集した膨大なデータをまとめたデジタルブックも公開しています。

四季を通じ、異なった環境にどのような動植物が生息・分布しているのかが紹介されています。

暑さと子どもたち

暑さ指数（WBGT）を例に

夏の酷暑が課題となる近年ですが、子どもたちにとっては大人以上に深刻な問題となっています。

酷暑のひとつの指標として、暑さ指数（WBGT（湿球黒球温度）：Wet Bulb Globe Temperature）があります。

単位は気温と同じ摂氏度（℃）ですが、その値は気温とは異なり、①湿度、②日射・輻射（ふくしゃ）など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れたもので、熱中症を予防することを目的とした指標となっています。

暑さ指数（WBGT）が28（厳重警戒）を超えると熱中症の危険が大きく高まるため、保育施設では、これらの指数を確認しながら、屋外で活動する日や、時間帯、方法などを工夫しています。

（青）ほぼ安全	（水色）注意	（黄）警戒	（橙）厳重警戒	（赤）危険
21未満 適時水分補給	21以上25未満 積極的に水分補給	25以上28未満 積極的に休息	28以上31未満 激しい運動は中止	31以上 運動は原則中止

WBGT28以上となったことが発表された日は、子どもたちの屋外活動について何らかの工夫を行っている施設が多い

まちづくりの中で、緑を増えること、日影を増えること、地下ルートの利用をしやすいことといった対策が進むのも大事なポイントです。



暑さ指数（WBGT）については環境省「熱中症予防情報サイト」や同サイトのメール配信サービスで情報を得ることができます。

環境省「熱中症予防情報サイト」
<https://www.wbgt.env.go.jp/>

パターンNo.8 伝えたい気持ち

状況

自分が知っていることを表現したい！



自分が知っているものを見つけたときや、発見の喜びをだれかに伝えるときの子どもの表情はとてもいきいきしています。

たくさんの発見をして、もっと知りたい！伝えたい！という気持ちを育てる。発見のきっかけが、まちのなかにはあふれています。

解決策

1 絵本や暮らしの中で知った知識の、 ホンモノを見つけましょう。



ポスト



ドングリ



たぬき

(ホンモノ・・・ではないけれど
子どもたちに大人気)

2 ふだん食べている果物や野菜が こんな風に育つんだ、と知ることができる場所があります。



アーバンエコファーム
@大手町エコミュージアム



屋上の農園「The Edible Park OTEMACHI by grow」
@大手町ビル屋上SKY LAB



大手町エコミュージアム・アーバンエコファーム

大手町ビル屋上SKY LAB

—— 子どもがわくわくするまち

パターンNo.9 エネルギーの発散

状況

からだを動かしたい！



子どもは本来、動きたい気持ちを持っているもの。

歩く楽しさを知る乳児期から、自ら体を動かしたい欲求の強い幼児期まで、まちなかのさまざまな空間をうまく活用することで、子どもたちの「やりたい気持ち」に応えられます。

解決策

- 1 まちなかの小さな広場でも、
身体を思いっきり伸ばせる空間があります。



皇居外苑芝生広場



人工芝
@大手町ビル屋上



芝生
@Otemachi One GARDEN

- 2 ちょっとした階段や勾配が、
子どもにとっては体力づくりの基礎コースです。



一号館広場のちょっとした階段



建物内の大階段

フोटスポット
としても人気です

—— 子どもがわくわくするまち

パターンNo.10 子どものトキメキ

状況

おもしろいものをじっくり見たい！



子どもたちが夢中になるものって、なんだろう？

ぱっと目に留まり、動きがあり、わくわくするもの。まちをじっくり見渡すと、大丸有エリアでもたくさん見つけられます。

解決策

1 楽しいかたちやカラフルな色合いのものを探して歩きましょう。



ビルの外壁に葉っぱの模様



デジタルサイネージ



ちょうちょのマーク



地下通路の壁
いろんな素材の手触りを知る



一号館広場にあるマーク



植木鉢

2 大人にとって当たり前でも子どもたちにとっては興味津々！



このまちならではの
たくさんの電車



地下通路の壁の鏡面



埋め込みライト

—— 子どもがわくわくするまち

パターンNo.11 手でたしかめる

状況

触ってみたい！



触るとゆれる。顔を近づけると香る。まちなかの緑は小さいけれど、触れてみるとおもしろく、夢中になる子どもたちがたくさんいます。

子どもたちの探究心をくすぐる、小さな自然に触れやすい場所が、まちなかにもたくさんあります。

解決策

1 さわって確かめることで、たくさんの学びを得られます。



土に触れるお花の植え替え



実がなる木

2 子どもたちはインタラクティブなものが大好き！



ふわふわ気持ちいい葉っぱ



ゆらゆらゆれる葉っぱ

大人目線だと「さわったらダメ」と思いがち。
まちを管理している人に
尋ねてみましょう。

3 さわりたくなる小さな生きものは、 身近な緑地にこっそり隠れています。



バッタの仲間



ダンゴムシやアリ



チョウ

5つの心構え



誰もがまちの一員で、大丸有エリアまち育プロジェクトの関係者です。

最初に示した4つの「目指すまち」に共感し、大丸有エリアをより良いまちにしていきたい！という方々が気軽に「まち育」を進める仲間になってくれるよう、5つの心がまえをまとめました。

1 一人ひとりの力を発揮する

乳幼児期の子どもたちの成長には、まちに出る経験が大きく影響することがわかっています。

一人一人の小さなやさしさや何気ない行動で、子どもの学び・育ちにとって良い環境をつくっていくことができます。

2 許容し合う関係性を築く

人はそれぞれさまざまな感覚を持っているもの。自分の当たり前を見直し、他者の視点から考えたり話を聞いたりすることで、相互理解と共感が生まれ、許容し合う関係性を築くことができます。許容し合う関係で支え合い、まちにとってのよりよい実践につなげましょう。

3 主導者以外も関われる余白を残す

完成されたプログラムではなく、少し手伝いが必要だったりアイデアを反映できたりする余白があることで、関わる仲間が増えていきます。完璧に作りこみすぎず、意見を取り入れる少しの余白を残しておくことで、予期していなかったプラスの効能が得られるかもしれません。

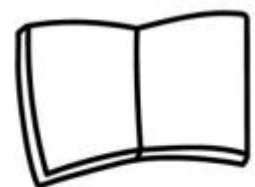
4 困ったら相談してみる

何か活動やイベントをしたいとき、自分たちだけで難しい場合はどんどんまわりに相談しましょう。相談することで、思ったよりいろいろなことができるとうわかったり、活動の可能性が広がっていくことがあります。



5 小さなことでも発信する

実践している取組や考え方は積極的に発信しましょう。共感してくれる人や、新しい前向きな意見をくれる人が出てきて、可能性が広がっていくはずです。



大丸有エリアまち育連絡会

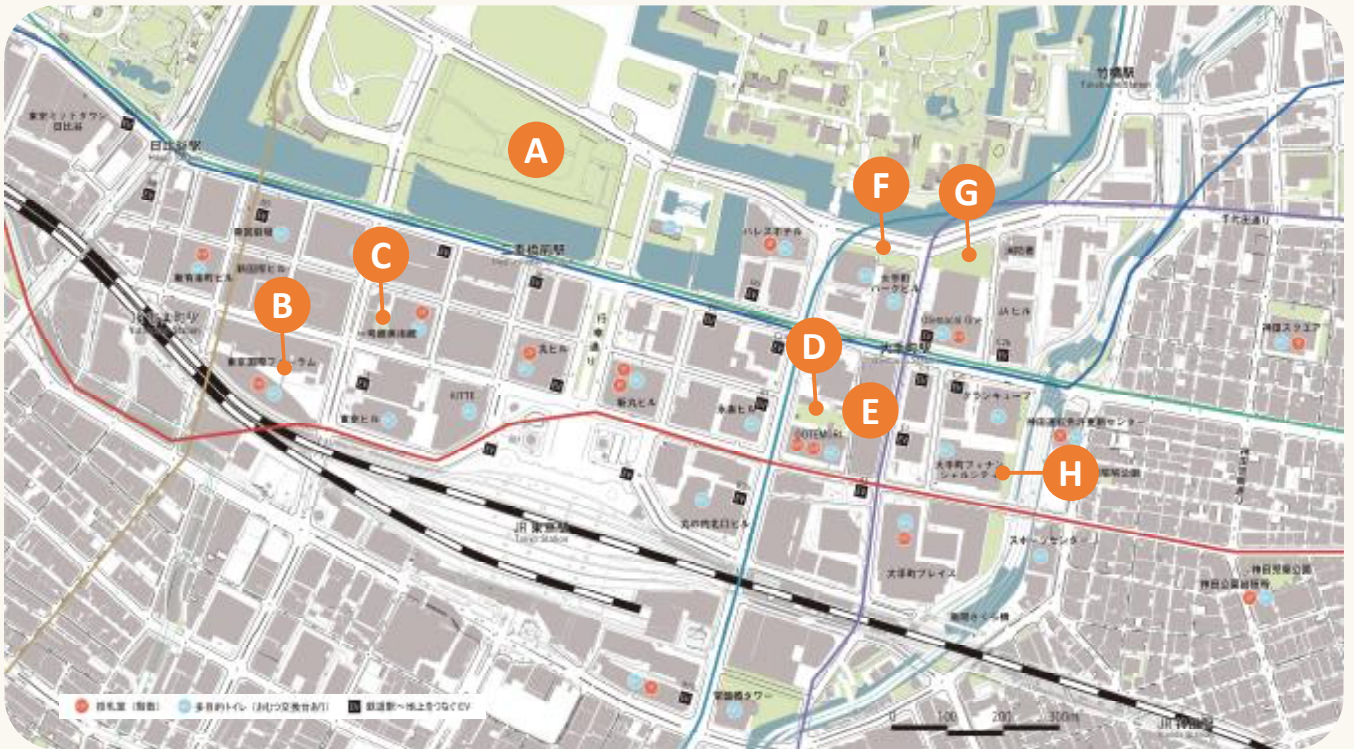


エコツツエリア協会が主体となって取り組む「大丸有エリアまち育プロジェクト」は、まちに関わる多様な視点からまちを見つめ直すことで、まちを育み、まちの人々が心地よく育まれることを目指した活動です。

その一環として、保育施設運営者や事業者といった多様なステークホルダーとの情報交換の場「大丸有エリアまち育連絡会」を立ち上げ、2023年から計3回開催してきました。

活発な意見交換とリアルな現場の経験から成る豊かな対話が行われています。

～ 大丸有エリア周辺の広場紹介 ～



記号	広場名	所在地
A	皇居外苑・和田倉噴水公園	千代田区皇居外苑1-1
B	東京国際フォーラム 地上広場	千代田区丸の内3-5-1
C	一号館広場	千代田区丸の内2-6-1
D	大手町の森	千代田区大手町1-5-5
E	大手町ビル 屋上『SKY LAB』	千代田区大手町1-6-1
F	ホトリア広場	千代田区大手町1-1
G	Otemachi One GARDEN	千代田区大手町1-2-1
H	大手町エコミュージアム	千代田区大手町1-9-4

いずれの広場も、誰でも利用できる※オープンスペースです。利用者同士、思いやりの気持ちをもって、他の方の迷惑にならないようにしましょう。

※SKY LABのみ丸の内ポイントアプリ登録者限定

A 皇居外苑・和田倉噴水公園

- 多くの人を訪れる、広々とした国民公園です。
- 広い芝生広場でのびのびと過ごすことができます。



あそぶ



さわる



みる



やすむ



- ✓ 芝生に小さなレジャーシートを敷いて休むことができます。和田倉噴水公園内の無料休憩所や楠公レストハウス、北の丸レストハウスでも休憩可能です。
- ✓ 松の木は大切に！（枝にぶらさがることや荷物をかけることは避けてください）
- ✓ トイレ：公園内に有（多目的トイレ・おむつ替え台）



B 東京国際フォーラム 地上広場

- 大きな木がたくさん並び、初夏の新緑、秋の落葉が楽しめます。
- 石のアートに触れられる賑わいの広場です。



みる



あるく



↑「東京水」



さわる



- ✓ 水飲み場(「東京水」)があります。
- ✓ 樹木の新緑が美しい初夏がおすすめです。
- ✓ 昼はキッチンカーが来るので気を付けてください。
- ✓ 貸し出しエリアのため、イベント開催状況により立ち入りを制限する場合があります。
- ✓ トイレ：敷地内建物に有(多目的トイレ・おむつ替え台)



C 一号館広場

- 美術館に隣接する美しい広場です。
- 季節ごとのイベントに合わせた賑わいが魅力です。



やすむ



かんじる



みる



あるく



← ウラジロモミの紹介板

- ✓ バラが咲く初夏がおすすめです。過去のイベントでクリスマスツリーとして使われたウラジロモミも魅力的です。
- ✓ ランチタイムは混雑するため、午前中や昼下がり(15時ごろ)が滞在しやすいです。
- ✓ トイレ: 敷地内建物に有(多目的トイレ・おむつ替え台)



D 大手町の森

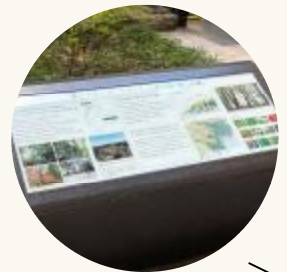
- 森の香りを感じられる大きな木や、たくさんの種類の植物があります。
- どんぐりや落ち葉など、森の宝物を発見できそうです。



かんじる



みつける



建物内B2Fにも、
緑地紹介タッチパネルが
あります。



さわる



きく



- ✓ 森の中には入れませんので、植物に触れる時は通路から手を伸ばしてみましょう。
- ✓ 危ないので、かけっこや、ベンチにのぼるのはやめましょう。雨の後は水たまりになる場所もあります。
- ✓ 春～夏は蜂や蚊が飛んでいるので注意してください。
- ✓ トイレ：敷地内建物に有（多目的トイレ・おむつ替え台）



E 大手町ビル屋上 スカイラボ

- 菜園があり、野菜や果実の育つ様子をのぞくことができます。(※菜園は会員制です)
- 車が来ることのない安全な空間です。小さな子の歩く練習にもぴったり。



※会員制



- ✓ 丸の内ポイントアプリを入れれば誰でも利用可能な屋上広場です。屋上までの直通ELVがあります。
- ✓ ビル屋上ですのでお子様から目を離さないようにしてください。
- ✓ トイレ：屋上広場内に有



F ホトリア広場

- 豊かな緑と水があり、生きものに会うチャンスが多いオープンスペースです。
- 座れる場所がたくさんあります。小さな子も座りやすい低めのベンチもあります。



やすむ



みつける



さわる



あるく



- ✓ 夏は緑陰やドライ型ミストにより、周辺より涼しく感じ快適に過ごせます。
- ✓ 冬はイルミネーションが魅力です。
- ✓ トイレ：敷地内建物に有（多目的トイレ・おむつ替え台）



G Otemachi One GARDEN

- 芝生広場、木々に囲まれた奥まった空間など、いろいろな形で自然と触れ合うことができます。
- 水や緑を身近に感じながら座れるベンチがあります。



やすむ



みつける



あるく



あそぶ



みる



- ✓ 秋はトンボが多く見られます。落葉も楽しめます。
- ✓ 広々とした芝生が魅力です。(1～2月は芝生養生中のため入れません。)
- ✓ 昼はキッチンカーが来ますのでご注意ください。
- ✓ トイレ：敷地内建物に有(多目的トイレ・おむつ替え台)



H 大手町エコミュージアム

- 地域の園児さんたちによるお花の植え替えを定期的に行っており、華やかな花壇が魅力です。
- 水琴窟、野菜工場、カラフルなタイルなど、見て・触れて楽しい空間です。



きく



やすむ



さわる



あるく



そだてる



※近隣保育施設向けプログラム

- ✓ 隣接する川端緑道と一体となった空間で、散歩コースとして楽しめます。初夏は小さな生き物の観察も可能です。
- ✓ アーバンエコファームでは野菜の栽培・収穫も行っています。
- ✓ 11時～14時はキッチンカーが並び利用者が多いのでご注意ください。
- ✓ トイレ：敷地内建物に有（多目的トイレ・おむつ替え台）



「大丸有エリア まち育パターンランゲージ」

2026年3月発行

発行： 一般社団法人 大丸有環境共生型まちづくり推進協会
(エコッツェリア協会)

作成： 大丸有エリアまち育プロジェクト

- エコッツェリア協会
- 株式会社三菱地所設計
- NPO法人 生態教育センター
- DRIMON合同会社

協力： 三菱地所株式会社

* Special thanks *

本冊子をまとめるにあたり、下記の園のみなさまにご協力いただきました。

- ❑ コトフィス新国際ビル（協力：株式会社ママスクエア、三菱地所プロパティマネジメント株式会社）
- ❑ キッズスクウェア丸の内永楽ビル、キッズスクウェア丸の内東京ビル、キッズスクウェアOtemachi One（協力：株式会社アルファコーポレーション）
- ❑ ゆうてまち保育園、ポピンズナーサリースクール大手町、クローバー保育園（協力：株式会社ポピンズエデュケア）
- ❑ マミーズエンジェル神田駅前保育園、マミーズエンジェル千代田保育園（協力：株式会社マミーズエンジェル）

