



柏の葉ウォーカブル デザインガイドライン (概要版)

PROMOTING WALKABILITY AND HEALTH IN DESIGN

どのように取り組むべきでしょうか？

柏の葉ウォーカーブルタウンの実現に向けた 40 の具体的手法

- 01 まちをミクストユースにする。(土地利用の多様性を高める)
- 02 公共交通のネットワークを充実する
- 03 大きい街区には街路を設ける
- 04 ヒューマンスケールの歩行空間ネットワークをつくる
- 05 歩行空間ネットワークに階段を組み込む
- 06 わくわくする風景やシークエンスをつくる
- 07 利用者の多い施設には近隣に運動施設や散策路を設ける
- 08 オープンスペースを設置する
- 09 まちあるきのきっかけをつくる
- 10 コミュニティ活動の活性化を図る
- 11 健康意識を高めるためのプロモーションを展開する
- 12 利用者の多い施設のソフト面の接続性を高める
- 13 利用者の多い施設の物理的な接続性を高める
- 14 まちのアクティビティを見える化する
- 15 まちのネットワークや資源を見える化する
- 16 まちのネットワークや資源を共有・発信できるような拠点をつくる
- 17 自然へのアクセスを高める
- 18 自然を都市環境・建造環境に組み込む
- 19 街路への開放性を高める
- 20 立体・壁面サインの活用
- 21 歩道・床面サインの活用
- 22 雨に濡れずに歩き回れること
- 23 アートなど人をひきつける仕掛け
- 24 季節の変化で人をひきつける仕掛け
- 25 街路樹の設置
- 26 カフェ・レストランなどによる屋外空間の利用
- 27 歩行・活動をサポートするウェアラブルデバイスの活用
- 28 ストリートファニチャーの設置
- 29 歩道の設置
- 30 歩道の幅の確保
- 31 歩道の障害の除去
- 32 歩行者と自動車との緩衝帯の設置
- 33 利用者のニーズにあう横断歩道
- 34 歩行者最優先の横断歩道へ
- 35 光環境のデザイン
- 36 オープンスペース・公園へのアクセスを高める
- 37 オープンスペース・公園には身体活動を促す設備や機能を設ける
- 38 オープンスペース・公園には子ども用プレイエリアの設置する
- 39 自転車通行空間のネットワーク
- 40 自転車と自動車の分離



04 ヒューマンスケールの歩行空間ネットワークをつくる
Portlandの街並



09 まちあるきのきっかけをつくる
柏の葉マルシェエコロールの風景 (柏市のHPより)



16 まちのネットワークや資源を共有・発信できるような拠点をつくる
UDCK (柏の葉アーバンデザインセンター)



16 まちのネットワークや資源を共有・発信できるような拠点をつくる
まちの健康研究所 あした



17 自然へのアクセスを高める
景観資源として活用された調整池



23 アートなど人をひきつける仕掛け
路上のアート (BY art_inthecity)

知っていますか？ ウォーカブルなまちづくり

健康寿命の延伸のためには、身体活動を高めることが有用です。身体活動を高めるために、日常生活の中での街歩きに注目しました。魅力的な体験や景観に溢れ、居心地のよい快適な街では、ウォーカビリティ（歩きやすさ）が高められ、知らず知らずのうちに街歩きを楽しみ、歩行量が増えると考えられます。

柏の葉国際キャンパスタウン構想では、目標 5 として、「健康を育む柏の葉スタイルの創出」を掲げ、歩行環境の充実を示しています。そこで、ウォーカビリティの向上と関連が示されている国内外のエビデンスや事例を集め、まちづくりの具体的手法を整理し、柏の葉版のウォーカブルデザインガイドラインをまとめました。また、今後のまちづくりの参考・指針とするべく、具体的なエリアを想定し、ケーススタディをまとめました。

本パンフレットでは、「柏の葉ウォーカブルデザインガイドライン」でまとめられた、8つの基本方針、40の具体的手法、ケーススタディについて、その概要を紹介します。

柏の葉で
考えるべきことは

Concept

柏の葉ウォーカブルタウンの実現に向けた 8の基本方針

※詳細は本編でご確認ください

A

スケール感の適正化

人間のスケール感を意識した都市・歩行空間の整備により、歩行者中心のまちづくりを目指します。

B

目的意識の付与と多様な アクティビティへの派生

仕事や学校、買物など日常生活の交通手段として積極的に歩行が選択されるよう都市機能の配置と歩行空間の整備を目指します。

C

回遊性と選択性の向上

さまざまな特徴をもった街路を整備することで、回遊性や選択性が高まり、歩行ルートの多様性が増すことで、まち全体の歩行者を増加させることができます。

D

安全と安心の確保

建物内の人々が屋外空間に関心を持ち、まちで起こる出来事に積極的に参加することで、街路に多くの目が注がれ、都市空間の安全性と安心感を高めることができます。

E

歩行空間の維持管理と コミュニティ意識の醸成

市民と行政の協働による維持管理体制を構築し、快適な歩行環境の維持・発展を促すことにより、地域の連帯性を高めることができます。

F

モーダルミックスの実現

歩行と自転車を利用しやすい環境を整備し、公共交通との適切な接続性を高めることにより、移動手段の選択性が増し、自動車への依存を減らすことができます。

※モーダルミックス：都市部の輸送需要をさまざまな交通手段（モード）の特性を活かして組み合わせて、最適な配分を行うこと

G

自然・文化との接点

都市空間に文化や芸術、歴史との接点を設けることにより、歩行の利用性が高まるとともに、人々に発見や感動、驚きや笑いをもたらし、新たな交流のきっかけとなります。

H

情報の収集とフィードバック

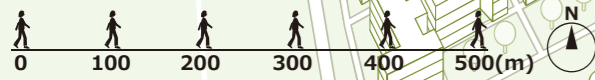
IoT や ICT を活用し、歩行者の移動距離、移動時間、移動速度といったデータを収集し、まち歩きを楽しめるコンテンツとしてフィードバックすることで、積極的な歩行を支援します。

何を取り組むべきでしょうか？

柏の葉キャンパス駅周辺エリアにおけるウォーカビリティ向上の ケーススタディ

柏の葉キャンパス駅周辺エリアにおけるウォーカビリティの向上を図るため、エリア内の9本の通りにネーミングを与え、通りのスポットの紹介や歩行距離・時間などをまとめました。40の具体的手法に基づき現状評価とウォーカビリティ向上を実現するアイデアを通りごとにまとめました。

9本の通りを自由に選択し歩くことで、その日の気分や季節に応じたオリジナルのウォーキングルートを楽しむことができます。



柏の葉で 取り組むべきことは

To Do

※ここでは10のケーススタディのうち6つを掲載します

<p>1 緑園の道(北)</p> <p>ウォーカビリティを高めるアイデア 横断歩道の新設</p> <p>33 利用者ニーズにあう横断歩道 40の具体的手法 との対応</p>	<p>3 水の道</p> <p>ウォーカビリティを高めるアイデア 水辺のウォーキングイベントの開催</p> <p>11 健康意識を高めるためのプロモーションを展開する 40の具体的手法 との対応</p>	<p>4 アートの道</p> <p>ウォーカビリティを高めるアイデア 横断歩道の新設 ペイントによる歩行者道の連続 街路樹の設置</p> <p>04 ヒューマンスケールの歩行空間ネットワークをつくる 25 街路樹の設置 40の具体的手法 との対応</p>	<p>5 賑わいの道</p> <p>ウォーカビリティを高めるアイデア ウォーキングルートに隣接した施設・サイン掲示 高架下の店舗利用 Runner Support までの距離表示</p> <p>11 健康意識を高めるためのプロモーションを展開する 13 利用者の多い施設の物理的な接続性を高める 40の具体的手法 との対応</p>	<p>8 静かな道</p> <p>ウォーカビリティを高めるアイデア 遊休地のオープンスペースへの活用</p> <p>08 オープンスペースを設置する 40の具体的手法 との対応</p>	<p>10 ソフトプログラム</p> <p>ウォーカビリティを高めるアイデア ICT・IoTを活用した天気や季節、イベントの情報発信によるウォーキングの促進</p> <p>16 ヒューマンスケールの歩行空間ネットワークをつくる 40の具体的手法 との対応</p>
---	--	--	--	---	--

REFERENCE

Arnold H. Trees in Urban Design. New York: Van Nostrand Reinhold; 1993.

Baran PK, Rodriguez DA, Khattak AJ. Space syntax and walking in a new urbanist and suburban neighborhood. Journal of Urban Design. 2008;13(1): p. 5-28

Boarnet M, Forsyth A, Day K, Oakes JM. Irvine Minnesota inventory short forms: results of a predictive validity study. Under review.

Dill J. Bicycling for transportation and health: the role of infrastructure. Journal of Public Health Policy. 2009;30: p. s95-s110.

Emmons KM, Linnan LA, Shadel WG, Marcus B, Abrams DB. The working healthy project: a worksite health promotion trial targeting physical activity, diet, and smoking. Journal of Occupational and Environmental Medicine. 1999;41(7): p. 545-555.

Ewing R. Pedestrian- and Transit-Friendly Design. Washington, DC: Urban Land Institute/American Planning Association; 2009.

Gehl J. Life Between Buildings: Using Public Space. New York: Van Nostrand Reinhold; 1987: p. 144-147.

Gordon-Larsen P, et al. Inequality in the built environment underlies key health disparities in physical activity and obesity. Pediatrics. 2006;117(2): p. 417-424.

Hess PM, Moudon AV, Snyder MC, Stanilov K. Site design and pedestrian travel. Transportation Research Record. 2001;1674: p. 9-19.

Ikeda N, et al: Adult mortality attributable to preventable risk factors for non-communicable diseases and injuries in Japan: a comparative risk assessment. PLoS Med 2012; 9: e1001160

Kaczynski A, Potwarka L, Saelens B. Association of park size, distance, and features with physical activity in neighborhood parks. American Journal of Public Health, 2008;98: p. 1451-1456.

Larsen K, et al. The influence of the physical environment and sociodemographic characteristics on children's mode of travel to and from school. American Journal of Public Health. 2009;99(3): p. 520-526

Lee IM, et al: Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. Lancet 2012; 380: 219-229

MacKay M. Playground injuries. Injury Prevention. 2003;9(3): p. 194-6.

Nagai M, Kuriyama S, Kakizaki M, Ohmori-Matsuda K, Sone T, Hozawa A, Kawada M, Hashimoto S, Tsuji I: Impact of walking on life expectancy and lifetime medical expenditure: the Ohsaki Cohort Study. BMJ Open, 1(2), e000240, 2011

New York City Department of Transportation. Urban Art Program. <http://www.nyc.gov/urbanart>.

NYC DCP /NYC DOT. NYC Bicycle Master Plan: p. 36-54.

NYC DOT. Street Design Manual: 2.4.

NYC DOT. World Class Streets: p. 46-47. Appropriate City approvals may be necessary.

Potwarka LR, Kaczynski AT, Flack AL. Places to play: association of park space and facilities with healthy weight status among children. Journal of Community Health, 2008;33(5): p. 344-350.

Pucher J, Buehler, R. Making cycling irresistible: lessons from the Netherlands, Denmark, and Germany. Transport Reviews. 2008;28(4): p. 495-528.

Ridgers ND, Stratton G, Fairclough SJ, Twisk JWR. Long-term effects of playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels. Preventive Medicine. 2007;44: p. 393-397.

Sallis JF and Glanz K. Physical activity and food environments: solutions to the obesity epidemic. Milbank Quarterly. 2009;87(1): p. 123-154.

Shores KA, West ST. The relationship between built park environments and physical activity in four park locations. Journal of Public Health Management Practice. 2008;14: p. e9-16.

Tsuji I, Takahashi K, Nishino Y, Ohkubo T, Kuriyama S, Watanabe Y, Anzai Y, Tsubono Y, Hisamichi S: Impact of walking upon medical care expenditure in Japan: the Ohsaki Cohort Study. International Journal of Epidemiology, 32(5), 809-814, 2003

WHO Global Health Risks. 2009

辻一郎: 健康長寿社会を実現する - 「2025年問題」と新しい公衆衛生戦略の展望, 大修館書店, pp.90-152, 2015

柏の葉ウォークアブルデザインガイドライン（概要版）

柏の葉国際キャンパスタウン構想委員会 健康まちづくり部会

(UDCK / 千葉大学予防医学センター健康都市・空間デザインラボ / 三井不動産 / メディカクラウド / 花王)

平成 30 年 2 月



柏の葉アーバンデザインセンター [UDCK]
〒277-0871 千葉県柏市若柴 178-4 柏の葉キャンパス 148-4
東京大学柏の葉キャンパス駅前サテライト 103
(つくばエクスプレス柏の葉キャンパス駅西口徒歩 1 分)
TEL: 04-7140-9686 E-mail: info@udck.jp

詳細は WEB サイトをご確認下さい
<http://healthanddesign.com/Projects/walkable/>

