

各 位

2026年9月8日
株式会社インプレス

デジタルから「ウェルビーイング」へ。メガシティ東京の未来図を描く
『東京計画 2030 テクノロジーが人間性を更新する都市の設計論』を
9月9日（水）に発売

インプレスグループでIT・デザイン関連メディア事業を展開する株式会社インプレス（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：高橋隆志）は、『東京計画2030 テクノロジーが人間性を更新する都市の設計論』を2026年9月9日（水）に発売いたします。



■スマートシティの次なるステージ「ウェルビーイング」へのシフト

2010年代以降、スーパーシティ構想やデジタル田園都市国家構想など、国や自治体によるスマートシティの取り組みが全国で進められてきました。こうしたスマートシティの次なる発展において重要なのは、先進的な技術を導入すること自体ではなく、その技術によって住民の暮らしがどれだけ豊かになり、幸福度が向上するかという点であるという考え方から、現在、都市開発の焦点はデジタルによる「効率化」から、住民の幸福度（QOL）向上を目指す「ウェルビーイング」へと大きくシフトしています。社会実装が進む中で、「どうすれば住民にデータ活用を受け入れてもらえるか」「都市の幸福度をどう測るか」という人間側の心理や合意形成に対する具体的な指針が、今まさにマーケットや社会から強く求められています。

■メガシティ「東京」をショーケースに、人間中心の4つの未来戦略を提言

本書は、東京大学と日立製作所による「日立東大ラボ」が行ってきた調査研究を書籍化したものです。世界有数のメガシティである「東京」をショーケースとし、防災、交通、グリーン化、労働、医療、教育など多岐にわたるデータから「東京の今」を精緻に分析。そのうえで、「アーバンウェルビーイング」「イノベーションクラスター」「東京24区（サイバー特区）」そして「スローデジタル東京」という、効率のみを志向したデジタルに偏らない人間中心の新たな思想に基づく4つの戦略を提言しています。

本書を読むことで、国内最大の都市である東京の事例を通じ、最先端のスマートシティコンセプトとその社会実装に向けたプロセスを体系的に学ぶことができます。次世代のまちづくりを牽引する自治体関係者や、新規事業を企画するIT・インフラ関連企業のビジネスパーソンにとって、技術と人間の幸福が調和する具体的な都市像を描き、自らの都市計画や提案資料に直接活かせる実践的なヒントが得られる一冊です。

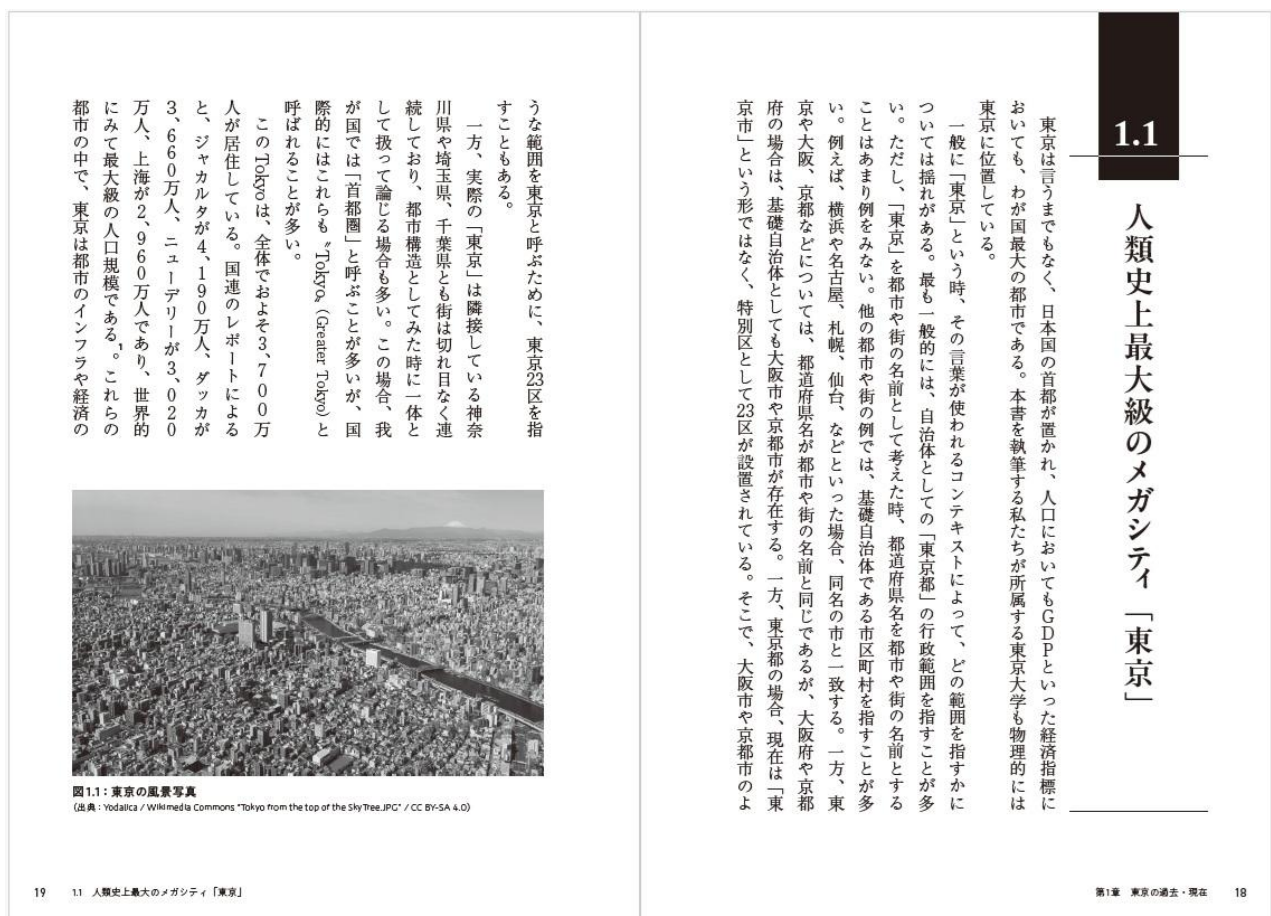
■本書は以下のような方におすすめです

- ・ スマートシティ関連の新規事業や提案に携わるITベンダー、コンサル、インフラ事業者の方
- ・ デジタル田園都市構想や都市計画を担当する地方自治体の企画・デジタル部門の方
- ・ 「スローデジタル」「東京24区」「都市OS」など、最新の都市・テックトレンドを把握したい方
- ・ テクノロジーと人間の幸福が調和する未来の社会像に関心があるアーリーアダプターや学生の方

■本書の構成

- ・ 第1章 東京の過去・現在：メガシティ「東京」形成の歴史を紐解きながら、都市計画におけるビッグピクチャーの系譜と、スマートシティの本来の定義を解説します。
- ・ 第2章 データで考える東京の今：地理的特徴や人口動態から、防災、交通、環境、働き方、医療、教育、ダイバーシティまで、多岐にわたるデータを用いて東京の現状と課題を精緻に分析します。
- ・ 第3章 東京計画 2030：4つの戦略：分析を踏まえ、都市をアップデートするための具体的な4つの提言を展開します。都市が善き状態にある「アーバンウェルビーイング」、イノベーションを生み出しやすい生活圏「イノベーションクラスター」、データとAIで市民に寄り添う完全オンライン自治体「東京24区（サイバー特区）」や、テクノロジーによって人々の生活にゆとりと豊かさを生む「スローデジタル東京」など、具体的な未来像を提示します。
- ・ 第4章 テクノロジーが人間性を更新する都市へ：名著「東京計画1960」の問いをデジタル時代に置き直し、人口減少など縮小する日本社会におけるこれからの東京の設計原理と、テクノロジーを通じた人間性の回復について総括します。

■紙面イメージ



第1章では「東京計画2030」に至る背景や歴史的経緯、鍵となるスマートシティとは何かを提示します。

現代は、EBPM(Evidence-Based Policy Making)の時代である。国や自治体から提供されている多くのデータで、都市の「今」を考えることができる。2021年に施行された、「官民データ活用推進基本法」では、国および地方公共団体に対し、国民が官民データを容易に利用できるようにするための措置を講じることが定められており、自治体によるオープンデータ化の取り組みが促進されている。国においては、G25データポータル(<https://data.gov.jp/index>)で公開されており、東京都においては、東京都オープンデータカタログサイト(図2・1)で公開されている。さらに、東京都はTDPF(東京データプラットフォーム)(図2・2)によって、オープンデータ以外のデータの連携・共有もおこなわれている。もちろん、東京を知るためには、政府自治体のような公的機関が提供するデータだけでなく、民間によって調査公開されているデータが有用なケースもある。



図2.1: 東京都オープンデータカタログサイト
<https://portal.data.metro.tokyo.lg.jp/> (2026年7月9日最終閲覧)

本章では、「東京計画2030」の12個の重点テーマ(1)都市総論、(2)電子政府・デジタル行政、(3)防災、(4)交通・モビリティ、(5)情報通信、(6)グリーン・カーボンニュートラル、(7)労働環境・働き方、(8)医療・福祉・高齢者、(9)教育・学習、(10)ダイバーシティ・インクルージョン、(11)パブリックライフ、(12)ウェルビーイングに関する重要データをもとに、東京の「今」を捉え、そこから考えられる東京の課題を提示する。なお、本章で扱うデータの主たる内容は東京都(都域)に関するものである。



図2.2: 東京データプラットフォーム (TDPF)
<https://www.tdpf-hp.metro.tokyo.lg.jp/> (2026年7月9日最終閲覧)

2.1

都市総論(東京の基礎データ)

都市の人口動態や地理的条件、土地利用、経済の現状を把握することは、スマートシティ戦

第2章では、現在の東京が取り組んでいるスマートシティを、「東京の今」として論じます。

史上初めて登場した1,000万人都市における、活動と構造の矛盾によって東京が混乱に導かれることが丹下健三により警告され、この矛盾を乗り越えるため「東京計画1960」が提案された。それからさらに65年もの年月が経った2025年は、東京都の人口規模で1,400万人、東京が飲み込んだ首都圏全体の都市の人口規模は3,700万人にも膨張したのである。しかし、これから我が国は、究極まで膨張した風船が破裂するように、急速な人口減とそれに伴う都市の縮小が進行する。私たちの次の世代はこの破裂のような急激な縮小を、なんとか乗り切っていく必要がある。そのために欠かすことができない重要なビジョンと手法が、スマートシティであることは、本書で何度も繰り返し主張してきたとおりである。

そこで、私たちは、2030年までに着手すべき東京のスマートシティによる構造改革の方向を次のように提言する。

- ・提言1…アーバンウェルビーイング
- ・提言2…イノベーションクラスター
- ・提言3…東京24区(東京サイバー特区)
- ・提言4…スローデジタル東京

3.1

提言1…アーバンウェルビーイング

3.1.1 ウェルビーイング指標

2008年にフランスのサルコジ大統領(当時)が設置した「経済成果と社会進歩の計画に関する委員会」が、近年再注目されている。それをきっかけとして、GDPでは捉えられない人々の幸福度・生活満足度(ウェルビーイング)や経済社会の進歩を計測し、政策に活用しようとする取り組みが世界的に広がっている。それを受けてウェルビーイングの計測方法やGDPを補完する指標群についての国際的な基準作りの議論が加速している。

日本政府は「地域における豊かな暮らし」(ウェルビーイング)と「持続可能な環境・社会・経済」(サステナビリティ)を推進することを目的として、地域で暮らす人々の心豊かな生活の向上と持続可能性の確保をめざしている。これまでの街づくりでは、街全体のめざす価値観の明示が不十分であり、目的や取り組みも整合性を欠いていた。地域のウェルビーイングの向上に際

第3章では、スマートシティとして東京の構造改革を実現するための4つの戦略を提示します。

4.1

「東京計画1960」の問いを デジタルの時代に置きなおす

本書『東京計画2030』は、東京大学丹下健三研究室による「東京計画1960」の現代版を作る試みであり、この提案の影響を色濃く受けている。「東京計画1960」は、日本がこれから高度経済成長を続け、人口的にも経済的にも大きく拡大・成長しゆく時代に、東京を先進国にふさわしい形にするための壮大な計画であった。その丹下は、都市と人間との関係について、次のように述べている。

都市と、都市を構成している建築は人間の基本的な環境である。そういう環境は人間社会がつくり出したものであるが、それと同時に、こうして創り出された環境は逆に人間社会に働きかけ、人間自身を形成していく重要な役割を果たしている。そういう意味で都市とか建築とかいうものは、きわめて文化的な表現であり、文明そのものの姿なのである。

——丹下健三（『建築する都市』、学芸会出版、No. 689、昭和40年11月）

ここで述べられているのは、都市が人間の基本的な環境であり、人間がつくり出した環境が、逆に人間に働きかけ、人間自身を形成していくことである。注目すべきは、この「都市と建築」という一節を「デジタル技術」に置きかえても、意味が損なわれないことである。すなわち、デジタル技術は人間社会がつくり出したものであるが、同時に、つくり出されたデジタル技術は逆に人間に働きかけ、人間自身を形成していく。

本書の第1章で述べたように、1960年代には存在しなかった都市課題は多い。グリーン化やカーボンニュートラルといった環境課題、ダイバーシティやインクルージョンの実現、そして都市に住み生活する人々の幸福やウェルビーイングがそれである。これらに加えて、本書がとり着いたのは、1960年代には存在しなかったもう一つの環境、すなわちデジタル技術と、都市と、人間との関係を正面から問うことである。それが「東京計画1960」に対する、本書なりの現代的応答である。

第4章では、これら4つの戦略を貫く設計思想を提示し、人間性を更新する都市の未来像を展望します。

■書誌情報



書名：東京計画2030 テクノロジーが人間性を更新する都市の設計論
 編著：日立東大ラボ
 発売日：2026年9月9日（水）
 ページ数：344ページ
 サイズ：四六判
 定価：2,640円（本体2,400円＋税10%）
 電子版価格：2,640円（本体2,400円＋税10%）※インプレス直販価格
 ISBN：978-4-295-02482-8

◇Amazonの書籍情報ページ：

<https://www.amazon.co.jp/dp/4295024821/>

◇インプレスの書籍情報ページ

<https://book.impress.co.jp/books/1126101024>

■著者プロフィール

日立東大ラボ（ひたちとうだいらぼ）

2016年に東京大学と日立製作所により、社会課題の解決と「Society 5.0」の実現をめざす産学協創の共同研究拠点として設立された。超スマート社会の実現に向け、Well-beingスマートシティの社会実装や次世代エネルギーシステムなど、数十年先の未来を見据えた研究開発と社会提言を行っている。

越塚 登（こしづか のぼる） 東京大学大学院情報学環 教授。
岡田 潤（おかだ じゅん） 東京大学大学院新領域創成科学研究科 特任助教。
坂本 凜（さかもと りん） 東京大学大学院学際情報学府 博士課程。
濱田 健夫（はまだ たけお） 東京大学大学院情報学環 特任准教授。
松原 妙華（まつばら たえか） 東京大学大学院情報学環 特任助教。
羽多野 一磨（はたの かずま） 東京大学大学院情報学環 准教授。
横窪 安奈（よこくぼ あんな） 東京大学大学院情報学環 准教授。
井桁 由貴（いげた ゆき） 東京大学大学院新領域創成科学研究科 特任助教。
南雲 岳彦（なぐも たけひこ） 一般社団法人スマートシティ・インスティテュート 代表理事／慶応義塾大学システムデザイン・マネジメント研究科特任教授・政策・メディア研究科特別招聘教授。
堀 千咲（ほり ちさき） 東京大学大学院学際情報学府 博士課程。

以上

【株式会社インプレス】 <https://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計 8,000 万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、デザイン・グラフィック関連の書籍ブランド「MdN」、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT 関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watch シリーズ」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」をはじめとする企業向け IT 関連メディアなどを総合的に展開・運営する事業会社です。IT・デザイン関連出版メディア事業、およびデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：塚本由紀）を持株会社とするメディアグループ。「IT・デザイン」「音楽」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス 広報担当：丸山

E-mail: pr-info@impress.co.jp URL: <https://www.impress.co.jp/>