I-13

ランニングによるまちづくり計画に関する研究
- 健康的なまちづくりへの新たなコンテンツの事例と課題 -

Study on the town development plan by running
Examples and challenges of new content to a healthy town development

○田中和幸[1]，今村雅樹[2]，山﨑誠子[3]
*Kazuyuki Tanaka[1], Masaki Imamura[2], Masako Yamazaki[3]

Recently, the population of the running has increased. Is it easily performed town the running by the increase of facilities related to the running. This study, conducted a survey of the city park and running facility, to analyze the changes in the runner of the behavior and the surrounding environment. Because it is to find the trend of such challenges and characteristics of the running environment in the city. And, to clarify the characteristics of the town planning content by running.

1. 研究背景と目的

2020 年の東京オリンピック・パラリンピックやスポーツ庁の発足に伴い，スポーツ基本計画 (1) の策定やスポーツがより身近に感じるまちづくりが行われている．健康ブームもありランニング人口は 2006 年からから比較して 403 万人増え，推定 1009 万人 (2) と言われている．人口の減少に反してランニング人口は増えている要因として考えられるのが，2007 年から開催されている東京マラソンであり，東京都内をトップ選手と一般選手が一緒に走ること，メディアで多く取り上げられたことにより関心が高まった．現在では品川シーズンテラスや新宮下公園等整備事業などでランニングを開発計画のコンテンツの一つとして取り入れたまちづくりが増えてきている．

そこで本研究ではランナーの行動を調査分析し，都市のランニング環境の課題や特性などによる傾向を見出し，ランニングというまちづくりコンテンツの特徴を明らかにすることを目的とする．

２．既往研究

都市公園のスポーツ推進まちづくり計画に関する論文は多く取り上げられているが，ランニングに関するまちづくりの研究は少ない．また，ランナーの行為を分析し，明らかにしたものはあるが，ロッカーシャワー施設やショップ，カフェを取り入れたランナーを取り込んだまちづくりに関する研究したものなかった．

3. 現地調査

3−1 調査目的と方法

ランナーの集まる皇居と都内の都市公園 7 ヵ所現地調査を行い，公園デザイン，整備状況，ランナーの数などを調査する．都市を走るランナー状況と公園や道路などの景観、周辺施設の現状と課題を明らかにする。

3−2 皇居の調査結果と考察

皇居ではランナーの人口が増え，接触事故などの問題が起きている．行政は安全な利用基準を策定し解決しようとしている．皇居では一日に 1 万 4000 人ほど利用しており，週末ではランナーの利用が激しい．平日は夕方からのランナーと周辺施設利用が多いが休日は午前中から昼にかけてが多い．皇居周辺地域委員会ではランニングの空間的・時間的分散の推進 (3) を図っている．イベントの開催は各施設やネットでの呼びかけで集まり行われており，少ない人数で 50 人～200 人規模のイベントが開催され，スピードを競うものもあるため，歩道の狭いところでは危険性がある．

3−3 都市公園の調査結果と考察

駒沢公園では，ランニング専用道が整備され，ランナーと歩行者，自転車の交差はあまり見られなかったが，他の公園ではランナーが縫うよう走っており，接触などの危険性があった．ランニングの時間は 6～8 時と 19～21 時がピークであり，通勤前後が多くみられた．数人のランナーにヒアリングをしたところ，会社終わりにランニングステーション（以下ランステ）やジムで着替えて温度の下がった時間に来るとのことだった．

また，公園を走る理由として信号がなく止まらずに走れること，緑の多いところがはしりやすいという意見があった．近年では位置情報ゲームの利用者が増え，ランナーも走りづらくなっているという．このことから夜間の公園利用を想定した公園デザインとランニングパスの導入などを行い，スポーツのしやすい公園づくりやまちづくりが必要になると考える．

4. ヒアリング調査（Table1）

4−1 調査目的と方法

ランナーの行動時間とランステとの関係性，施設の

１：日大理工・院（前）・建築　　２：日大理工・教員・建築　　３：日大短大・教員・建築

設備，特徴を調査しランナーの行動分析とランニング施設の傾向を見出すことを目的とする．皇居周辺のランステ５店舗にヒアリング調査を行った．

ランステとはロッカーやシャワーの利用やタオル，シューズなどの貸し出しを行う場所である．近年，皇居を中心にランステの施設が増加傾向にある．東京をはじめ，横浜，大阪，名古屋と全国的に展開している．近年では老舗銭湯もロッカーの貸し出しなどを行い，ランナーへ提供を行っている．

4−2 調査結果と考察

ランステではランニング情報の提供や利用者交流などが確認され，スポーツ企業からの商品の貸出しや販売なども行っていた．健康意識が高まり，飲食関係企業と連携し食堂や健康食品の販売なども行っていた．

施設従業員によると「施設の増加によりランナー数も増加.」「健康維持とブームにより隣接する食堂，カフェの利用も増え，一般の方の利用も見られる.」と述べており，周辺環境の整備やランニング施設や飲食店を併設することでランナーや一般の方の利用増加に関係性があると推測される．また，「東京マラソンの抽選結果後に利用者が増える.」「施設でのイベントが人気で人が集まる.」と述べていた．このことからイベントが開催されることで人々が集まり，イベントで都市の活性化に繋がると考えられる．さらに，「ライフスタイルの変化から夕方に利用する方が多く女性の利用も増えている.」ともあり，ノー残業デーなどの影響であると答えている．現地調査した際に水曜日に走る人が一番多く見られ，ライフスタイルの変化によってランナーの行動もまた変化していると，推測できる．

5. まとめと今後の展開

ランナーの行動は走る環境と周辺施設が影響していると言える．ランナーをサポートする施設に加えて，健康的なサービスを提供する店舗を加えることでランナーや一般の方の利用が増え，都市の活発化要素となることが分かった．皇居ランナーの分散化を図るにはランステや飲食店などの施設が都内全体に広がることで緩和されると考える．健康的なまちづくりの実現にはランニングなどのサポート施設に加え，企業連携による健康意識された飲食店などが必要になり，健康的なまちづくりにスポーツ・ランニングというコンテンツを含んだ計画と，運動を誘発する環境づくり [(4)] が求められる．

今後は公園や都市の整備による日常的なスポーツ活動の増進の事例とスマート・ベニュー [(5)] を取り入れた開発計画事例を調査，分析する．そして日常的なランニング活動と一大イベントによる非日常的なランニング活動から展開するまちづくり計画を見出していく．

【注釈】

スマート・ベニュー：「周辺のエリアマネジメントを含む、複合的な機能を組み合わせたサステナブルな交流施設」を表す造語．本研究では，スタジアム・アリーナ等に着目した多機能複合型交流施設を示すものとする．

【参考文献】

（1）．スポーツ庁：スポーツによる地域・経済の活性化

（2）．株式会社アールビーズ：プレスルームランニングデータ

（3）．皇居周辺地域委員会：まちの魅力向上に向けた道路等の公共空間活用検討会

（4）．原田宗彦：スポーツ都市戦略，学芸出版社，2016 年 3 月

（5）．株式会社日本政策投資銀行：スポーツを核とした街づくりを担う「スマート・ベニュー」

Table 1. hearing survey of Running station

	RunPit	10over9	ラフィネランニングスタイル神田	ラフィネ ランニングスタイル日比谷	Marunouchi Bike & Run
所在地	千代田区一ツ橋1-1-1 パレスサイドビル1F	千代田区神田錦町3-21	千代田区内神田1-8-1 三井ビル1F	千代田区有楽町1-5-2 東宝ツインタワービルB1F	千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビルディング地下1階
営業時間	【平日】7:00～22:00【土日祝】8:00～18:00（7月～9月の土日祝は7:30～19:00）	【平日】7:00～22:00（最終入館21:00）【土日祝】8:00～20:00（最終入館19:00）	【平日】6:30～23:00【土日祝】6:30～20:00	【平日】7:00～23:00【土日祝】7:00～20:00	【平日】6:30～23:00【土日祝】6:30～20:00
ロッカー数	男性64扉　女性62扉	ロッカー［男性60個］契約ロッカー［男性72個］ ロッカー［女性52個］契約ロッカー［女性48個］	男子102扉 女子108扉	男子72 扉女子66扉　荷物預かりロッカー数116扉	男性88扉、女性66扉
混雑時間	平日7時頃と18時～20時　特に水曜日は待ちが出る。休日は10時～11時ごろ　他はまんべんなく来る。	平日19時～20時　水曜日は待ちが出る。休日は9時～10時頃夕方も多くなる。	平日18時～19時頃夕方は200人は来店する。待ちがある。休日は朝～昼3時頃たえずくる。水曜木曜日が多い。月・金は少ない	平日18時～19時頃で水曜が多い。休日は朝9時～11時頃。	平日は19時～20時頃で水曜日が多い。
ピーク時期	9月から増え、11月が多い。シーズンは普段の3割増。	シーズンの入る9月ごろから冬まで	秋は11月ごろ冬は2月ごろ	10月～11月と2月	10月～11月
利用客	男性が多いが女性も最近増えている。男性のほうが多い	初めは男性が多かったが、女性も多くなってきている	男性のほうが多いが、女性も増えてきている。	男性が多いが女性も増えてきている。会社の同僚が多い。	男性が多い。女性も増えてきた。
施設の特徴	駅直結で雨に濡れずにすむ。皇居から一番近く、	食と運動を担う複合施設　ランナーの他一般のお客さんが食堂に訪れる	治療院を併設し、ランナーのコンディショニングもしっかりサポート。	治療院の併設でランナーをサポート。ファイテンコーナーも充実！酸素カプセルなどの健康機器もお試しいただける。	自転車置場としても活用でき、東京駅周辺に通うオフィスワーカーが自転車通勤で活用
イベント	スタッフと一緒にのランインベントや教室を行っている。	火曜日にランイベントを行っている。	イベントは月に5回以上は行っている。ラン教室も	イベントは月に5回ぐらい。	平均週1回のペースで初心者から上級者まで楽しめるランニングイベント
企業連携	ランニング用品のお試しやイヤホン、化粧品の企業とイベントを開催。百貨店やカフェとのイベントも。	現在は行っていないが、検討中	特にしていない	ファイテンの商品お試しや販売を行っている。	ランニングやバイクだけではなく飲料水やタオルの企業さんと連携
その他	auや毎日新聞が提携しているのでランニングポイントが貯まることでグッズや無料券などを配布。	オリンピックの影響なのか利用客は増えた。フルーツジュースの販売など好評である。	一回利用でもしやすい料金と環境です。イベントはスタッフだけでなく、お客様主催などもあります。	一回利用でもしやすい料金と環境です。イベントはスタッフだけでなく、お客様主催などもあります。	アメニティが豊富に用意されている。フリースペースにはマット、ストレッチポールもあり、ランニング前後の身体のケアに利用することができる。