

今年の夏も猛暑の予想。涼を楽しむ千代田区の夜 厳選「ナイトライフ」スポットで夏の暑さを乗り切る！

都会のど真ん中でキャンプ!?屋上ヨガ、神社でショーまで...ちよだで楽しむナイトライフ

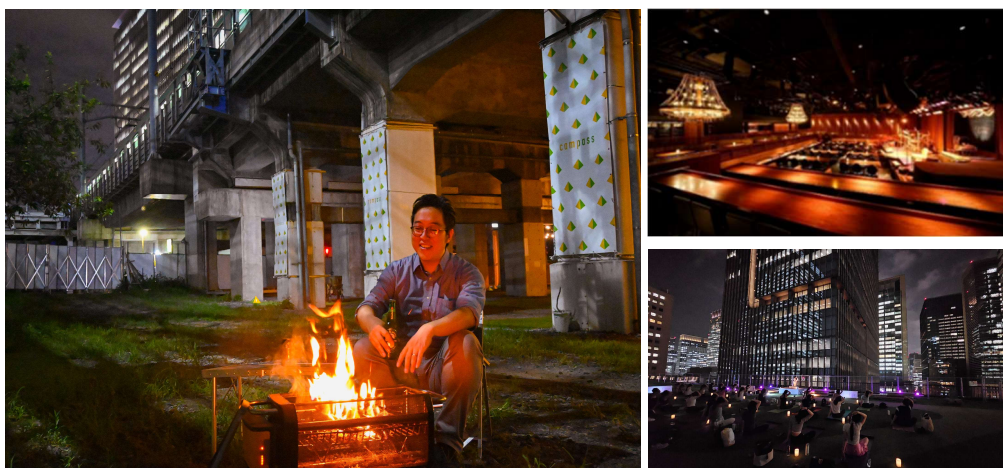
News Letter

2025 年 7 月 16 日

近年、日本国内では真夏日・猛暑日・熱帯夜の増加が続き※1、日中の屋外観光が厳しさを増す中、涼しい夜の時間帯に楽しめる観光コンテンツ「ナイトライフ」に、年々注目が集まっています。

歴史や文化に根付いた観光スポットを多く有し、昼間観光のイメージが強い千代田区ですが、皇居や東京駅など東京観光の玄関口にも、実は魅力的なナイトライフが体験できるスポットが存在します。今回は、千代田区観光協会が厳選した“夜ならではの魅力”を持つスポットをエリア別にご紹介。涼しさと非日常が味わえる千代田区ならではの体験を、この夏のお出かけの参考にしてください。

東京都が公表した観光動向データによると、訪日外国人旅行者の体験内容において「ナイトライフ」に関する活動は、他のコンテンツに比べて比率が低く※2、東京都の「2050 年の東京」戦略※3では、ナイトタイム観光を地域の魅力資源と位置づけ、エンタメ・飲食・夜間演出などのコンテンツを戦略的に強化していく方針が示されています。地域ごとの個性を活かした夜のまちづくりの必要性も明記されており、日本のインバウンド市場における“伸びしろ”として注目されています。



■秋葉原エリア

- ① 火を囲んで語らう夜。JR 高架下「campass」の焚火 NIGHT
- ② 涼しい室内でボルダリング！ビル一棟をまるごと活用「B-PUMP TOKYO AKIHABARA」
- ③ 15 年間最先端を走り続ける秋葉原唯一の DJ クラブ「MOGRA」
- ④ “和×エンタメ”が交差する舞台体験。神田明神の境内で楽しむナイトショー「座 Show」

■丸の内エリア

- ⑤ 一流アーティストと極上の夜を。大人のジャズクラブ「COTTON CLUB」
- ⑥ 夜景を望むルーフトップレストラン「THE UPPER」で特別なディナーを
- ⑦ 忍者がもてなす本格劇場コース料理「NINJA TOKYO（忍者レストラン）」
- ⑧ 東京のど真ん中で深呼吸。屋上で楽しむ“夜ヨガ体験”「丸の内 YOGA」

■神保町・竹橋エリア

- ⑨ 夜にひらくアートの扉、北の丸公園にたたずむナイトミュージアム「東京国立近代美術館」
- ⑩ 本の街の夜の楽しみ方、日本の伝統芸能“落語”を気楽に楽しめる「らくごカフェ」
- ⑪ ビル裏の専用扉から秘密の空間へ。閉店後の絵本専門店で現れるバー「リリパット」

■ナイトイベント

- ⑫ SNS でも話題！夏の夜に特別な思い出を。「皇居千鳥ヶ淵灯ろう流し」
- ⑬ 幻想の光に包まれる“竹あかり”「Otemachi One 竹あかり-灯りの薈-」
- ⑭ 丸の内のナイトスポット情報がひと目でわかる！「TOKYO After Dark in Marunouchi」

■ 秋葉原エリア | “遊びとカルチャーが交差する” 夜アキバを楽しむ

① **火を囲んで語らう夜。JR 高架下「campass」の焚火 NIGHT**
秋葉原駅近くの高架下にある「campass (キャンパス)」では毎週金・土曜日の 18 時から「焚火 NIGHT」を開催中。夜風を感じるオープンエアの空間で、本物の焚き火を囲みながら、リラックスした時間が過ごせます。火を見つめて語らうひときは、日常の喧騒を忘れさせてくれる都市の中のオアシス。どなたでも気軽にご利用いただけるスポットです。



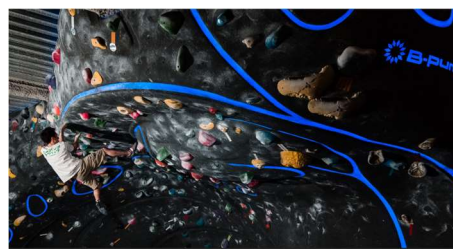
最寄り駅：JR秋葉原駅電気街口より徒歩5分、JR御徒町駅南口より徒歩5分、東京メトロ末広町駅から徒歩3分

営業時間：11:00~21:00（最終入場20時）火曜・水曜定休

URL：<https://www.jrtk.jp/campass/>

② **涼しい室内でボルダリング！ビル一棟をまるごと活用「B-PUMP TOKYO AKIHABARA」**

照明に浮かぶ色とりどりのアートな壁面が印象的な、ビル一棟をまるごと活用した都市型ボルダリングジム。都内最大級の規模を誇り、初心者から上級者まで幅広く楽しめます。夜 23 時まで営業しているため、ナイトアクティビティとしてもおすすめ。1 日利用も OK なので、ふらっと立ち寄れる“動けるナイトスポット”です。



最寄り駅：JR秋葉原駅より徒歩5分、JR御茶ノ水駅より徒歩5分

営業時間：平日 12:00~23:00 土曜日、祝日 11:00~21:00 日曜日 10:00~21:00

URL：<https://pump-climbing.com/gym/akiba/>

③ **15年間最先端を走り続ける秋葉原唯一のDJクラブ「MOGRA」**

秋葉原にある15年続く老舗DJクラブ。150人を収容できる2フロア構成の店内では、イベントごとにアニソンやクラブミュージックなど様々なジャンルやカラーのイベントが開催されており、訪れるたびに新しい“夜のアキバ体験”が楽しめます。海外ファンの来訪も多く、秋葉原の“いま”が凝縮された空間です。



最寄り駅：JR秋葉原駅中央口より徒歩約5分

営業時間：イベントによって変動（通常20:00~翌5:00）

URL：<https://club-mogra.jp/>

④ “和×エンタメ”が交差する舞台体験。神田明神の境内で楽しむナイトショー「座Show」

神田明神の敷地内にある「文化交流館 EDOCCO」で上演される『座Show（ザショー）』は、日本文化と現代エンターテインメントが融合した体感型舞台。剣舞、殺陣、アクロバット、ダンスと共に映像と音楽で繰り広げられるステージは、セリフがないので外国人観光客にも大好評となっております。美味しい食事を楽しみながら、ショーを見る贅沢時間をお過ごしください。



最寄り駅：JR秋葉原駅(電気街口)より徒歩7分、JR御茶ノ水駅（聖橋口）より徒歩5分

営業時間：開場19:00／開演20:15 閉演22:00 ※月、火、土、日は定休日

URL：<https://theshow.jp/>

■ 丸の内エリア | “大人が選ぶ”夜のマルノウチの過ごし方特集

⑤ 一流アーティストと極上の夜を。丸の内の大人のジャズクラブ「COTTON CLUB」

ブルーノート・ジャパンが運営・プロデュースするラグジュアリーなライブ&ダイニング空間「コットンクラブ」。国内外の一流アーティストによる生演奏とともに、季節感あふれるディナーが楽しめるこの場所は、大人の夜にぴったりのスポットです。音楽に包まれながら、五感で味わう贅沢なひとときをどうぞ。



最寄り駅：JR東京駅丸の内南口より徒歩3分

営業時間：平日 17:00 - 23:00 土・日・祝日 16:00 - 22:30

URL：<https://www.cottonclubjapan.co.jp/jp/>

⑥ 夜景を望むルーフトップレストラン「THE UPPER」で特別なディナーを

丸の内のビル最上階に位置するルーフトップレストランで、東京の夜景を一望できるダイニングスポット。

季節ごとのコース料理と、彩り豊かなカクテルが揃うラグジュアリーな空間は、特別な夜を演出するのに最適で、記念日ディナーや外国人ゲストのおもてなしにも人気のスポットです。



最寄り駅：JR東京駅丸の内北口より徒歩約4分

営業時間：月-土曜日：11:00-23:00 日曜日：11:00-22:00

URL：<https://the-upper.jp/>

⑦ 忍者がもてなす本格コース料理「NINJA TOKYO」

東京の地下に潜む、忍者の隠れ里のような世界観の中で食事が楽しめる「NINJA TOKYO」。外国人観光客にも人気が高く、店内では本格的な忍者の接客や驚きの演出が体験できます。料理も“手裏剣”を模したユニークな創作和食が揃い、五感で味わう夜のエンターテインメントダイニングです。



最寄り駅：東京メトロ大手町駅B3出口直結、JR東京駅 地下通路にて利用可能

営業時間：平日、土曜 ランチタイム 11:30~14:30（最終入店 12:30）、ディナータイム 17:00~22:00（最終入店 20:00）

URL：<https://ninja-tokyo.jp/>

⑧ 東京のど真ん中で深呼吸。屋上で楽しむ“夜ヨガ体験”「丸の内YOGA」

大手町ビルSkyLABで開催される「丸の内YOGA」は、心地よい夜風のなか、開放的な空間でリフレッシュできる人気イベント。初心者でも参加しやすい内容で、仕事終わりに手ぶらで楽しめるのが魅力です。運動が苦手な方、ヨガ初心者の方でも気軽に参加できるのも魅力です。



最寄り駅：東京メトロ大手町駅直結 大手町ビル屋上（Sky LAB）

営業時間：2025年7月16日、23日、30日 第一部：19:00~ 第二部：20:10~

URL：<https://urban-yoga.jp/marunouchi/202507>

■神保町・竹橋エリア | “静けさと知性が宿る” 夜の余白に出会う

⑨ 夜にひらくアートの扉、北の丸公園にたたずむナイトミュージアム「東京国立近代美術館」

日本初の国立美術館として1952年に開館した「東京国立近代美術館（MOMAT）」。近現代の名作が揃う所蔵作品展は、金曜・土曜は夜20時まで開館（通常は17時まで）しており、落ち着いた照明と静寂の中でアートにじっくりと向き合うことができます。仕事帰りや夕涼みの散歩がてら、いつもと違う夜の展示空間を体験できるのは、まさに千代田区ならではの贅沢なナイトライフです。



最寄り駅：東京メトロ竹橋駅1b出口より徒歩3分

営業時間：10:00~17:00（金・土曜は20:00まで）※入館は閉館30分前まで

※月曜休館（月曜が祝休日の場合、翌平日休館）、展示替期間、年末年始

URL：<https://www.momat.go.jp/>

⑩ **本の街の夜の楽しみ方、日本の伝統芸能”落語”を気楽に楽しめる「らくごカフェ」**

書店街・神保町の一角にある、古書店×落語というユニークな文化空間。昼夜を問わず寄席やイベントが開かれ、ビール片手に“江戸の笑い”に触れる体験ができます。海外からの観光客にも喜ばれる手ぬぐいや扇子などのお土産も豊富で、観光客に支持されています。古書と落語の出会いがもたらす、他にはない知的なナイトエンターテインメントをぜひ体験してください。



最寄り駅：都営線・東京メトロ神保町駅A6出口より徒歩1分。

営業時間：イベントにより変動（通常は18:30頃開演）

URL：<https://rakugocafe.exblog.jp/>

⑪ **ビル裏の専用扉から秘密の空間へ。閉店後の絵本専門店に現れるバー「リリパット」**

神保町の絵本専門店「ブックハウスカフェ」店内にある、大人のための隠れ家バー。児童書に囲まれた空間で、お酒とともに物語の余韻に浸れる“読書とお酒”の融合体験が楽しめます。カクテルには童話をテーマにしたメニューもあり、店名の由来は『ガリバー旅行記』の国名から。本の街・神保町らしい、知的で静かなナイトタイムにぴったりの場所です。



最寄り駅：東京メトロ神保町駅A1出口より徒歩1分

営業時間：平日 20時～23時 ※土日祝休み

URL：<https://bookhousecafe.jp/barmenu>

■ **この夏、千代田の夜に“今しか出会えない”ナイトイベント**

⑫ **SNSでも話題！夏の夜に特別な思い出を。「皇居千鳥ヶ淵灯ろう流し」**

約2,000個の灯ろうが千鳥ヶ淵の水面を彩り、東京の都心に幻想的な光の絶景を創り出します。その光景は、まるで物語のワンシーンのような美しさで、SNSでも多くのシェアを集めており、国内外から多くの方がこの特別な夜を体験しに訪れます。灯ろうはウェブサイトから購入できます。（7月28日(金)17時まで / 先着順）



最寄り駅：東京メトロ九段下駅2番出口・半蔵門駅5番出口より徒歩10分

開催期間：2025年7月30日(水)～31日(木) ※見頃は19:00から20:00頃まで ※雨天・荒天時中止

URL：<https://visit-chiyoda.tokyo/floating.lantern/>

⑬ 幻想的な光に包まれる「Otemachi One竹あかり-灯りの薈-」

大手町の複合施設「Otemachi One」で開催される「Otemachi One 竹あかり-灯りの薈-」は、日本の伝統と現代が融合する、夏期限定のライトアップイベント。展示はOtemachi One GARDENを中心に、館内さまざまな場所・空間に展開され、各所で作品・演出に合わせた一文字のテーマをつけています。オフィス街に現れる癒しの灯り空間は、写真映えも抜群です。通勤帰りの一息や、ちょっとした夜の散策にもぴったり。



最寄り駅：東京メトロ・都営線大手町駅 C4、C5直結

開催期間：2025年6月16日(月)～8月1日(金)

URL：<https://www.otemachi-one.com/art-event/#summary>

⑭ 丸の内のナイトスポット情報がひと目でわかる！

「TOKYO After Dark in Marunouchi」

夜の丸の内エリアでの洗練されたナイトタイムの過ごし方や魅力を紹介。夕焼けと夜景を望むテラス・フォトスポット、ディナー、夜の街歩きとスタイリッシュバー巡りなど様々なイベント情報が追加される予定です。



開催期間：2025年7月1日(火)～8月12日(火)

URL：<https://www.marunouchi.com/lp/tokyo-afterdark/>

■一般社団法人 千代田区観光協会

一般社団法人千代田区観光協会は、千代田区及びその周辺地域の自然、景観、文化・歴史、産業・技術などの資源を活用し、観光事業の振興を図ることにより、千代田区の魅力を高め国内外の人々との交流を促進し、地域文化の維持発展及び地域経済の活性化に寄与することを目的として、活動しています。

所在地：〒102-0074 東京都千代田区九段南 1-6-17／TEL：03-3556-0391

■関連URL

千代田区観光協会 公式Webサイト	https://visit-chiyoda.tokyo/
千代田区観光協会 公式Facebook	https://www.facebook.com/ChiyodaCityPR/
千代田区観光協会 公式X (旧Twitter)	https://x.com/ChiyodaCityPR
千代田区観光協会 公式Instagram	https://www.instagram.com/chiyoda_city_pr/
千代田区観光協会 公式YouTube	https://www.youtube.com/@visitchiyoda-experiencethe3724
千代田区観光協会 公式TikTok	https://www.tiktok.com/@chiyoda_city_pr
TOKYO After Dark in Marunouchi	https://www.marunouchi.com/lp/tokyo-afterdark/

<出展>

※1 気象庁「気候変動監視レポート 2025 年版」<https://www.data.jma.go.jp/cpdinfo/monitor/>

※2 令和 6 年国・地域別外国人旅行者行動特性調査報告書 https://www.sangyo-rodo.metro.tokyo.lg.jp/documents/d/sangyo-rodo/03_r6houkoku

※3 東京都「2050 東京戦略概要版」URL：<https://www.seisakukikaku.metro.tokyo.lg.jp/basic-plan/2050-tokyo/>