



#ちよくるとは？

千代田区のコミュニティサイクル
短距離・短時間でレンタル利用に最適！

○ちよくるのHPにアクセス
or 無人登録機で会員登録
(1日パスもあり)



○登録したFeliCaカード／ICカードをかざす
or パスコードを取得して借りる！



○近くのサイクルポートに返すだけでOK！



詳しくはHPをチェック⇒
<http://docomo-cycle.jp/chiyoda/>

夜は LIGHT UP ホテルニューオータニ 日本庭園

Hotel New Otani Japanese garden

〒102-8578東京都千代田区紀尾井町4-1/営業時間：6時～22時/入場無料/Tel.03-3265-1111

<https://www.newotani.co.jp/tokyo/garden/>



400年余りの歴史を持つ日本庭園。都会の喧騒を離れ、心行くまで自然を堪能できます。四季折々の花々が咲き乱れ、一年を通してさまざまな表情を表します。



太鼓橋と池の風景は人気のフォトスポット📷
結婚式の撮影をしていることも🌸



庭園を眺めながら豪華なお食事はいかがですか？



ホテルニューオータニ
日本庭園 よりみち

MAP

BROWN Tables



こだわりのコーヒー
をはじめパニーニ
やブラウニーなど
も自家製のお料理
やスイーツを楽し
めます。落ち着いた
雰囲気のカフェ
で一服しませか？



迎賓館 赤坂離宮



明治42年に建設された
ネオ・バロック様式の宮
殿建築物。豪華絢爛な装
飾が施された数々の部屋
を見学し、非日常体験し
ませんか？

※参観有料、10:00-17:00

東京ガーデンテラス 紀尾井町



自然と芸術が融合し
た心癒される空間。
ショッピングやラン
チ、ディナーも楽し
めます。

詳しくは次のページへ

東京ガーデンテラス紀尾井町

Tokyo Garden Terrace Kioicho

千代田区紀尾井町1-2 / 時：9時～21時/Tel：03-3288-5500

<http://www.tgt-kioicho.jp/facilities/garden.html>

四季折々の
花々も必見。

Flower

高さ6mの
『White Deer』
がお出迎え。

Green

「エコロジカルネットワーク」
の役割を果たす豊富な緑。

自然×芸術

豊かな都市の自然と
点在しているアートとの融合が楽しめる憩いの空間。
あなたのお気に入りアートを見つけてみては？

隠れロゴを探してみよう！！

Check! →

東京ガーデンテラス紀尾井町 寄りみち

MAP

ネオ屋台村

ランチタイム。
日替わりで様々
なキッチンカーが
集結。
どれにしようか
迷っちゃう。。



営業日：月曜～金曜/時：11時30分～14時

ホテルニューオータニの庭園

ホテルニューオー
タニ内にある約4万
㎡の広大な日本庭
園。是非訪れたい
スポット。
⇒ 詳しくは
P.3へ！！



清水谷公園

都会の忙しさを
忘れさせてくれ
る自然の空間。
緑に癒されなが
らのランチタイ
ムはおススメ。



Benkei Fishing Club

弁慶濠でポート
や釣りを気軽に
楽しむことが
できるスポッ
ト！
都会での釣りを
楽しんでみて
は？



定休日：水曜/時：9時～18時 Tel : 03-3238-0012

新丸ビル テラス

〒100-6590 千代田区丸の内1-5-1

Shop：平日・土 11:00～21:00／日祝 11:00～20:00

※一部店舗により異なります

Restaurant：平日・土 11:00～23:00／日祝 11:00～22:00

※一部深夜まで営業

Tel. 050-3374-2989

年中無休 ※店舗により異なります

Access：

JR東京駅 丸の内中央口より徒歩1分／丸ノ内線東京駅 直結／千代田線二重橋前 丸の内駅徒歩2分／三田線大手町駅 直結／東西線大手町駅 徒歩4分／半蔵門線大手町駅 徒歩8分／有楽町線有楽町駅 徒歩11分
※無料巡回バスあり

<https://www.marunouchi.com/building/shinmaru/>

自分が好きな景色を
探してみよう！！

コの字型のテラスは
東京駅側
行幸通り・丸ビル側
丸の内仲通り・皇居側
の3パターンの景色を
見ることができます

7階テラス

持ち込みが可能なので
テイクアウトしてここで食べるのもオススメ！
都会の風を感じながら、ランチをしてみては？
夜には東京駅のライトアップが見られます。
天気の良い日には富士山が見えるかも。



和田倉噴水公園

噴水が日没～20時まで(夏季は21時まで)ライトアップされています。ライトはすべてLEDで省エネな上、水のモニュメントが多くある綺麗な公園です。

千代田区居外苑 3-1
03-5224-6062
Restaurant 営業時間
: 11:00～17:00
ディナーは要予約

<http://www.w-funsuikouen-r.com/>

和田倉噴水公園

和田倉噴水
ストラン



© Marunouchi Brick Square

P.9へ→



OOTEMORI

地上に出ると、「大手町の森」が。ここで休憩もありますが、ちよくるを借りてサイクリングするとよりリフレッシュできますよ!

<http://www.ootemori.jp/index.php>



千代田区大手町1-5-5
営業時間: 11:00～21:00

新丸ビル テラス よりみちSpot

丸ビル

千代田区丸の内2-4-1

03-5218-5100

営業時間

Shops: 平日・土 11:00～21:00

／日・祝 11:00～20:00

Restaurants: 平日・土 11:00～23:00

／日・祝 11:00～22:00

<https://www.marunouchi.com/building/marubiru/>

5階テラスと35階の展望フロアの2ヶ所のView Spotが見どころ。丸ビルに行ったら必ず2ヶ所行ってみよう!

丸の内通り



新丸ビル

4a(丸の内線)

東京駅中央口

東京駅

丸ビル

丸の内郵便ビル店

三菱商事ビル

ローソン 丸の内二重橋前店

Marunouchi BRICK

〒100-0005 千代田区丸の内2-6-1

Shop：平日・土 11:00～21:00／日・祝 11:00～20:00

Restaurant：平日・土 11:00～23:00／日・祝 11:00～22:00

※一部飲食店は深夜まで営業

Tel. 03-5218-5100

年中無休 ※店舗により異なります

Access:

JR東京駅 丸の内南口より徒歩5分／JR有楽町駅 国際

フォーラム口より徒歩5分／丸の内線東京駅 地下道直

結／千代田線 二重橋前丸の内駅 徒歩3分／有楽町線有

楽町駅 徒歩5分

※無料巡回バスあり

<https://www.marunouchi.com/building/bricksquare/>



このお店の間を
抜けると…?



植物で埋め尽くされた丸柱

×

庭園の中心にある噴水

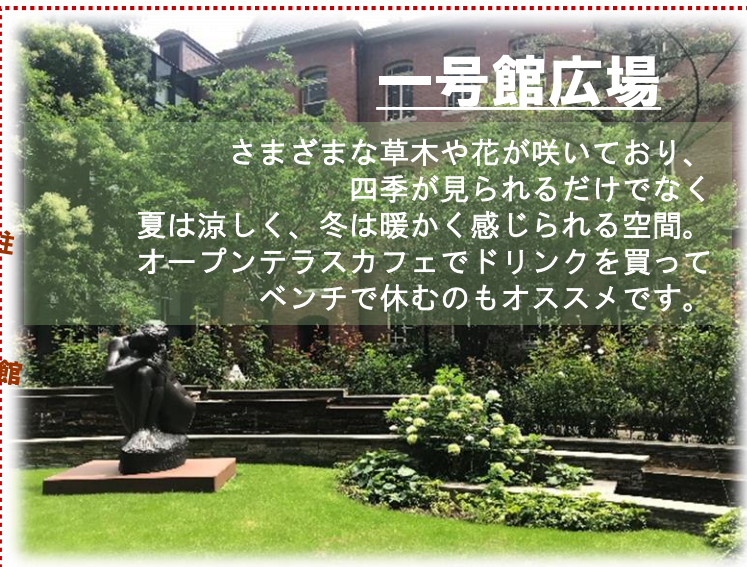
×

赤レンガ造の三菱一号館美術館



一号館広場

さまざまな草木や花が咲いており、
四季が見られるだけでなく
夏は涼しく、冬は暖かく感じられる空間。
オープンテラスカフェでドリンクを買って
ベンチで休むのもオススメです。



Marunouchi Brick よりみちSpot Square

CACAO SAMPAKA

丸の内本店

カカオチョコレート
のお店。
濃厚なジェラツカ
カオソフトクリーム
をぜひ堪能あれ。運
が良ければお得に食
べれるかも？



千代田区丸の内2-6-1
丸の内ブリックスクエア1F
Tel. 03-3283-2238
営業時間：11:00～20:00

<http://www.cacaosampaka.jp/home.html>

◎日比谷公園

シーズンごとにイベント開催！

◎東京ミッドタウン日比谷

2018年3月オープン

都心の緑地を上から見てみよう！

P. 11へ➡

◎新丸ビル テラス

P. へ➡



KITTE ガーデン

KITTEの6F屋上庭園。
東京駅・丸の内を一望できる
スポット。

何ととっても夜景は格別。仕
事終わりに一服、夜遅くまで
空いているので行ってみると
リフレッシュできそう。



千代田区丸の内2-7-2
Tel. 03-3216-2811
営業時間：11:00～23:00
(日祝 11:00～22:00)

<http://jptower-kitte.jp/>

東京国際フォーラム

7階展望ラウンジや
異次元空間を楽しめる
ガラス棟ラウンジが
あり、人も少ない穴場
Spot！

千代田区丸の内3-5-1
Tel. 03-5221-9000 (代表)
開館時間：7:00～23:30

<https://www.t-i-forum.co.jp/>

Hibiya park

〒100-0012 千代田区日比谷公園1-6

Tel:03-3501-6428

営業時間: 常時開園

料金: 無料(一部有料施設あり)

アクセス:

東京メトロ丸ノ内線・千代田線[霞ヶ関],
東京メトロ日比谷線・千代田線[日比谷]下
車A10,A14出口すぐ

JR山手線[有楽町] 徒歩8分

<https://www.tokyopark.or.jp/park/format/facilities037.html>

日本初の「洋風近代式公園」
野外音楽堂や公会堂があり、季節ごとにイベントも
行われている



Tokyo Midtown Hibiya

〒100-0006 千代田区有楽町1-1-2

営業時間 ショップ 11:00-21:00 レストラン11:00-23:00

アクセス

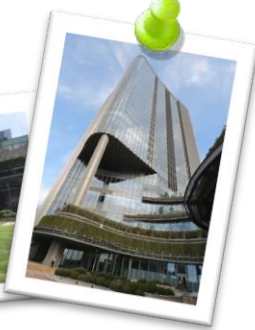
東京メトロ千代田線・日比谷線・都営地下鉄三田線「日比谷駅」直
結

東京メトロ有楽町線「有楽町」駅直結

JR山手線・京浜東北線「有楽町」徒歩5分

2018年3月29日に誕生した、地上35階・地下4階の
商業施設！

多くのショップがあり、ランチやディナーなども
楽しめる。さらに、屋上に緑地があり都会の人々
の憩いの場となっている。



日比谷公園&東京ミッドタウン日比谷



添好運

美食の都、香港
でミシュラン
一つ星に輝く
香港点心専門
店！



営業時間 11:00-23:00 日曜営業

Cafe & Meal MUJI

自分の好きなおか
ずが選べるヘル
シーランチが食べ
れる！



営業時間 06:30-22:00

Granny Smith



おばあちゃん
の味をコンセ
プトとしてい
るアップルパ
イのお店！



営業時間 11:00-9:00

新宿御苑



〒160-0014 東京都新宿区内藤町11

Tell→03-3341-1461

開園時間→9:00～16:30(最終入園16:00)

休園日→毎週月曜日

入園料→一般200円 * 小中学生50円

幼児無料

アクセス→新宿門 新宿駅南口より徒歩10分

大木戸門 新宿御苑前駅出口2

より徒歩5分

千駄ヶ谷門 千駄ヶ谷駅より徒歩5分

HP→<http://fng.or.jp/shinjuku/>



新宿御苑は、絶滅危惧植物の生息域外保全に取り組んでいます。世界的に絶滅が危惧されている植物や日本国内で絶滅が危惧されている植物、また日本固有の植物の種子を保存しています。レッドリスト記載種の約140種)について、温室などを活用した栽培を行っています。

四季折々の風情と豊かな自然の触れ合い、語り合える新宿御苑はまさに

都心に残された貴重なオアシス！！

📍絵をかいたりピクニックをしたり自分なりの過ごし方をしてみては？

新宿区・渋谷区に跨っており、広さ58.3ha、周囲3.5km。明治39年に誕生。江戸時代には信州高遠藩主内藤家の屋敷があった。ユリノキ・プラタナス・ヒマラヤシーダー・ラクウショウなどの巨樹が独特な景観を形づくっている。



新宿御苑 よりみち MAP

新宿駅周辺
NEWoMan、新宿ミロード
ルミネ新宿などなお買
い物できるお店がたくさん！！

camp

野菜をふんだんに
使ったカレーはヘル
シーさ満点。スプー
ンはスコップの形を
し、お冷は水筒に
入っており、まるで
キャンプをしているか
のような気分です食
事を楽めるユニーク
なお店である。



営業時間：11:30～23:00
TEL:03-5411-0070

東京おもちゃ美術館

世代を問わず楽し
めるおもちゃを、手
に取って遊ぶこと
ができる施設です。
戦前に建築された
旧校舎を活用した
10の教室で楽しむ
ことができます！！



営業時間：10:00～16:00
料金：おとな800円
こども500円

BRENTWOOD TERRACE

ビーチを連想させ
るブルーが随所に
見られ、西海岸の
空気感を味わう事
が出来ます。墓に
も緑にもたくさん
囲まれています。春
特別なひと時をお
過ごしください♪



営業時間：11:00～23:00
TEL:050-5593-6769

北の丸公園

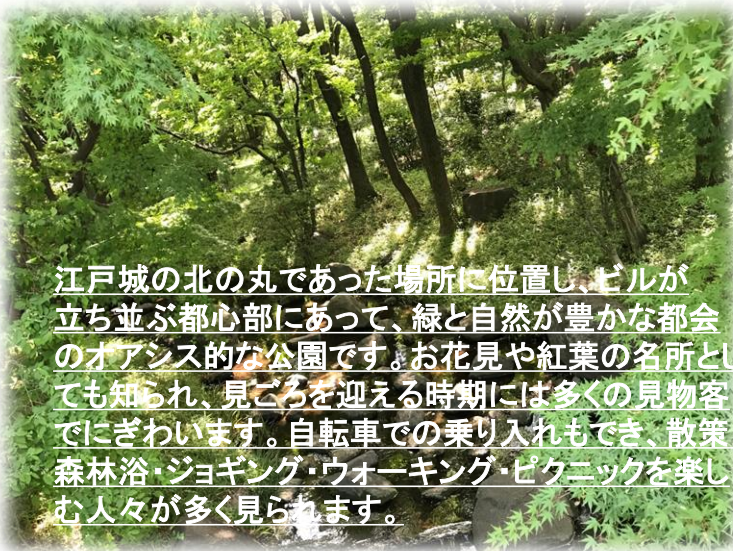
〒102-0091 東京千代田区 皇居に隣接する国民公園

Tell→03-3211-7878

アクセス→九段下駅2番出口より徒歩5分

竹橋駅1b出口より徒歩5分

HP→https://www.env.go.jp/garden/kokyogaien/1_intro/his_08.html



江戸城の北の丸であった場所に位置し、ビルが立ち並ぶ都心部にあって、緑と自然が豊かな都会のオアシス的な公園です。お花見や紅葉の名所としても知られ、見ごろを迎える時期には多くの見物客でにぎわいます。自転車での乗り入れもでき、散策・森林浴・ジョギング・ウォーキング・ピクニックを楽しむ人々が多く見られます。

グリーンアドベンチャー

北の丸公園には設問パネルを巡りながら、書かれたヒントと目の前にある実物の木を見て 樹木名を当てる自然学習ツールがあります！自然の中で実際に五感を使って植物と触れ合うことができます。公園に行った際、グリーンアドベンチャーコースを活用して、自然観察をお楽しみください！！



👉 季節によって様々な植物や動物を観察することができます👉



北の丸公園 よりみちMAP

千鳥ヶ淵の桜並木

ソメイヨシノのオオシマザクラなど約260本の桜が皇居西側700mにわたって、咲いてます。まるで桜のトンネルを歩いているような体験ができます🌸



カフェ・ミエル

アンティークの木馬や雑貨でお店が満たされており、落ち着いた雰囲気のカフェです。ハバターが乗った個性的なミエルコーヒーがおすすめです！！



コンサートまでの空き時間
にふらっとよってみて
はいかがですか😊

TEL:03-3262-8878
営業時間:9:00~23:00
定休日:日曜日、祝日

ザ・フォレスト北の丸

北の丸公園の緑に包まれたおしゃれなカフェ・デリです！人にやさしい・自然にやさしい食の提供に取り組み、千代田区の「お客様の健康づくり協力店」に認定されています☆オムライス、カレー、パスタなどのランチメニュー、自家製サンドイッチ、ハンバーガーなどメニューがとても豊富です！！



TEL:03-3214-3730
営業時間:8:30~17:00

北の丸公園

法政大学高田ゼミ 緑地自然班

こんにちは☺

法政大学人間環境学部高田A4
ゼミの緑地自然班です！

私たちは千代田区にある緑地を
巡り、自然の魅力を多くの方に
していただきたく、日々活動をし
ています！このマップも私たち
が活動の中で独自に作りまし
た！！

日々のお仕事などで、疲れがた
まってしまう方は、お休みの
日は『ちよくる』に乗って緑地
を巡り、自然に癒されるてリフ
レッシュしてみてください☆





法政大学人間環境学部
高田ゼミ 緑地自然班

【緑地調査・冊子作成】
堀川 中島 森岡 伊藤 田中