

大都市圏オフィスワーカー調査2023

①働き方の実態とニーズ編

<詳細版>

ワーカーの働き方と価値観の変化を捉える

2023年12月13日

ザイマックス不動産総合研究所

調査概要

2023年5月に新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5類に移行するなど、コロナ禍収束後の世の中へと変容しつつある。

ザイマックス不動産総合研究所（以下、ザイマックス総研）では、企業とオフィスワーカーそれぞれの視点から働き方と働く場所の変化を捉えるため、企業については「大都市圏オフィス需要調査」を2016年秋より計14回、オフィスワーカーについては「首都圏オフィスワーカー調査」を2016年末から計7回実施してきた。今回、第8回目となるオフィスワーカー調査は、調査地域に地方都市を追加し2023年10月に実施した。本レポートは調査結果のうち、働き方の実態とニーズに関する結果をまとめたものである。なお、同日公表の「②働き方の評価編」（*1）では、現在の働き方への評価についてフォーカスし分析した結果をまとめている。

*1 2023年12月13日公表「大都市圏オフィスワーカー調査2023②働き方の評価編」
https://soken.xymax.co.jp/2023/12/13/2312-worker_survey_2023_2/

レポート内のグラフに関して

・構成比（%）は、小数点第2位を四捨五入しているため内訳の合計が100%にならない場合がある。

＜関連調査＞

・2022年11月30日公表「首都圏オフィスワーカー調査 2022」
https://soken.xymax.co.jp/2022/11/30/2211-worker_survey_2022/

調査期間	2023年10月
調査対象	<p>①スクリーニング調査…職業が「経営者・役員、会社員」の調査対象地域に住む20～69歳の男女を対象に実施</p> <p>②本調査…スクリーニング調査で職業が「会社・団体の役員、会社員・団体職員」、職種が「管理的職業、専門的・技術的職業、事務的職業、営業職業」、在籍するオフィスが「首都圏（1都3県）、大阪市、名古屋市、福岡市」、住まいが「首都圏（1都3県）、岐阜県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、福岡県、佐賀県」、現在の主に働いている場所が「オフィス（事務所）、自宅」と回答した人</p>
有効回答数	<p>4,120人</p> <p>※在籍するオフィスの所在地により割付している （首都圏：2,060人、大阪市：1,030人、 名古屋市：515人、福岡市：515人）</p>
調査地域	首都圏（東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県）、岐阜県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、福岡県、佐賀県
調査方法	インターネット調査

調査概要

回答者属性 首都圏 (n=2,060)

性年代別		%	n	勤務先の従業員規模	%	n	業種	%	n	
		%	n		%	n		%	n	
性年代別	男性20-29歳	2.0%	42	勤務先の従業員規模	1~9人	9.3%	191	製造業	20.9%	431
	男性30-39歳	6.5%	133		10~49人	12.6%	259	情報通信業	16.9%	349
	男性40-49歳	16.1%	332		50~99人	8.0%	164	金融業、保険業	10.2%	210
	男性50-59歳	25.9%	533		100~299人	14.2%	293	卸売業、小売業	9.8%	201
	男性60歳以上	15.5%	320		300~999人	15.0%	308	サービス業（他に分類されないもの）	8.9%	183
	(男性全体)	66.0%	1,360		1,000~2,999人	11.7%	240	建設業	6.3%	129
	女性20-29歳	5.7%	118		3,000人以上	26.7%	551	不動産業、物品賃貸業	6.1%	126
	女性30-39歳	9.6%	198		わからない	2.6%	54	学術研究、専門・技術サービス業	4.3%	88
	女性40-49歳	8.8%	182		一般事務・受付・秘書	23.1%	475	運輸業、郵便業	3.8%	78
	女性50-59歳	8.1%	167		営業職	20.3%	418	教育、学習支援業	2.1%	43
雇用形態	女性60歳以上	1.7%	35		総務・人事・経理	18.7%	386	医療、福祉	2.0%	42
	(女性全体)	34.0%	700		技術系専門職	19.0%	392	電気・ガス・熱供給・水道業	1.6%	33
	会社・団体の役員	8.7%	179		経営・企画	8.9%	184	複合サービス業務	1.4%	28
	会社員・団体職員（管理職）	25.3%	522		クリエイティブ系専門職	2.3%	47	生活関連サービス業、娯楽業	0.9%	18
	会社員・団体職員 (管理職以外の正社員・正職員)	51.1%	1,053		事務系専門職	2.0%	41	公務（他に分類されるものを除く）	0.8%	17
雇用形態	会社員・団体職員 (正社員以外・正職員以外)	14.9%	306		その他	5.7%	117	宿泊業、飲食サービス業	0.4%	9
							農業、林業	0.0%	1	
							鉱業、採石業、砂利採取業	0.0%	1	
							その他/分類不能の産業	3.5%	73	

調査概要

回答者属性 大阪市 (n=1,030)

		%	n		%	n		%	n		
性年代別	男性20-29歳	1.9%	20	勤務先の 従業員 規模	1~9人	9.9%	102	業種	製造業	21.6%	222
	男性30-39歳	5.6%	58		10~49人	16.6%	171		情報通信業	13.7%	141
	男性40-49歳	12.7%	131		50~99人	8.8%	91		卸売業、小売業	16.4%	169
	男性50-59歳	25.1%	259		100~299人	14.0%	144		サービス業（他に分類されないもの）	8.2%	84
	男性60歳以上	15.6%	161		300~999人	16.5%	170		建設業	8.1%	83
	（男性全体）	60.9%	629		1,000~2,999人	10.5%	108		金融業、保険業	7.5%	77
	女性20-29歳	4.6%	47		3,000人以上	20.5%	211		不動産業、物品賃貸業	5.2%	54
	女性30-39歳	11.9%	123		わからない	3.2%	33		学術研究、専門・技術サービス業	4.3%	44
	女性40-49歳	11.5%	118		一般事務・受付・秘書	25.5%	263		運輸業、郵便業	2.7%	28
	女性50-59歳	9.3%	96		営業職	24.4%	251		医療、福祉	2.6%	27
	女性60歳以上	1.7%	17		総務・人事・経理	20.5%	211		複合サービス業務	1.6%	16
	（女性全体）	39.0%	401		技術系専門職	15.7%	162		教育、学習支援業	1.4%	14
雇用形態	会社・団体の役員	8.3%	86		経営・企画	7.2%	74		生活関連サービス業、娯楽業	1.4%	14
	会社員・団体職員（管理職）	22.2%	229		クリエイティブ系専門職	1.6%	16		電気・ガス・熱供給・水道業	1.3%	13
	会社員・団体職員 (管理職以外の正社員・正職員)	52.0%	536		事務系専門職	1.7%	17		宿泊業、飲食サービス業	1.1%	11
	会社員・団体職員 (正社員以外・正職員以外)	17.4%	179		その他	3.5%	36		公務（他に分類されるものを除く）	0.3%	3

調査概要

回答者属性 名古屋市 (n=515)

	%	n		%	n		%	n			
性年代別	男性20-29歳	3.1%	16	勤務先の 従業員 規模	1~9人	5.8%	30	業種	製造業	27.2%	140
	男性30-39歳	11.8%	61		10~49人	12.4%	64		卸売業、小売業	16.3%	84
	男性40-49歳	16.9%	87		50~99人	8.7%	45		情報通信業	12.6%	65
	男性50-59歳	22.1%	114		100~299人	14.4%	74		建設業	8.5%	44
	男性60歳以上	14.6%	75		300~999人	18.4%	95		サービス業（他に分類されないもの）	7.6%	39
	(男性全体)	68.5%	353		1,000~2,999人	13.0%	67		金融業、保険業	7.2%	37
	女性20-29歳	5.2%	27		3,000人以上	25.2%	130		不動産業、物品販賣業	3.9%	20
	女性30-39歳	11.1%	57		わからない	1.9%	10		運輸業、郵便業	3.9%	20
	女性40-49歳	7.4%	38		一般事務・受付・秘書	22.9%	118		学術研究、専門・技術サービス業	3.1%	16
	女性50-59歳	6.6%	34		営業職	26.4%	136		医療、福祉	2.5%	13
雇用形態	女性60歳以上	1.2%	6		総務・人事・経理	19.8%	102		電気・ガス・熱供給・水道業	1.9%	10
	(女性全体)	31.5%	162		技術系専門職	18.4%	95		教育、学習支援業	1.0%	5
	会社・団体の役員	8.0%	41		経営・企画	6.4%	33		複合サービス業務	1.0%	5
	会社員・団体職員（管理職）	25.8%	133		クリエイティブ系専門職	1.7%	9		宿泊業、飲食サービス業	1.0%	5
	会社員・団体職員 (管理職以外の正社員・正職員)	52.6%	271		事務系専門職	1.4%	7		生活関連サービス業、娯楽業	0.8%	4
	会社員・団体職員 (正社員以外・正職員以外)	13.6%	70		その他	2.9%	15		公務（他に分類されるものを除く）	0.6%	3
									その他/分類不能の産業	1.0%	5

調査概要

回答者属性 福岡市 (n=515)

	%	n		%	n		%	n			
性年代別	男性20-29歳	2.9%	15	勤務先の従業員規模	1~9人	10.5%	54	業種	情報通信業	15.3%	79
	男性30-39歳	10.5%	54		10~49人	12.8%	66		卸売業、小売業	13.2%	68
	男性40-49歳	15.1%	78		50~99人	10.5%	54		製造業	11.5%	59
	男性50-59歳	18.4%	95		100~299人	13.6%	70		金融業、保険業	11.1%	57
	男性60歳以上	14.0%	72		300~999人	15.1%	78		サービス業（他に分類されないもの）	10.3%	53
	(男性全体)	60.9%	314		1,000~2,999人	11.7%	60		建設業	8.3%	43
	女性20-29歳	7.0%	36		3,000人以上	21.4%	110		電気・ガス・熱供給・水道業	4.7%	24
	女性30-39歳	9.7%	50		わからない	4.5%	23		不動産業、物品販賣業	4.3%	22
	女性40-49歳	12.4%	64		一般事務・受付・秘書	28.5%	147		医療、福祉	4.1%	21
	女性50-59歳	9.3%	48		営業職	25.6%	132		学術研究、専門・技術サービス業	3.7%	19
	女性60歳以上	0.6%	3		総務・人事・経理	18.1%	93		複合サービス業務	2.3%	12
	(女性全体)	39.0%	201		技術系専門職	16.5%	85		運輸業、郵便業	1.9%	10
雇用形態	会社・団体の役員	8.7%	45		経営・企画	4.5%	23		生活関連サービス業、娯楽業	1.7%	9
	会社員・団体職員（管理職）	22.9%	118		クリエイティブ系専門職	1.4%	7		教育、学習支援業	1.4%	7
	会社員・団体職員 (管理職以外の正社員・正職員)	48.0%	247		事務系専門職	0.8%	4		公務（他に分類されるものを除く）	0.8%	4
	会社員・団体職員 (正社員以外・正職員以外)	20.4%	105		その他	4.7%	24		宿泊業、飲食サービス業	0.8%	4
									鉱業、採石業、砂利採取業	0.4%	2
									農業、林業	0.2%	1
									その他/分類不能の産業	4.1%	21

1. 働き方の実態(P.8~)

- 調査時点でテレワークを少しでも行っている「テレワーカー」の割合をオフィス所在地別にみると、首都圏が最も高く51.4%であった。ただし、過去調査と比較するとその割合は2021年をピークに減少傾向である。
- コロナ禍中および現在の働く場所の時間割合をみると、「在籍するオフィス」で働く時間割合が地域問わず7~8ポイント増えている。コロナ禍中から現在にかけて出社頻度が「増えた」と回答したワーカーが各地域で2割超であり、いずれの地域でも出社頻度が「増えた」割合が「減った」割合を上回った。

2. 働き方のニーズ(P.18~)

- 働き方に関する施策の利用・実施について、現状とニーズを比較すると、「在宅手当」のほか、現状の導入率が低い「勤務先の許可を得た副業・兼業」、「勤務先の許可を得たワーケーション」、「二拠点居住で働く、郊外・地方へ移住して働く」といった比較的先進的な取り組みは各地域共通でギャップが大きい結果となった。
- 在籍するオフィス内のレイアウトについて、現状とニーズを比較すると、「食堂・カフェスペース」、「リフレッシュスペース」、「集中するためのスペース」は地域問わずギャップが大きく、ワーカーのニーズに対して整備が追いついていない状況といえる。

1. 働き方の実態

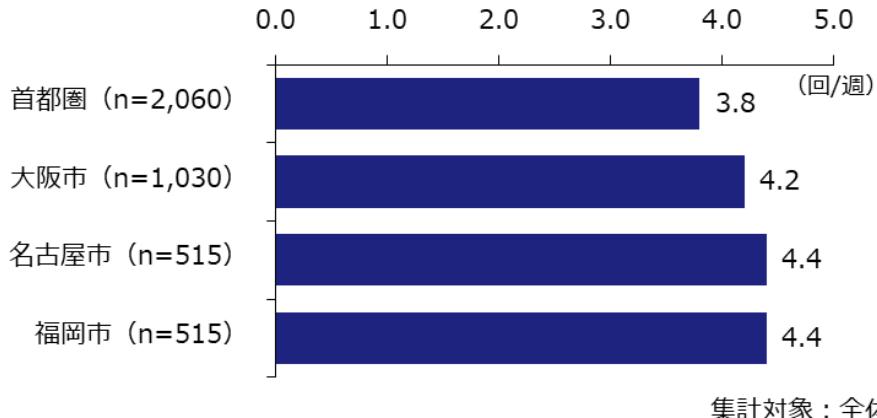
1. 通勤について
2. 働き方に関する施策
3. テレワーク、出社頻度
4. オフィスレイアウト

首都圏のワーカーは週に平均3.8回オフィスへ通勤

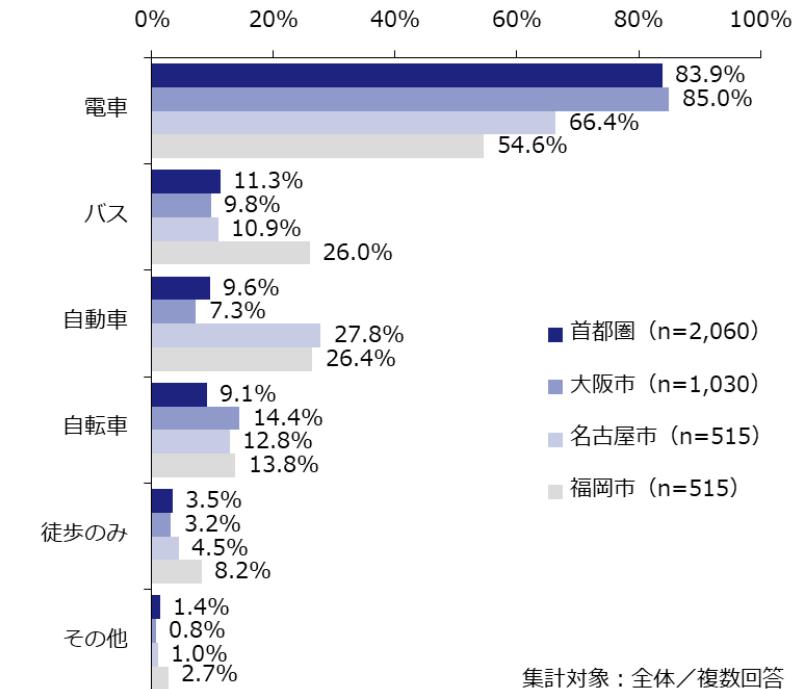
自身の在籍するオフィスへの週の通勤回数を聞き、オフィスの所在地別に平均値を示した【図表1】。首都圏のオフィスに通うワーカーは最も出社回数が少なく（平均3.8回／週）、テレワークによりオフィス以外の場所で働く頻度が多いことが伺える。

オフィスへの通勤手段を聞くと、首都圏（83.9%）と大阪市（85.0%）のワーカーは8割超が電車を利用している【図表2】。名古屋市と福岡市は電車の利用率が低い分、自動車やバスでの通勤が目立つ。

【図表1】<オフィス所在地別> 通勤回数



【図表2】<オフィス所在地別> 通勤手段

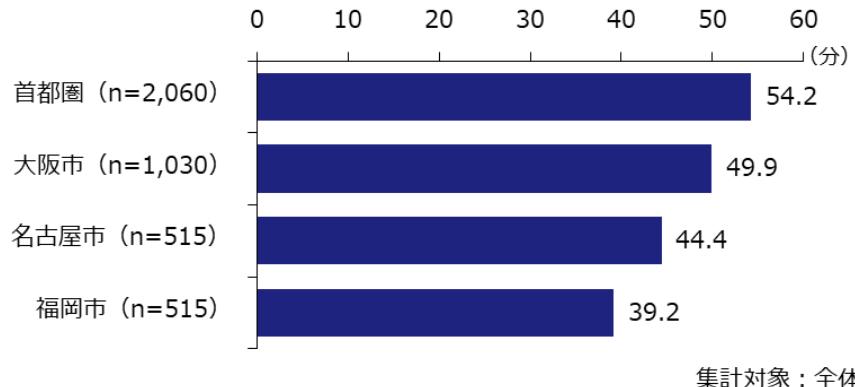


首都圏のワーカーは通勤時間が長く、通勤ストレスも高い

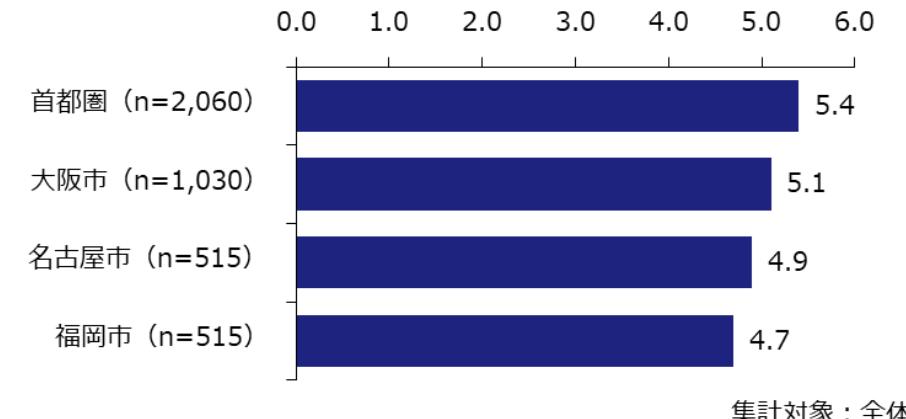
通常使用している通勤手段での通勤時間（ドア・ツー・ドア、片道）は、首都圏のワーカーが最も長く54.2分であった【図表3】。

また、通勤で通常感じるストレスを、0（ストレス低）～10（ストレス高）の11段階で聞いたところ、首都圏は平均5.4、大阪市は平均5.1と通勤時間が長い地域ほど通勤ストレスが高い【図表4】。

【図表3】<オフィス所在地別>通勤時間



【図表4】<オフィス所在地別>通勤ストレス



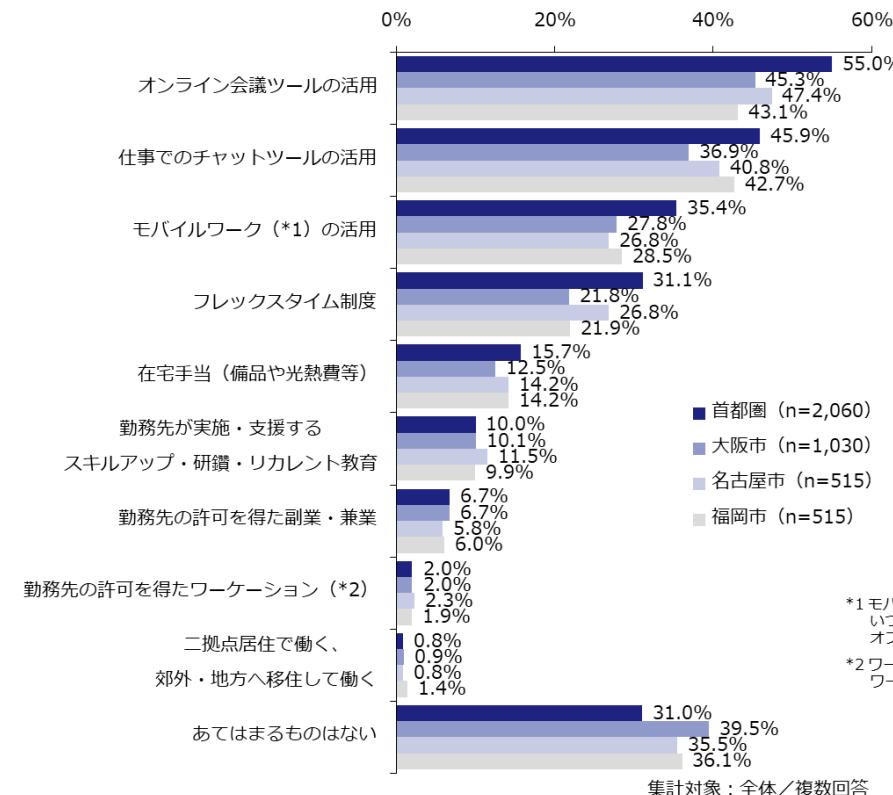
働き方に関する施策は各地域で「オンライン会議ツールの活用」が最多

働き方に関する施策について現在利用・実施しているものを聞いた結果、各地域で「オンライン会議ツールの活用」が最多となった

【図表5】。「オンライン会議ツールの活用」に加え、各地域で上位に上がった「仕事でのチャットツールの活用」、「モバイルワークの活用」といった、テレワークの実施に伴って導入されるツールや働き方については、地方都市よりも首都圏のほうが導入率が高い傾向がある。

全体的に導入率が低い「勤務先が実施・支援するスキルアップ・研鑽・リカレント教育」や「勤務先の許可を得た副業・兼業」などの施策については、首都圏と地方都市に大きな差はなかった。

【図表5】<オフィス所在地別>働き方に関する施策の導入率



*1 モバイルワーク…所定のオフィスにいなくても、いつでもどこでもスマートフォンやモバイルPC等によりオフィス同様のネットワーク環境で仕事ができる働き方

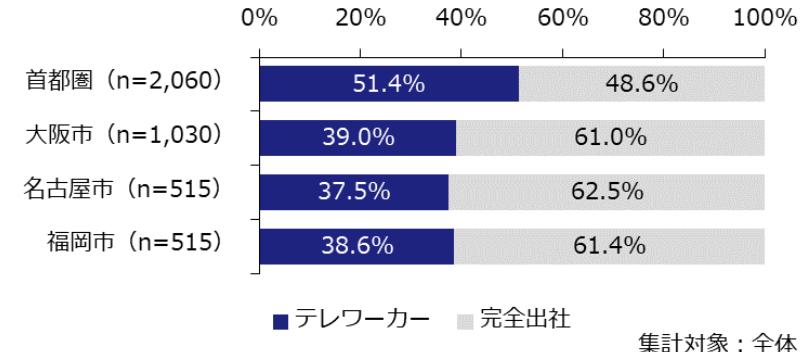
*2 ワーケーション…旅行先などで働くことを意味する、ワーク（仕事）とバケーション（休暇）を組み合わせた造語。

首都圏のテレワーカーの割合は過半数を占めるが減少傾向

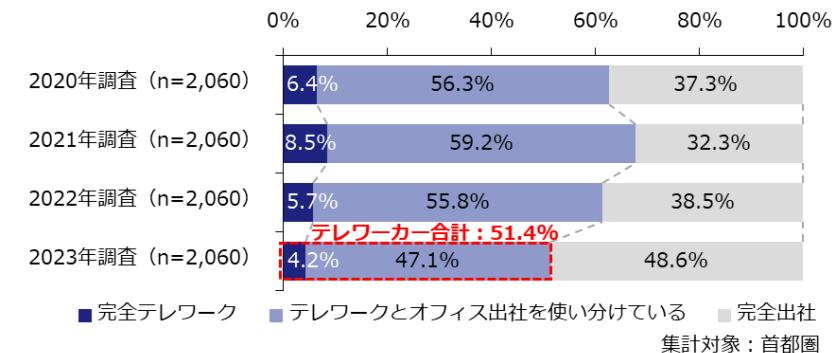
調査時点でテレワークを少しでも行っている「テレワーカー」の割合を【図表6】にまとめた。テレワーカーの割合が最も高い首都圏では、51.4%と半数を超える結果となった。地方都市でもテレワーカーが約4割を占めている。

首都圏のテレワーク状況について過去調査と比較すると、テレワーカーの割合は2021年調査をピークに減少傾向であることがわかった【図表7】。また、「完全テレワーク」のワーカーは全体の4.2%にとどまり、テレワークとオフィス出社を使い分ける「ハイブリッドワーク」を行うテレワーカーが多数であることがわかる。

【図表6】<オフィス所在地別> テレワーカーの割合



【図表7】オフィス出社とテレワークの状況（首都圏、経年比較）



首都圏は「在宅勤務のみ」のテレワーカーの割合が地方都市よりも高い

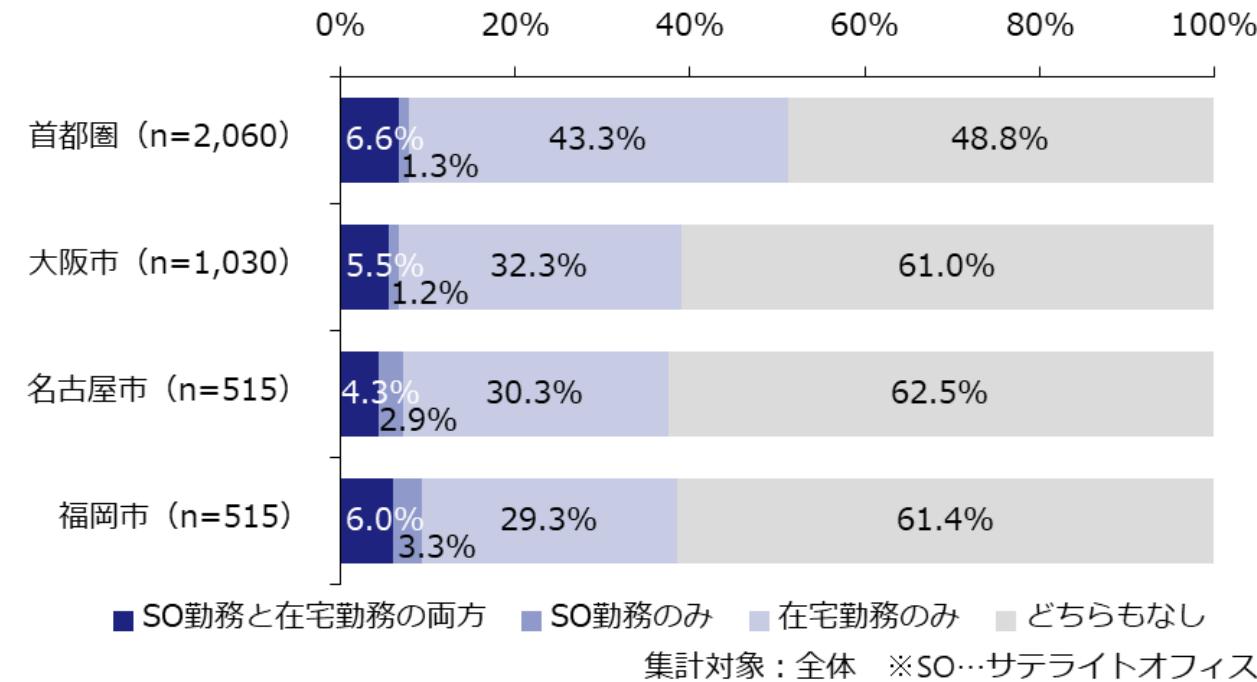
テレワークのうち「サテライトオフィス（*1）勤務」と「在宅勤務」の利用有無（*2）についてみてみると、首都圏は「在宅勤務のみ」のテレワークをしている割合（43.3%）がほかの地方都市よりも10ポイント以上高いことがわかった【図表8】。

また、サテライトオフィス勤務をしている割合（「SO勤務と在宅勤務の両方」と「SO勤務のみ」の合計）は、地方都市でも、テレワークが進んでいる首都圏（【図表6】）と同水準であった。

*1 サテライトオフィス…在籍するオフィスや自宅とは別に、テレワークのために設けるワークプレイスの総称。

*2 「サテライトオフィス勤務と在宅勤務の両方を実施」「サテライトオフィス勤務のみ」「在宅勤務のみ」「どちらもなし」の4つのグループに分類。「その他の場所でのテレワーク」の利用有無は問わない。

【図表8】<オフィス所在地別>テレワークする場所に関する施策の実施率



1.3. テレワーク、出社頻度

各地域でテレワーク支援型の利用が多い。地域により位置づけが異なる可能性も

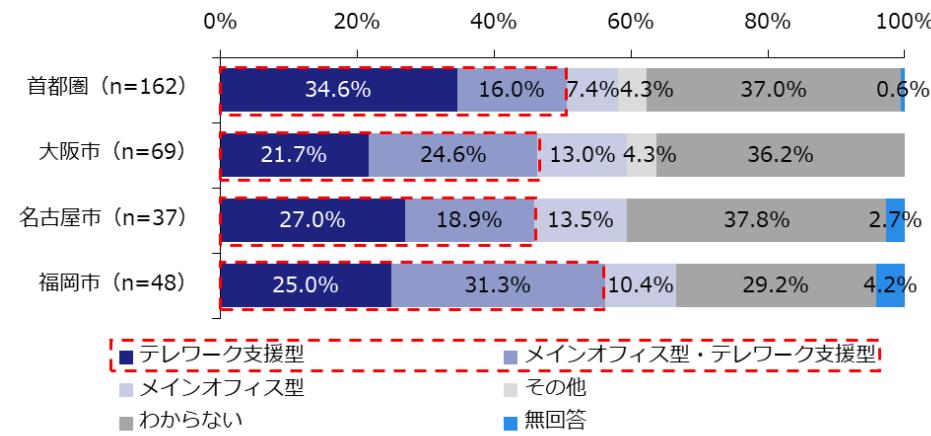
サテライトオフィスを利用しているワーカーに、具体的に利用しているブランドを聞き、それらを「メインオフィス型」「テレワーク支援型」に分類し（*）集計した【図表9】。

どの地域でも、サテライトオフィスユーザーの約半数が「テレワーク支援型」のサテライトオフィスを利用していることがわかる。

一方で「メインオフィス型」のサテライトオフィスを利用している割合（「メインオフィス型・テレワーク支援型」と「メインオフィス型」の合計）をみると、首都圏よりも地方都市の方が高い。地方都市におけるサテライトオフィスは、テレワーク場所というよりも、営業所など主に働く拠点として利用されているケースも多いかもしれない。

* 2023年5月2日公表「[フレキシブルオフィスのタイプ分類](#)」の考え方をもとに分類。

【図表9】<オフィス所在地別> 利用しているサテライトオフィスのタイプ

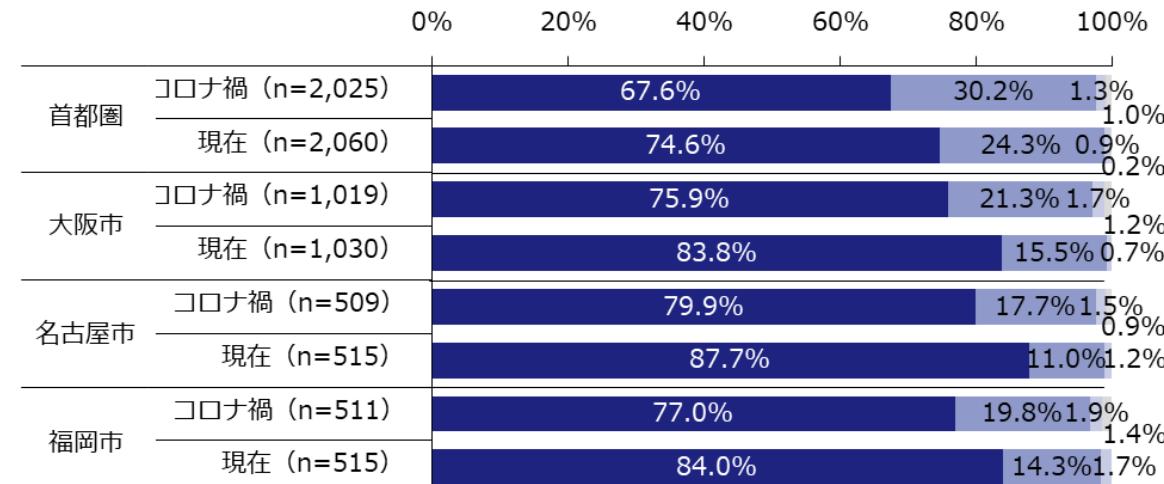


コロナ禍中と比べ「在籍するオフィス」で働く時間割合が7~8ポイント増加

コロナ禍中（5類移行前）および現在の働き方について、「在籍するオフィス」「自宅（在宅勤務）」「サテライトオフィス」「その他の場所」といった働く場所ごとの時間配分を聞いた。

各地域で、「在籍するオフィス」で働く時間割合は、コロナ禍中から現在にかけて7~8ポイント増えている【図表10】。また、在籍するオフィスで働く以外の時間、つまりテレワークする時間の大部分を在宅勤務が占めていることがわかる。

【図表10】<オフィス所在地別>コロナ禍および現在の働く場所ごとの時間配分



■ 在籍するオフィス

■ サテライトオフィス (*) 勤務

■ 自宅（在宅勤務）

■ その他の場所でのテレワーク

集計対象：【コロナ禍】「コロナ禍中は働いていなかった」ワーカーを除く
【現在】全体

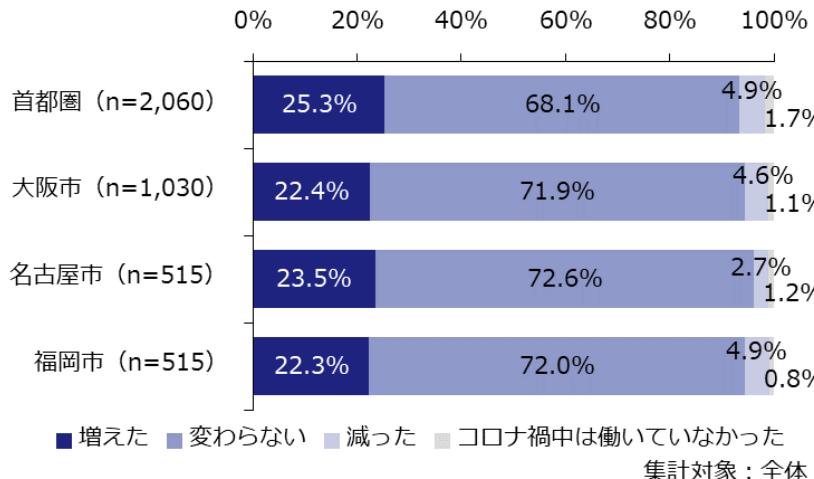
*サテライトオフィス…在籍するオフィスや自宅とは別に、テレワークのために設けるワークプレイスの総称。

地域問わず、5類移行を機に出社頻度が「増えた」が2割超

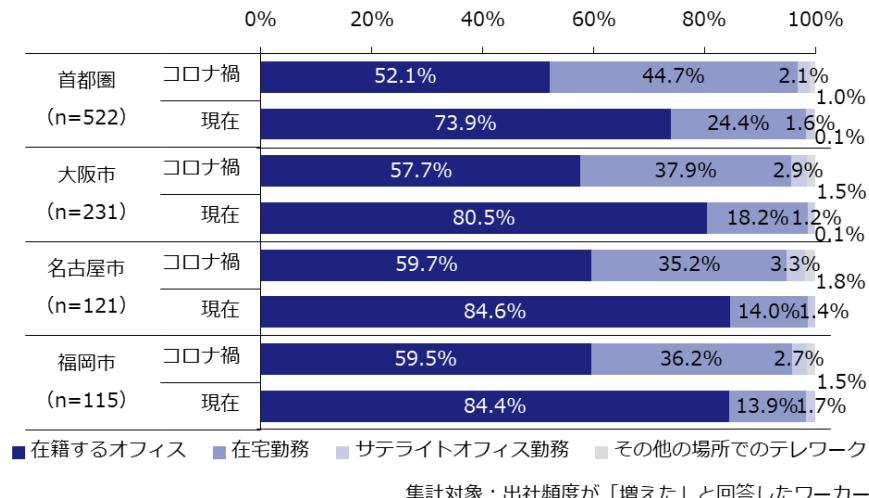
コロナ禍中から5類移行後の出社頻度の変化について聞いた結果が【図表11】である。各地域で、5類移行のタイミングで出社頻度が「増えた」ワーカーが2割超おり、「増えた」が「減った」を上っている。

出社頻度が増えたワーカーのコロナ禍および現在の働く場所ごとの時間配分は【図表12】の通りであり、各地域で在籍するオフィスで働く時間が20ポイント（週5日のうち1日）超増加していることがわかる。

【図表11】<オフィス所在地別>出社頻度の増減



【図表12】<オフィス所在地別、出社頻度が「増えた」ワーカー>
コロナ禍および現在の働く場所ごとの時間配分

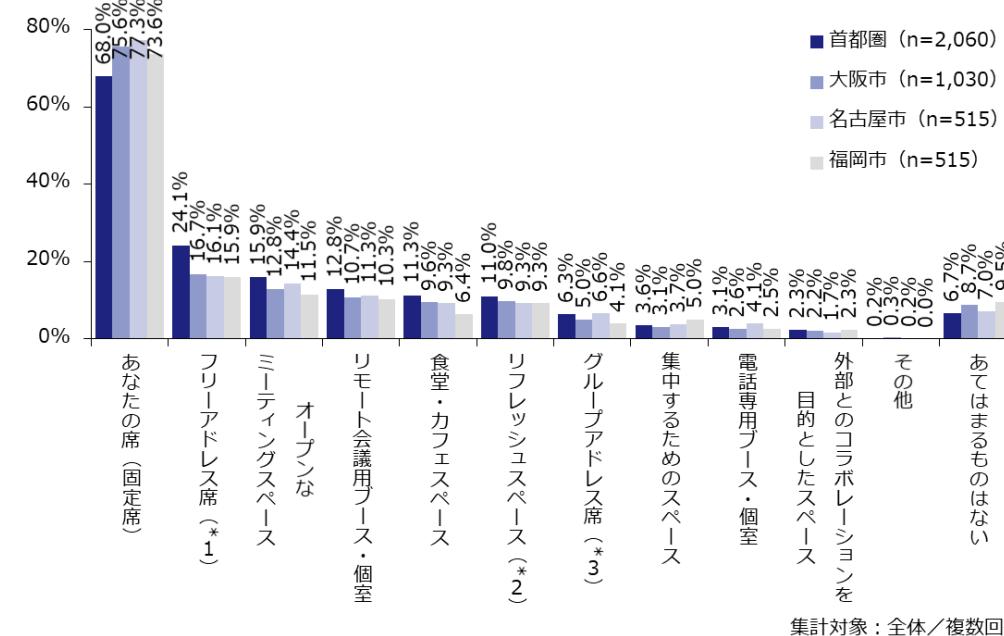


首都圏は地方都市よりもフリーアドレス化が進んでいる

在籍するオフィス内のレイアウトについて、実際に利用しているものを聞いた結果が【図表13】である。

各地域で「固定席」が最も多かったが、首都圏では7割未満であり、代わりに「フリーアドレス席」が多かった。テレワークの進展度合いに応じて、フリーアドレスによるオフィスの効率化も進んでいると考えられる。

【図表13】<オフィス所在地別> オフィス内のレイアウトの利用率



*1 フリーアドレス席…個人が自由に選ぶことができるスタイルの席

*2 リフレッシュスペース…心身のリフレッシュのために設けられたスペース。
休憩だけでなく健康増進や従業員同士のコミュニケーション活性化のために利用される

*3 グループアドレス席…部署やチーム等の決められたエリアの中で、個人が自由に選ぶことができるスタイルの席

2. 働き方のニーズ

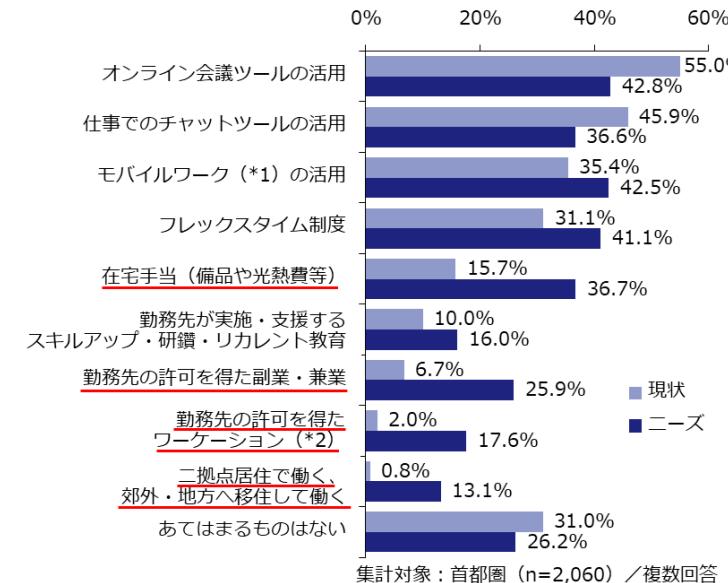
1. 働き方に関する施策
2. オフィスレイアウト

2.1. 働き方に関する施策

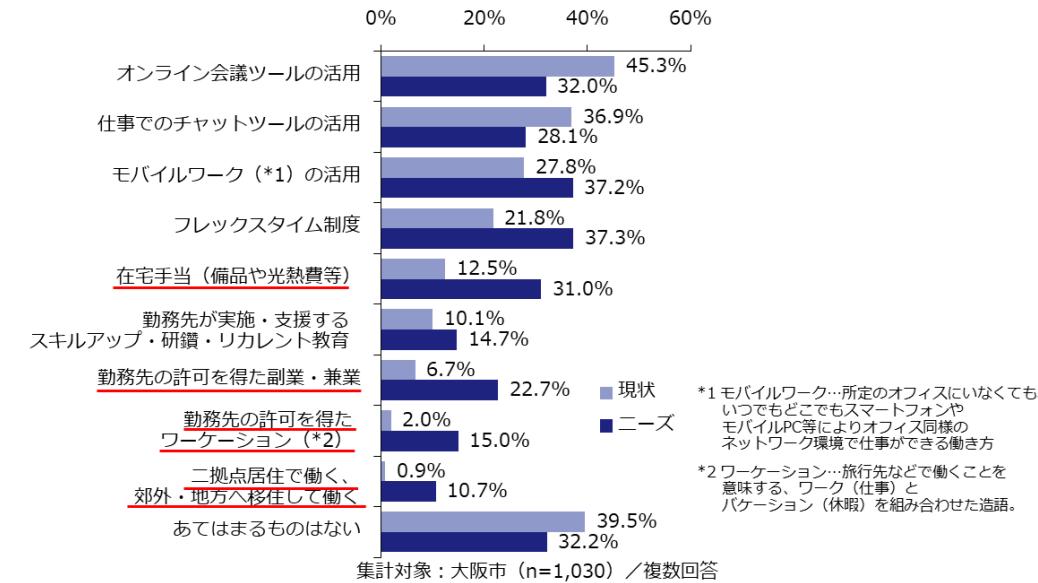
副業・兼業、ワーケーションなど、先進的な施策もニーズあり

働き方に関する施策について現在利用・実施しているもの（現状、【図表5】）と今後利用・実施したいと思うもの（ニーズ）を聞いた結果が【図表14～17】である。「在宅手当」のほか、現状の導入率が低い「勤務先の許可を得た副業・兼業」、「勤務先の許可を得たワーケーション」、「二拠点居住で働く、郊外・地方へ移住して働く」といった比較的先進的な施策は、各地域共通で現状とニーズのギャップが大きい。そのほか、「モバイルワークの活用」「フレックスタイム制度」「勤務先が実施・支援するスキルアップ・研鑽・リカレント教育」もすべての地域でニーズが現状を上回っている。

【図表14】<首都圏>働き方に関する施策（現状とニーズ）



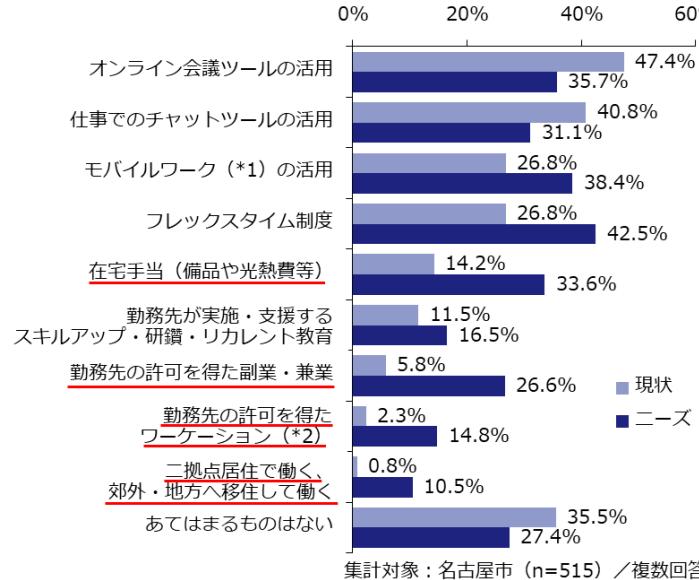
【図表15】<大阪市>働き方に関する施策（現状とニーズ）



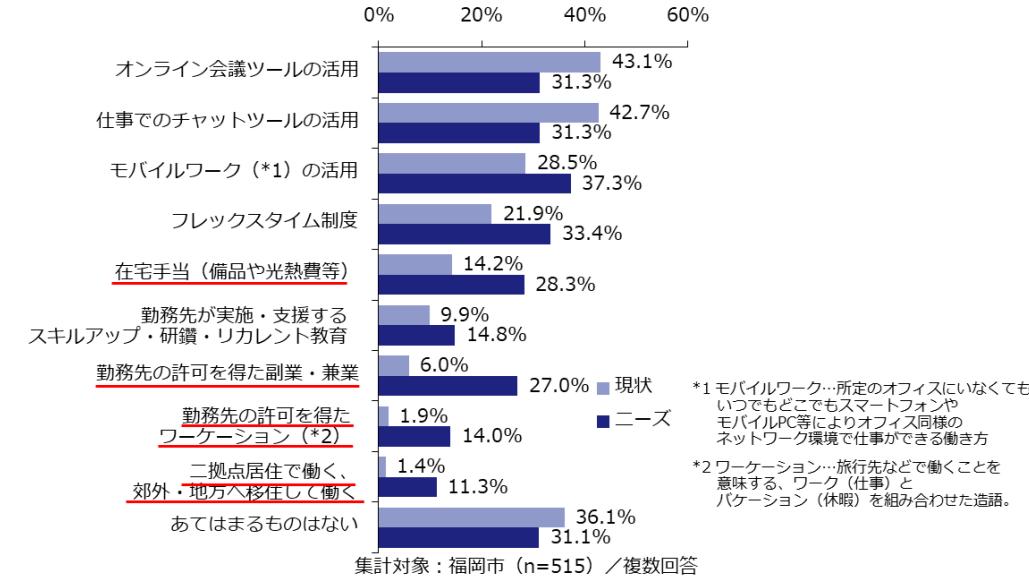
2.1. 働き方に関する施策

副業・兼業、ワーケーションなど、先進的な施策もニーズあり

【図表16】<名古屋市>働き方に関する施策（現状とニーズ）



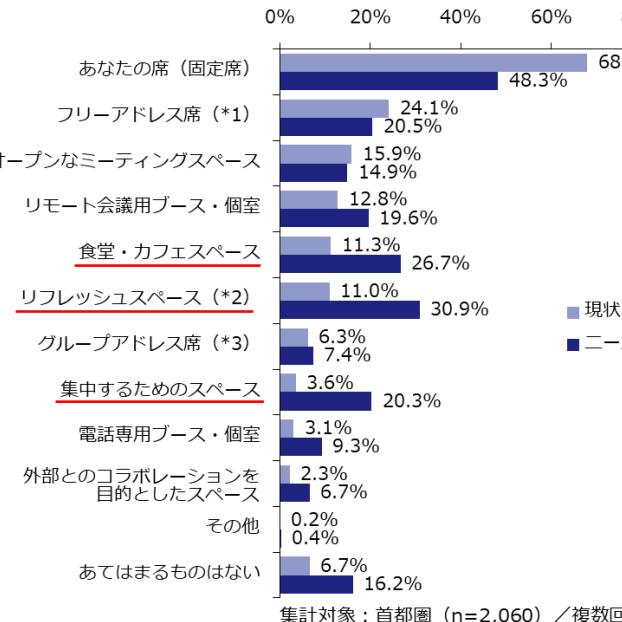
【図表17】<福岡市>働き方に関する施策（現状とニーズ）



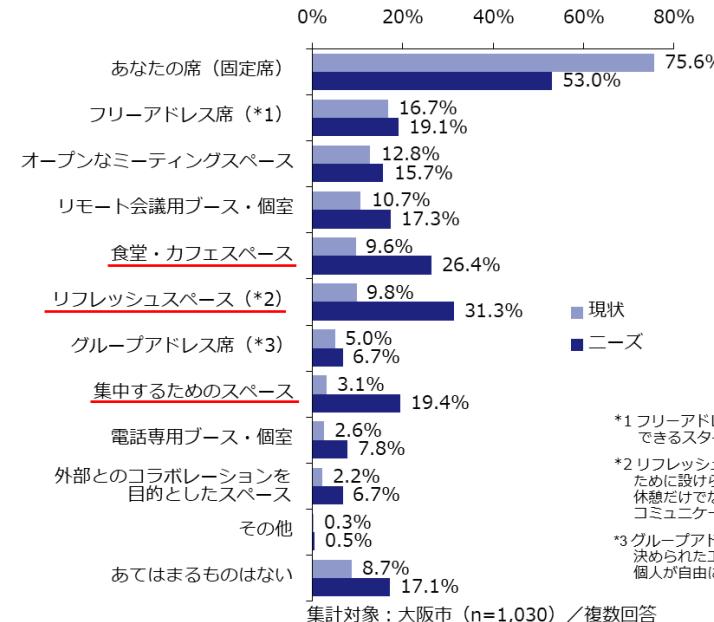
現状とニーズのギャップが最も大きいのは「リフレッシュスペース」

また、在籍するオフィス内のレイアウトについて、地域ごとに実際に利用しているもの（現状、【図表13】）と、在籍するオフィスにあってほしいと思うもの（ニーズ）を比較した結果が【図表18～21】である。「食堂・カフエスペース」、「リフレッシュスペース」、「集中するためのスペース」は地域問わず大きく伸びている。特に、「リフレッシュスペース」はいずれの地域でも20ポイント前後伸びており、ワーカーのニーズに対して整備が追い付いていない状況といえる。

【図表18】<首都圏>オフィス内のレイアウト（現状とニーズ）



【図表19】<大阪市>オフィス内のレイアウト（現状とニーズ）



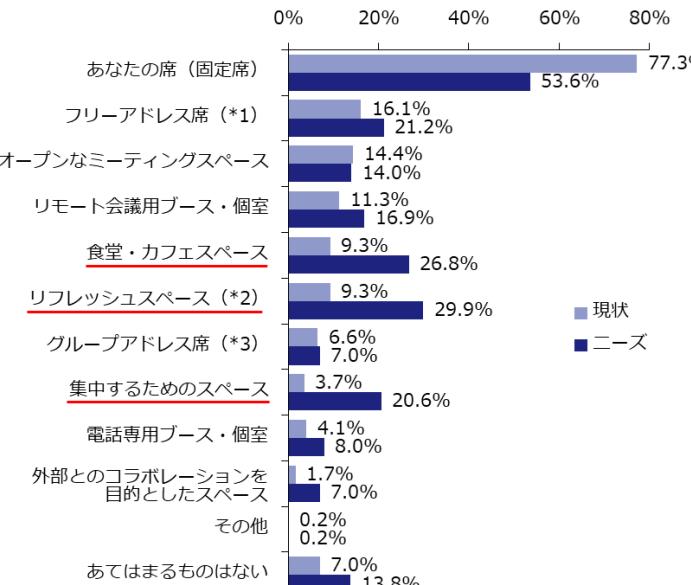
*1 フリーアドレス席…個人が自由に選ぶことができるスタイルの席

*2 リフレッシュスペース…心身のリフレッシュのために設けられたスペース。
休憩だけでなく健康増進や従業員同士のコミュニケーション活性化のためにも利用される

*3 グループアドレス席…部署やチーム等の決められたエリアの中で、個人が自由に選ぶことができるスタイルの席

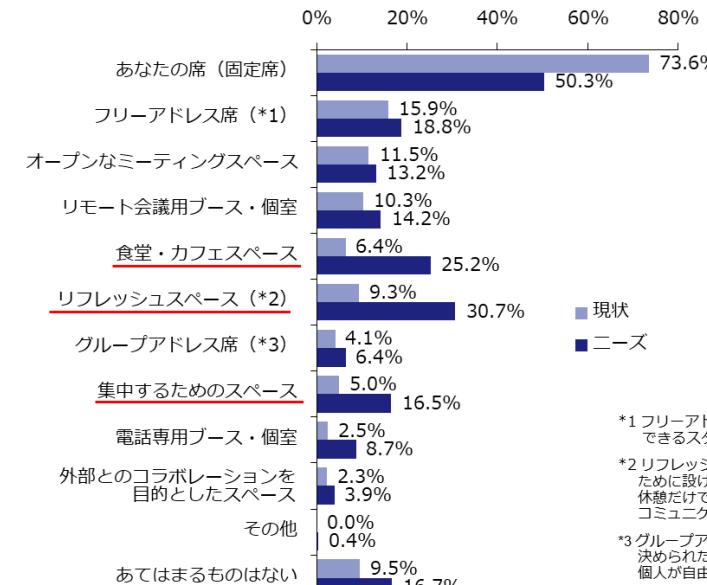
現状とニーズのギャップが最も大きいのは「リフレッシュスペース」

【図表20】<名古屋市> オフィス内のレイアウト (現状とニーズ)



集計対象：名古屋市 (n=515) / 複数回答

【図表21】<福岡市> オフィス内のレイアウト (現状とニーズ)



集計対象：福岡市 (n=515) / 複数回答

*1 フリーアドレス席…個人が自由に選ぶことができるスタイルの席

*2 リフレッシュスペース…心身のリフレッシュのために設けられたスペース。
休憩だけでなく健康増進や從業員同士のコミュニケーション活性化のためにも利用される

*3 グループアドレス席…部署やチーム等の決められたエリアの中で、個人が自由に選ぶことができるスタイルの席