

オフィスビルエネルギー消費量及びコスト調査 (2025年12月まで)

2026年3月4日

ザイマックス総研

エネルギー単価・コスト共に微増、横ばい圏内で推移

ザイマックス総研は、首都圏オフィスビルを対象とした「オフィスビルエネルギー消費量及びコスト調査」を2010年1月より定期的に公表している。今回は2025年12月までの結果を公表する。

2024年12月から2025年12月にかけて、エネルギー単価は162から165、エネルギーコストは109から110へと小幅に上昇した。2023年の急騰後はいったん落ち着いたものの高止まりが続き、2025年末時点でも2021年以前を大きく上回る水準にある。

詳細データは、ダウンロード資料 (Excel) を参照。

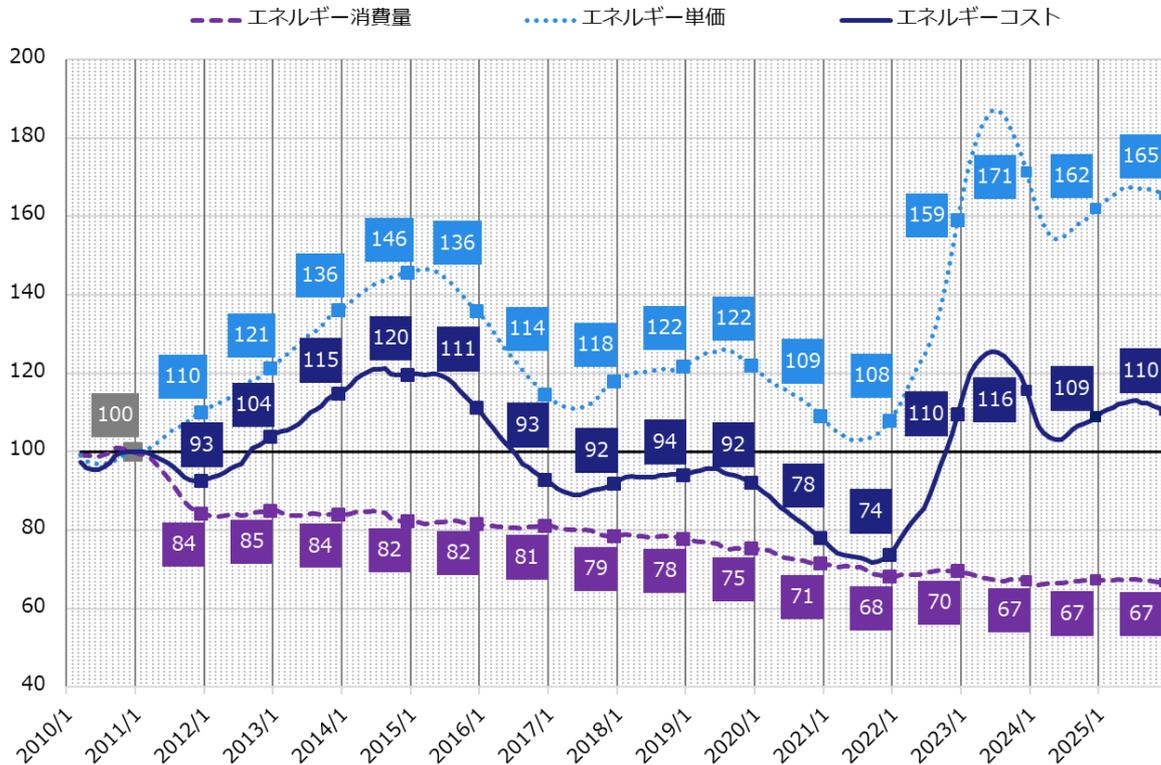
2025年12月時点の調査結果

エネルギー消費量	67 (0pt)
エネルギー単価	165 (+3pt)
エネルギーコスト	110 (+1pt)

※各スコアは12ヶ月移動平均値であり、2010年12月時点の数値を100として各指標を指数化している。末頁の調査概要も併せて参照のこと

※括弧内は2024年12月調査時点からの変化量を表す

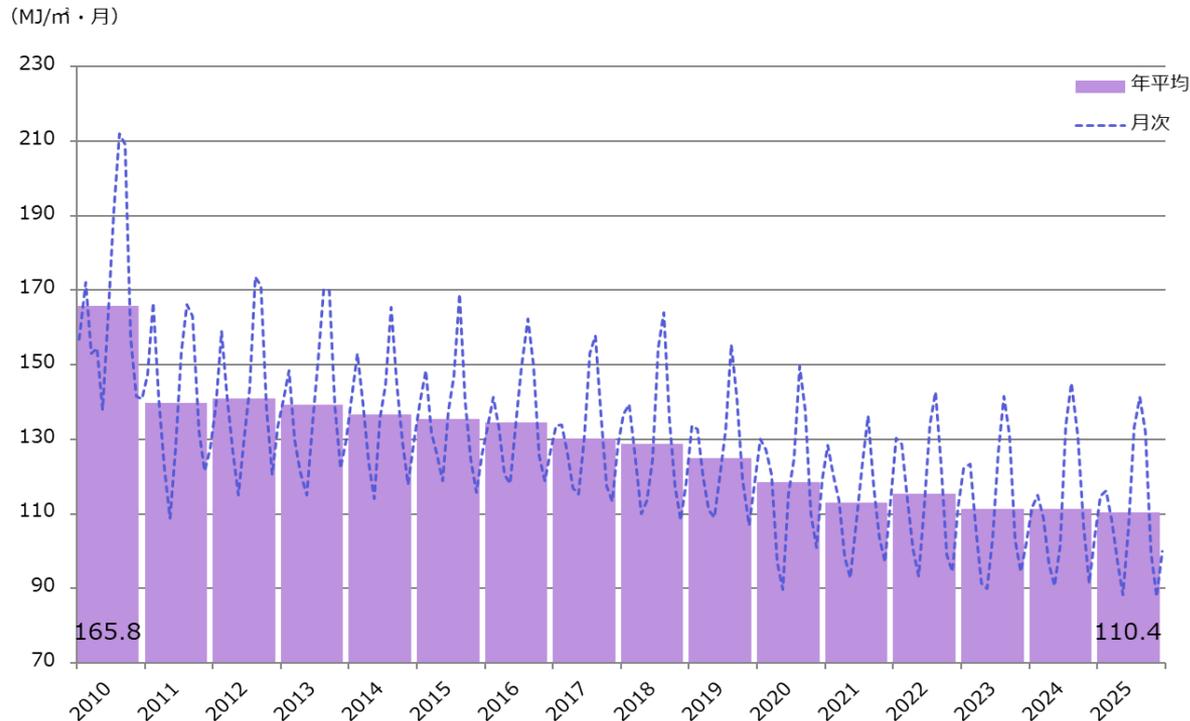
【図表1】 エネルギー消費量・単価・コストの過去12ヶ月平均値の推移



エネルギー消費量: 2025年は平均110.4MJ/m²・月 (年換算1,325MJ/m²)

2025年のエネルギー消費量は、平均110.4MJ/m²・月 (年換算1,325MJ/m²) と、前年に続いて調査開始以来の最低値を更新した。省エネ設備の普及や、働き方の多様化に伴うオフィス利用の最適化が定着したことが、長期的な減少傾向の要因と考えられる。

【図表2】 エネルギー消費量 (MJ/m²・月) の推移



※数値ラベルは、分析対象期間における最新年、最大値記録年および最小値記録年のみ表示している。

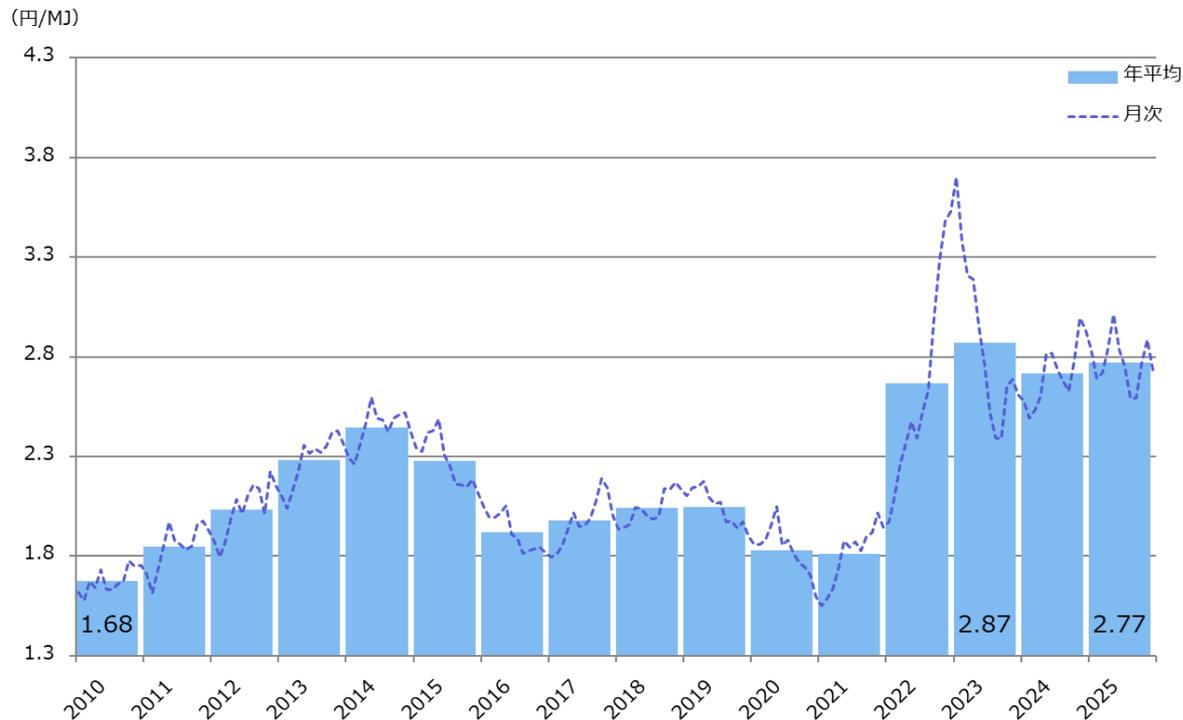
【参考】直近18ヶ月のエネルギー消費量 (MJ/m²・月)

24/07	133.6	25/01	114.8	25/07	133.1
24/08	145.1	25/02	116.1	25/08	141.3
24/09	130.6	25/03	108.3	25/09	132.1
24/10	107.0	25/04	97.5	25/10	99.5
24/11	91.3	25/05	88.2	25/11	87.8
24/12	104.1	25/06	106.3	25/12	99.9

エネルギー単価: 2025年は平均2.77円/MJ

2025年のエネルギー単価は平均2.77円/MJとなり、2023年のピーク以降、依然として高い水準で推移している。この背景には、中東情勢をはじめとする地政学リスクなどにより国際的な燃料価格が不安定であることに加え、為替相場の動向が輸入コストに影響を及ぼしているといった構造的な要因が重なっているものと考えられる。

【図表3】 エネルギー単価（円/MJ）の推移



【参考】 直近18ヶ月のエネルギー単価（円/MJ）

24/07	2.74	25/01	2.84	25/07	2.75
24/08	2.68	25/02	2.69	25/08	2.59
24/09	2.63	25/03	2.72	25/09	2.59
24/10	2.78	25/04	2.84	25/10	2.77
24/11	3.00	25/05	3.01	25/11	2.89
24/12	2.94	25/06	2.84	25/12	2.73

※数値ラベルは、分析対象期間における最新年、最大値記録年および最小値記録年のみ表示している。

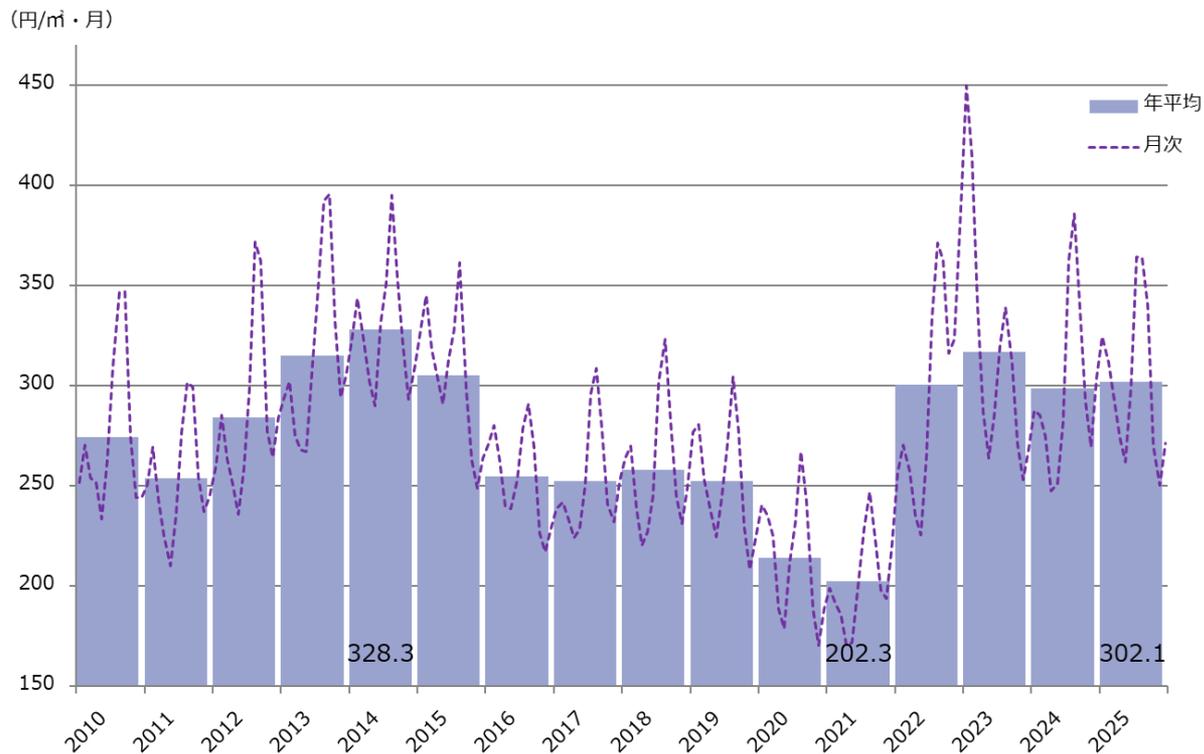
エネルギーコスト:2025年は平均302.1(円/m²・月)

2025年のエネルギーコストは平均302.1円/m²・月となり、過去最高となった2023年比では減少したものの、前年(298.5円)から微増した。エネルギー消費量は過去最低を更新し続けているものの、エネルギー単価の高止まりがその効果を打ち消しており、ビル運営におけるコスト負担の軽減には至っていない。今後の動向については、エネルギー単価の推移や政府による補助金制度の変更などの影響を大きく受ける可能性が高いと考えられる。

【参考】直近18ヶ月のエネルギーコスト (円/m²・月)

24/07	362.6	25/01	324.6	25/07	364.5
24/08	385.7	25/02	311.5	25/08	364.1
24/09	339.0	25/03	292.7	25/09	339.9
24/10	292.3	25/04	274.1	25/10	270.1
24/11	269.5	25/05	262.2	25/11	250.4
24/12	304.1	25/06	299.5	25/12	271.5

【図表4】エネルギーコスト (円/m²・月) の推移



※数値ラベルは、分析対象期間における最新年、最大値記録年および最小値記録年のみ表示している。

調査概要

調査期間	2009年4月～2025年12月
調査対象	ザイマックスグループが運営する首都圏の一般的な賃貸オフィスビルのうち、有効なデータが得られた物件。毎月約100棟
算出方法	<p>A 各月のエネルギー消費量・エネルギー単価・エネルギーコスト</p> <p>① ビル毎に電気・ガス・熱の消費量及び支払金額（税抜）を集計</p> <p>② ①の各エネルギー消費量をMJ（一次エネルギー量）に換算し、合計する （換算係数は下記を使用） 電気：9.76MJ/kWh、都市ガス：45MJ/m³、冷水・温水・蒸気：1.36MJ/MJ</p> <p>③ エネルギー消費量（MJ / m²・月） ⇒②で求めた消費量合計を、空室を除いた延床面積で除す エネルギー単価（円 / MJ） ⇒①で求めた支払金額合計を、②で求めた消費量合計で除す エネルギーコスト（円 / m²・月） ⇒①で求めた支払金額合計を、空室を除いた延床面積で除す</p> <p>④ ③で求めたそれぞれについて、調査対象の平均値を求める</p> <p>B 12ヶ月平均値</p> <p>① 各月について、Aで求めた消費量・単価・コストの過去12ヶ月間の平均値を算出</p> <p>② 2010年12月時点の数値を100として指数化</p>
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・ 本データの「月」はエネルギー供給会社の検針作業上の月で、ビル毎・供給会社毎に異なる ・ 本調査では、継続性・正確性を期すため、空室を除いた延床面積を用いている ・ 各指標は速報値であり、算出にあたっては調査時点毎で得られたデータを使用しているため後日公表される数値と異なる場合がある