

## ● 制作

# 都市を読む身体

## —覚醒から没入へ導く摩擦による、背景化された都市の余白空間の再編—

A study on The Body That Reads the City -The reorganization of the backgrounded urban margins through friction that guides from awakening to immersion-

長野 鷹之介 園芸学研究所 環境園芸学専攻 ランドスケープ学コース (主指導教員: 章 俊華)  
NAGANO Takanosuke

### 1. 研究の背景と目的

近年、日本の大規模再開発は、舗装・サイン計画・動線整理に加え、情報ノイズや障害物の除去などを通じて、安全性・効率性・予測可能性の高い都市環境を実現してきた。さらに、デジタル技術の普及によって移動は確実に快適になった。その一方で、都市の歩行体験の中で、環境の変化に身体的に呼応する機会は失われつつあるのではないかと。都市の最適化は、環境の変化に応じた減速・回避といった身体を介した読み取りや、光・触感などの微細な差異を手がかりに場を捉え直す契機を弱め、移動が無意識的な処理として完結しやすい。外部刺激の乏しい通過空間では意識が環境へ開きにくく、体験が個人的記憶として定着しないまま空間が背景化し、環境への没入や場所性の生成が起りにくくなる可能性がある。

以上を踏まえ本研究では、最適化が進む現代都市で排除されつつある「環境との身体的関わり」を再評価し、背景化した通過空間を没入と場所性を伴う経験の場として再生することを目的とする。本研究では、段差などの物理的摩擦と見え隠れなどの情動的摩擦を、「環境からの問い」として捉え、排除されてきた「摩擦」が没入と場所性を促す要素となりえる可能性に着目する。東京都千代田区丸の内地区を対象地とし、都市に内在する空間要素を素材として抽出し、背景化した都市の余白空間に新たな価値をもたらす空間提案を行う。

### 2. 調査・分析の方法

本研究では、摩擦を身体性回復のための設計言語として翻訳するべく、以下の3段階の調査・分析を行った。

#### ① 馴化と意識の逸脱

現代都市において歩行体験が無意識化する要因を文献から検討し、馴化や意識の逸脱によって注意・覚醒水準が低下するメカニズムを整理した。

#### ② 行動制御課題の類型化とポジティブに転換する摩擦

メルロ＝ポンティの身体論を背景として摩擦の役割を再定義し、摩擦が歩行者に課す行為制御を A～G の 7 類型として分類したうえで、ストレス理論・行動研究の知見に基づき、摩擦がポジティブに受容される条件

と拒絶される条件の分岐点を評価軸として設定した。

#### ③ 4段階の体験プロセス

反射的反応から探索・没入を経て場所性が顕在化するまでの過程における摩擦の働きを整理し、「覚醒→探索→没入→場所性の生成」の4段階体験プロセスモデルとして構築した。また、各フェーズにおいて摩擦が果たす役割と空間操作を体系化した。

### 3. 調査・分析の結果

#### ① 馴化と意識の逸脱

人は外からの刺激物に対し、頭や体を無意識に刺激方向へ向ける「定位反射」を持つ。無意識的反応ではあるが、環境(外)へ注意を向けるきっかけとして作用する。しかしながら、定位反射は新規性に依存しており、平滑で特徴のない舗装や、列植された街路樹などのような類似性のある刺激には徐々に慣れていく(馴化)ため、変化の乏しい環境では外界へ注意を向ける機会は減少する。

また、外界からの刺激が弱い場合では意識が内側に向きやすく(内的思考への逸脱)、内的思考への反芻はポジティブに働く場合もあるものの、多くの場合は幸福感の低下や不安などの心理的問題との関連があることも示されている。<sup>(1)</sup>

大塚・関口(2016)は内的思考への逸脱と外的刺激の関係性について研究し、外的刺激が思考の逸脱への気づきを促し、注意を再び対象へと引き戻す可能性を示唆した。この点を踏まえ、都市空間における摩擦によって、注意を環境(歩行体験)に引き戻すことが可能であると考えられる。

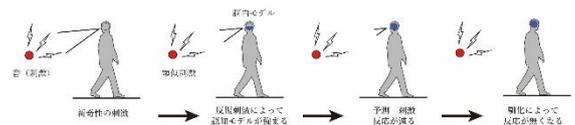


図1 同一刺激(類似刺激)の反復による馴化メカニズム

#### ② 行動制御課題の類型化とポジティブに転換する摩擦

人は歩行中に能動的に進路を選び取っているようであり、舗道のわずかな傾き、凹凸、狭さ、段差、明暗の変化という

た環境条件によって、意識的判断を介さずに減速・回避・姿勢変化などを促されてもいる。メルロポンティの身体両義性にに基づき、人が環境を一方的に操作するのではなく、環境から働きかけられながら行為を選択しているということを踏まえ、「摩擦」は知覚-運動-判断の連鎖を再起動させる「環境からの問い」として位置づけられる。

そのうえで、環境が人に課す課題（環境からの問い）を以下の7つに分類し、典型的な物理条件と身体応答（減速・回避・姿勢変化・注視など）を対応づけた。

- A: 通過制御（通過可能性の判断）
- B: ステップ制御（足の置き場・足上げ）
- C: バランス制御
- D: 進路制御（進路再計画・回避）
- E: リズム制御（テンポ中断・再開）
- F: 視界制御（先読）
- G: 休止・支持制御

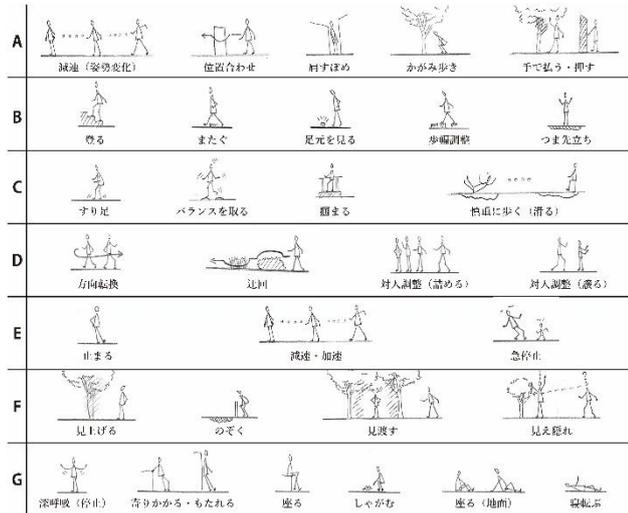


図2 行動制御から考えられる行為

同じ摩擦でも、体験の質はポジティブにもネガティブにも反転しうるため、摩擦がポジティブな体験として受容される条件について調査し、①意味（利得の予感）②解決可能性と選択の余地③バッファ（回復余地）の3つの評価軸を導出した。

③4段階の体験プロセス

4章では、摩擦を起点として身体的関与が深化するプロセスを、「①覚醒（反射的応答）→②探索（環境との再接続）→③没入（感覚の開放）→④場所性の生成（記憶の定着）」という4段階の体験プロセスモデルとして構築した。摩擦が①外界への注意と覚醒を起動するスイッチとなり、②解決可能な問いとして好奇心を喚起して探索へ移行させ、③身体的制約と環境との適合性によって没入を成立させ、④経験を記憶のアンカーとして定着させて場所化へ至るまでのメカニズムを整理し、各フェーズにおける空間操作を体系化した。

表1 体験プロセスと摩擦の役割及び空間の条件

通称状態	摩擦の役割	空間体験の深化	空間操作
①反射的応答・覚醒	身体が深く、行為選択が促される	予測と不安・不安定感・強化しやすさ・内省思考へ促れる	「手がかり」が一定・ホールドで遅延・ボディ・体面・着・着座が固定
②探索的行動（環境との再接続）	不安定な状態としての問い	不一致・不安・好奇心の点火・探索的スイッチ（開き・動作）	「手がかりを換す不確実性」
③没入（感覚の開放と心身同調性）	注意を身体操作へ収束する	身体的な身体制約で今と異なる	「制約+過剰+ノイズ抑制」
④場所化（心理的所有）	状況変化・変異・回復を促すアンカー	「手がかり」の再発見・多義性・多義性・多義性・多義性	「アンカー設計」

4. まとめ

調査結果により、身体的な環境との関わりが減少している都市空間において、どのようにして人が環境と関わり、自身の身体的感度（環境と関わるための関心や感覚）を高めながら、都市の背景化された空間において場所性を見出していくかということ、4つのフェーズに分類し、整理することができた。

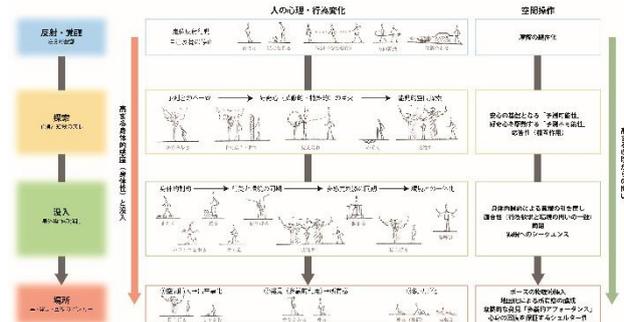


図4 体験プロセスと身体の関係

引用文献

1. 印部仁博. メルロ=ポンティにおける生きられた物の充実と実在性について. メルロ=ポンティ研究. 2023年. 27号. p. 1-19.
2. 村瀬鋼. 身体の二つの現象学 —メルロ=ポンティとアンリ. メルロ=ポンティ研究. 2023年. 27号. p. 111-131.
3. 三橋美典, 美濃哲郎, 水野高太郎, 宮田洋. 定位反射の自律反応成分の馴化 —その展望. 心理学評論. 1974年. 17巻. p. 179-202.
4. 大塚翔, 関口貴裕. 外的刺激によるマインドワンダリング生起への気づき. 認知心理学研究. 2016年. 13巻. p. 81-91.

## 5. 設計提案

### 5-1. コンセプト

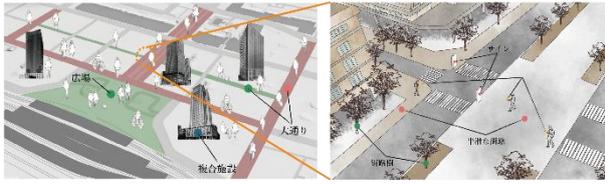


図5 現状の丸の内イメージ図

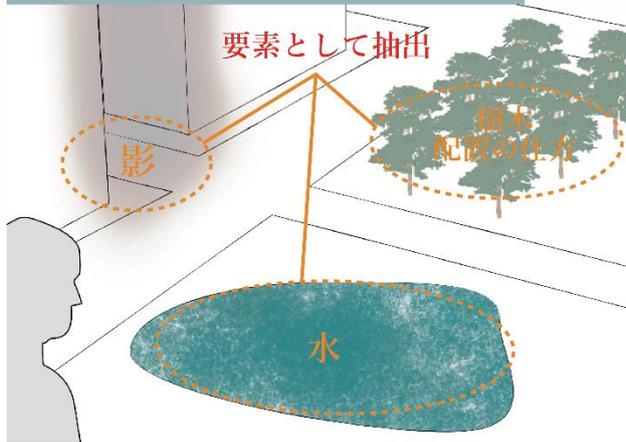
対象地域は東京都千代田区丸の内地域で、設計対象地は丸の内地域内にある歩道上空地計4つである。東京駅・仲通り・皇居などのランドマークと、複合施設が高密度に建てられている地域において、ビルの隙間にある歩道状空地は、歩行体験において最も背景化する場所であると考えられる。

主動線の脇で背景化しやすい歩道状空地において、「①覚醒→②探索→③没入→④場所性の保有」という段階的な空間経験を生み出し、この一連の流れを通じて都市生活者に「短時間で注意や気分を切り替えられる回復機会」「都市への帰属感や自分事化（心理的所有）」をもたらすことを目指す。

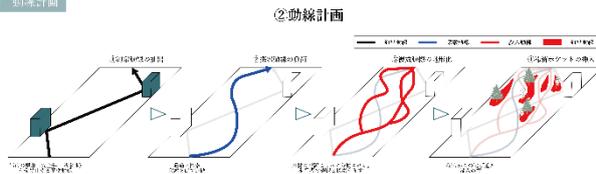
丸の内地区のサラリーマン達の出勤前・退勤後の少しの時間で心を切り替える空間。お昼休みに訪れる自分だけの心安らぐ場所を創出するとともに、提案する空間で得られる身体性の回復によって、街の中で背景化されていた空間に再び光がとれる。

### 5-2. 設計手法

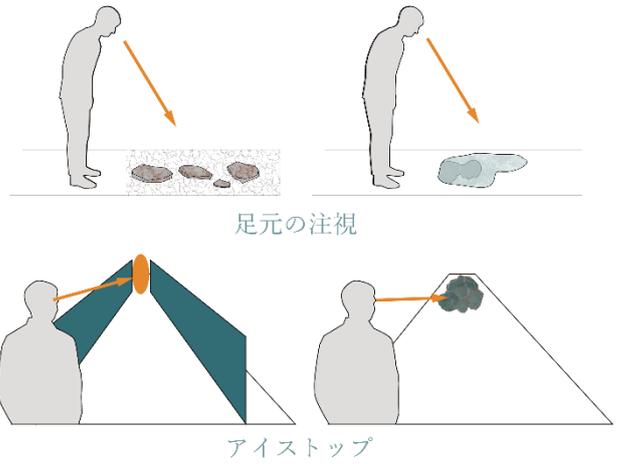
#### ① 敷地調査と主役素材の選定



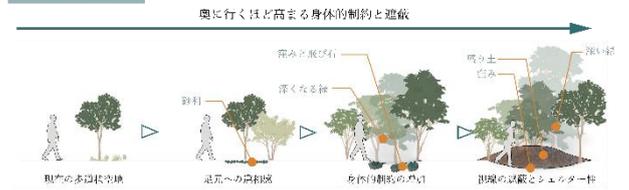
#### ② 動線計画



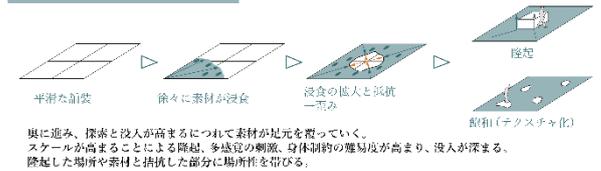
#### ③ 覚醒の摩擦（寄り道を促す）



#### ④ 身体制約と遮蔽



#### ④ 素材の勾配（密度とスケール）



奥に進み、探索と没入が高まるにつれて素材が足元を覆っていく。スケールが高まることによる隆起、多感覚の刺激、身体制約の難易度が高まり、没入が深まる。隆起した場所や素材と拮抗した部分に場所性を帯びる。

#### ⑥ 利得の操作

場所性を「再訪理由」として残すとともに、記憶に残すことを目的とする。

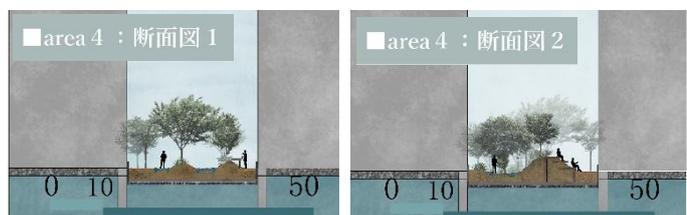
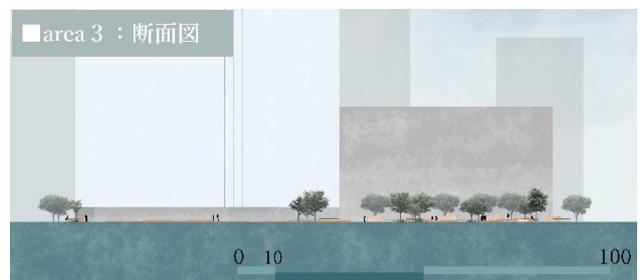
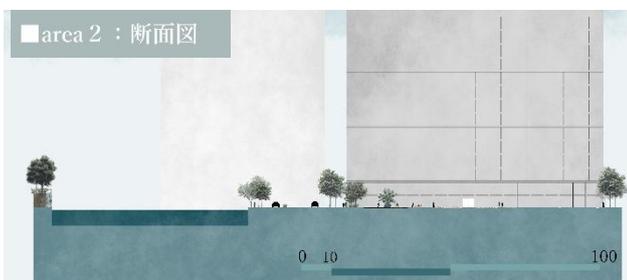
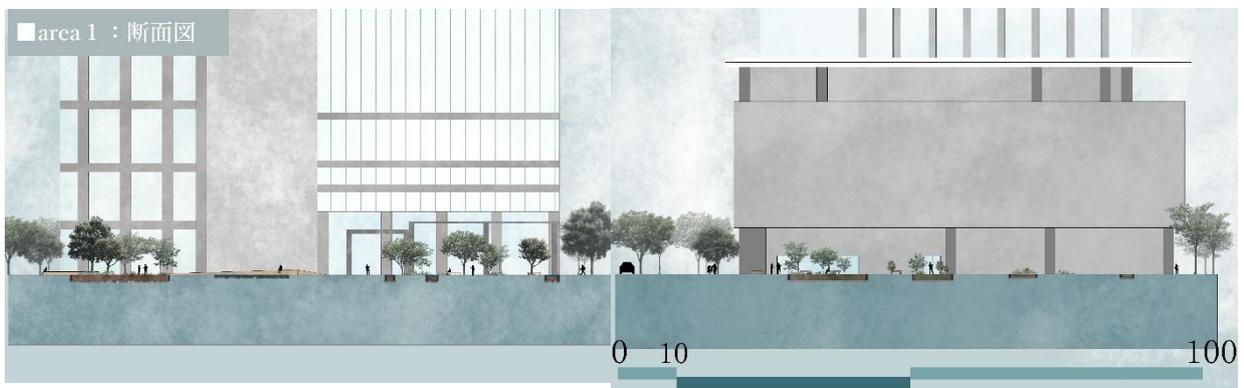
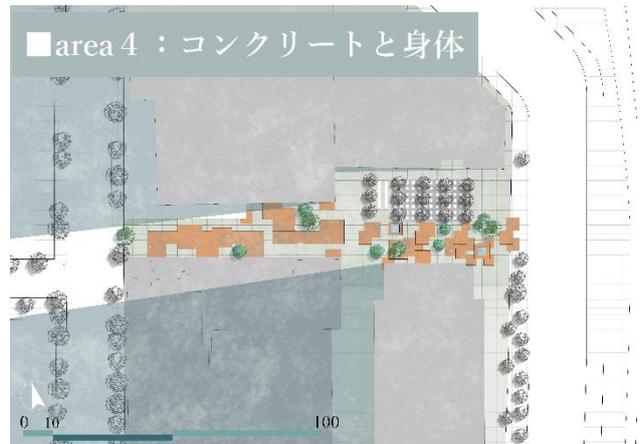
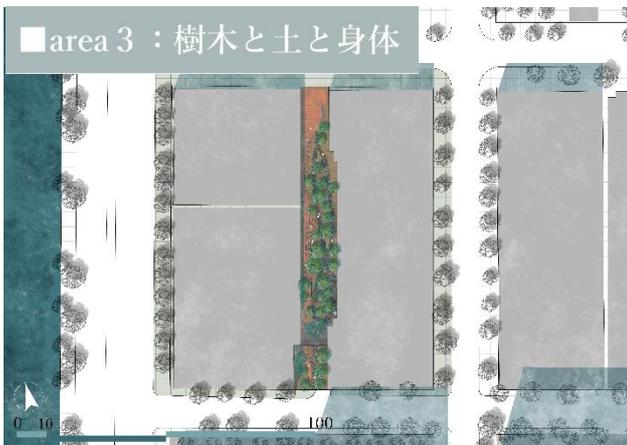
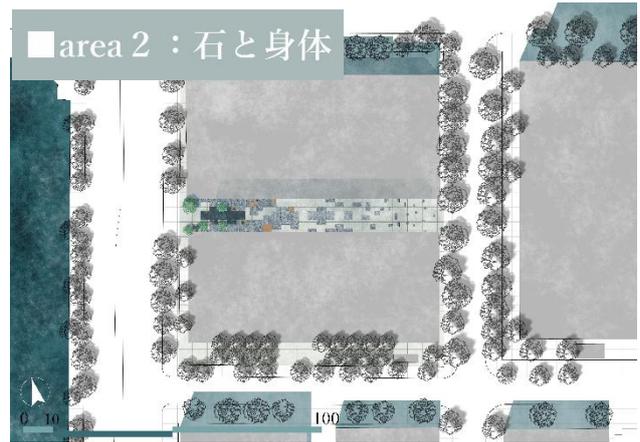
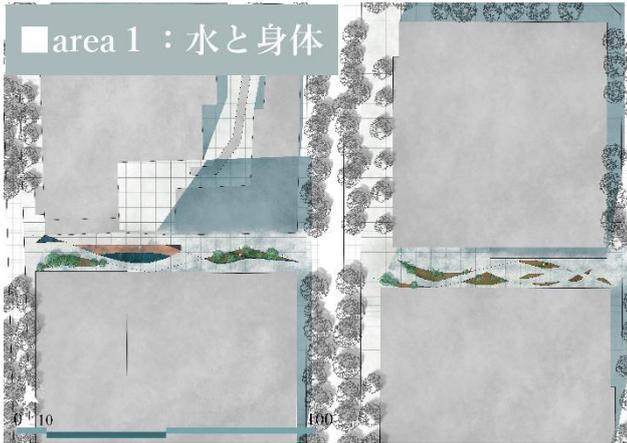
##### 1. 多義的アフォーダンス

単一の使い方ができない空間ではなく、座る・寄りかかる・上るなど様々な行動を許容し、その時の気分や状況に応じて自分なりに空間の使い方を見出させることで場所性につながる。

##### 2. 利得の種類

- ① 居場所の利得（落ち着けるシェルター性や自分が見出した空間）
- ② 視点の利得（見下ろす・見上げる）
- ③ 現象の利得（雨による反射、水の痕跡、影が作る境界）

5-3. 設計提案



(主査：霜田 亮祐，副主査：章 俊華，木下 剛)