

【東京 23 区】時代とともに変化するオフィス仕様 2026 <概要版>

東京 23 区オフィスピラミッドを深掘りする

2026 年 3 月 26 日

オフィスビルを取り巻く環境は、働き方の変化や設備需要の高度化、立地選好の変化などを背景に、求められる仕様が更新されつつある。では、東京 23 区のオフィスビルストックは、竣工年代とともにどのように変化してきたのだろうか。

ザイマックス総研では、東京 23 区に立地するオフィスビルを対象に、テナント募集資料等で観測できた仕様データをもとに、天井高・床荷重・電気容量などの建物内スペックに加え、耐震性および周辺環境（Walkability Index）の観点から、年代別・規模別の特徴を整理した。本資料は<概要版>として一部を抜粋したものである。

主な調査結果

- 主要スペックは年代が新しいほど高仕様化している。中小規模・大規模とも天井高は上昇し、床荷重も概ね増加している。大規模ビルでは高層化も進み、2020 年以降は平均 27 階まで上昇している。
- 1980～1999 年の大規模ビルは、延床面積・基準階面積が他年代より小さく、駅からの徒歩分数が長い傾向がみられ、当時の供給構造の影響が示唆される。
- 周辺環境（Walkability Index）は、年代とともに単調に改善するのではなく、供給が集中したエリア特性によって分布が左右される。
- 耐震性は大規模ビルでの表明・整備が相対的に進んでいる。「新耐震」または募集資料等で耐震性の表記がある割合は大規模ビル 95%、中小規模ビル 79%であり、耐震改修の表記も大規模の方が多い。

<調査概要>

調査時点：2025 年 12 月

調査対象：2026 年末時点において、延床面積 300 坪以上、1946 年以降に竣工した（予定含む）主な用途が事務所のオフィスビル（原則、自社ビルを除く）

調査地域：東京 23 区

調査方法：新聞記事など一般的に公開されている情報を基に、一部現地調査ならびに事業者ヒアリングを実施して集計

※本レポートに関して、一部文章を修正しました（2026 年 5 月 14 日）。

topic 1

中小規模ビル・大規模ビルともに、竣工年代が新しくなるほど天井高は上昇し、床荷重も概ね増加している。また、大規模ビルでは竣工年代が新しくなるほど高層化が進んでおり、2020年以降は平均27階まで上昇している。

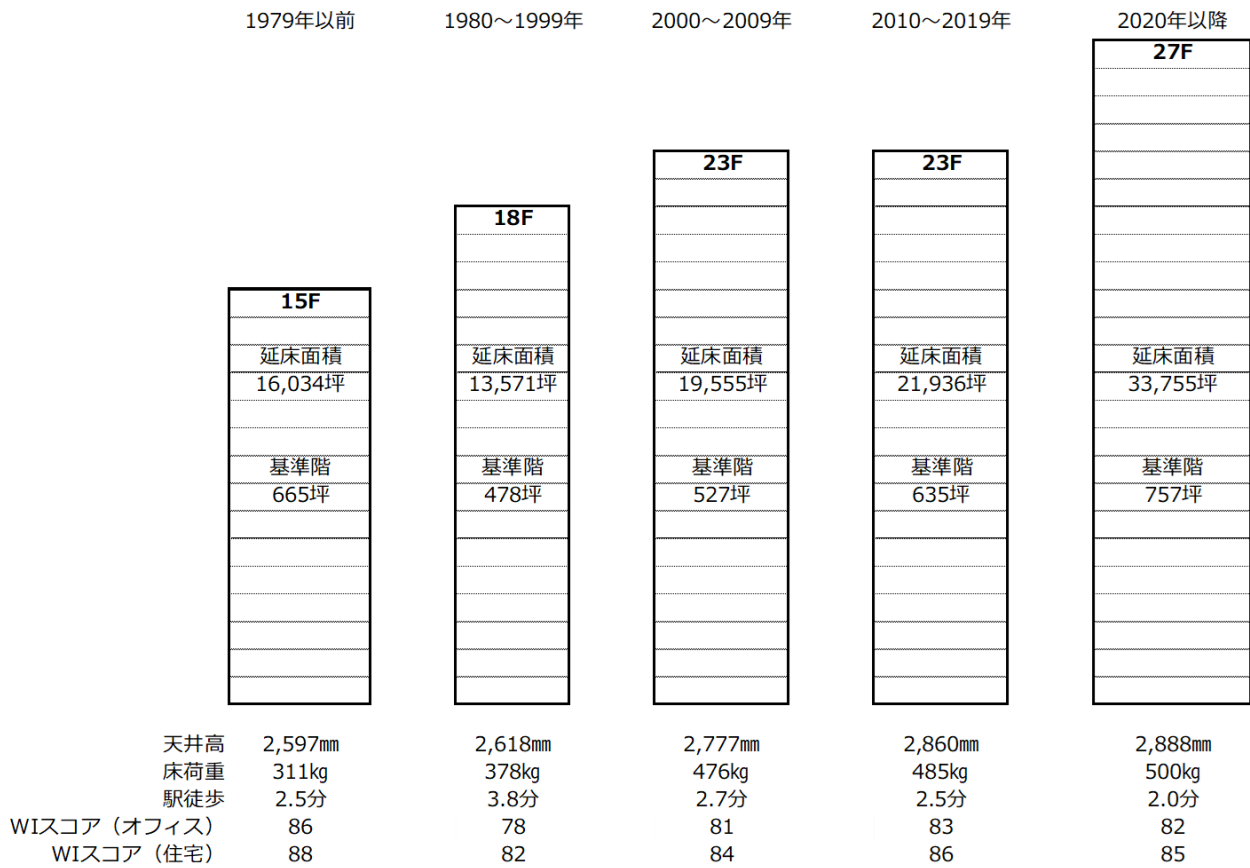
特に大規模ビルをみると1980～1999年代では他年代と比べて延床面積および基準階面積が小さく、駅徒歩が長い傾向がみられ、この年代に比較的小さいビルの供給や相対的に駅距離のある立地の供給が一定程度増えた可能性を示唆している。背景として、当時の開発環境や供給構造（バブル期前後を含む）により、規模・立地条件の分布が他年代と異なった影響が考えられる。

なお、中小規模ビルでは2020年以降、天井高は上昇している一方で、延床面積・基準階面積は2010～2019年より縮小している。これは、中小規模の新規供給が「高仕様化」と「大規模化」が必ずしも同時に進んでいないことを示している。

【図表 1-1】 中小規模ビル：各仕様の平均値

	1979年以前	1980～1999年	2000～2009年	2010～2019年	2020年以降
	8F	8F	9F	9F	10F
	延床面積 966坪	延床面積 934坪	延床面積 1,367坪	延床面積 1,635坪	延床面積 1,072坪
	基準階 101坪	基準階 100坪	基準階 126坪	基準階 140坪	基準階 106坪
天井高	2,499mm	2,518mm	2,699mm	2,748mm	2,837mm
床荷重	327kg/m ²	345kg/m ²	411kg/m ²	474kg/m ²	469kg/m ²
駅徒歩	3.1分	3.5分	3.4分	2.8分	2.9分
WISコア（オフィス）	86	83	84	86	85
WISコア（住宅）	89	87	87	89	88

【図表 1-2】大規模ビル：各仕様の平均値



topic 2

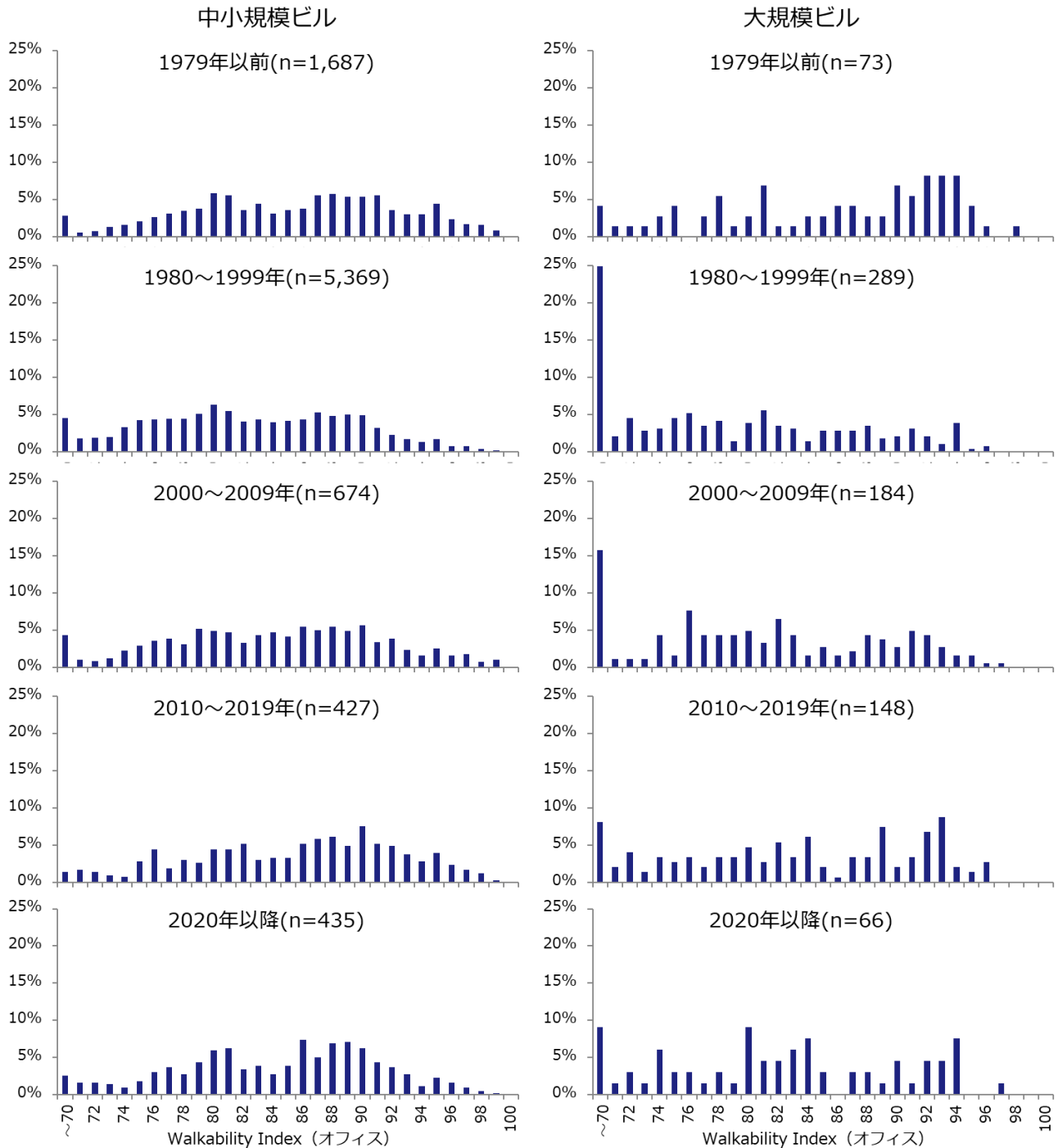
topic1 でも確認できるように、駅徒歩分数は全体として短縮傾向にあり、特に大規模ビルにおいては、近年の供給物件ほど駅近立地に集中している。建物内スペックだけでなく周辺都市環境を捉えるために Walkability Index（オフィス・住宅の2指標）（*1）を用い、立地環境の分布を可視化した【図表 2-1】【図表 2-2】。

*1 Walkability Index（日建設計総合研究所）：<https://www.nikken-ri.com/services/wi/index.html>

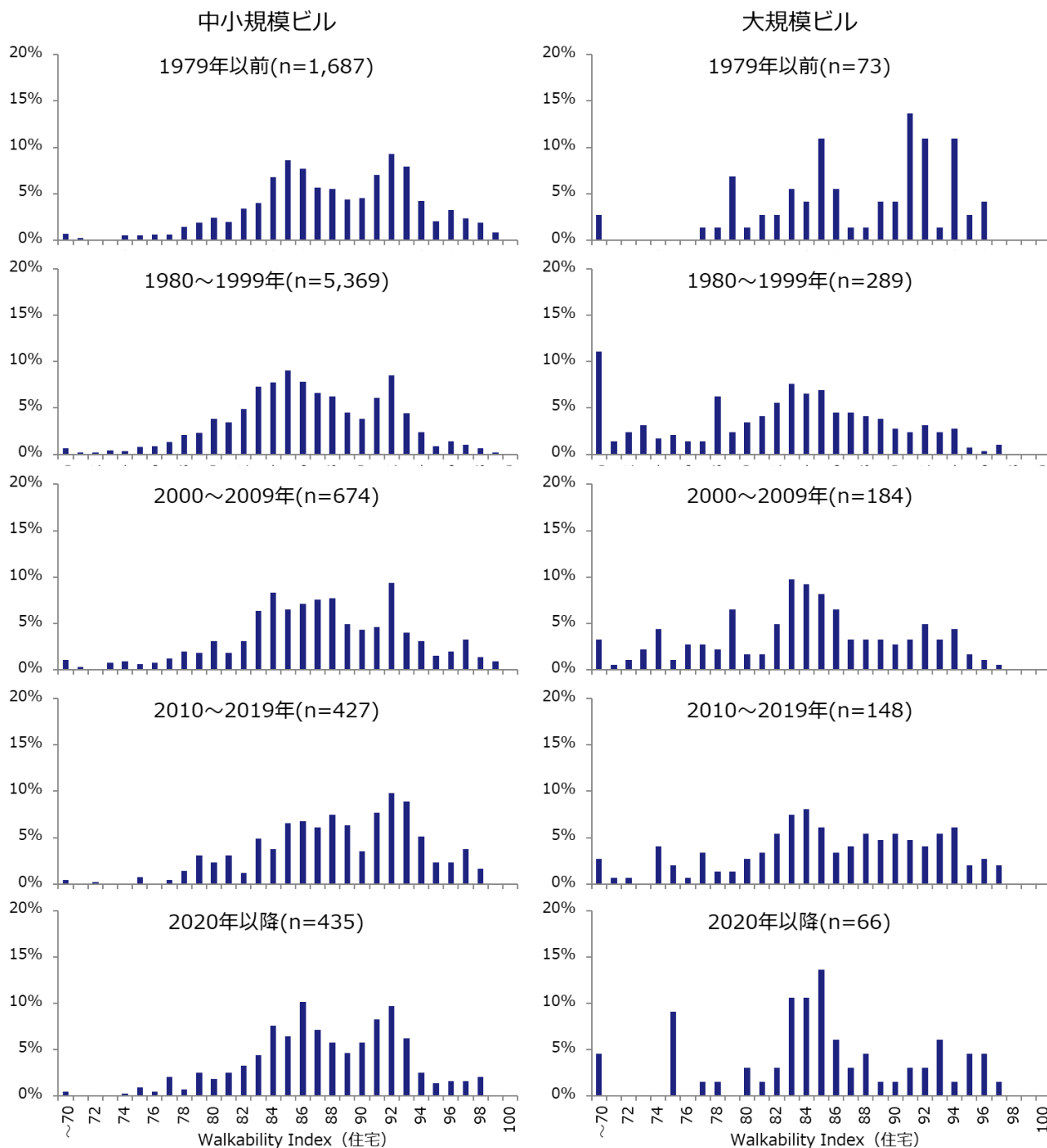
Walkability Index（オフィス）のスコア分布をみると、就業地としての歩行利便性は年代が新しいほど一様に高まるわけではなく、各年代の供給が就業集積地と周縁部のどちらに偏っていたかといった立地構成の影響を強く受けることがわかる【図表 2-1】。中小規模ビルは中位帯を中心に広く分布する一方、大規模ビルは年代による振れが大きく、同じ規模でも立地の性格が多様であることが示唆される。

Walkability Index（住宅）のスコア分布をみると、周辺の生活利便性についても同様に、年代とともに単調に改善するのではなく、供給が集中したエリア特性によって分布が左右されることがわかる【図表 2-2】。中小規模ビルは一定のレンジに分散し、大規模ビルは年代による構成比の変化が大きい。オフィス指標と住宅指標を併用することで、就業地としての利便性と生活環境としての利便性が必ずしも一致しない点も含め、立地環境の多様性を整理できる。

【図表 2-1】 Walkability Index (オフィス) の分布



【図表 2-2】 Walkability Index (住宅) の分布



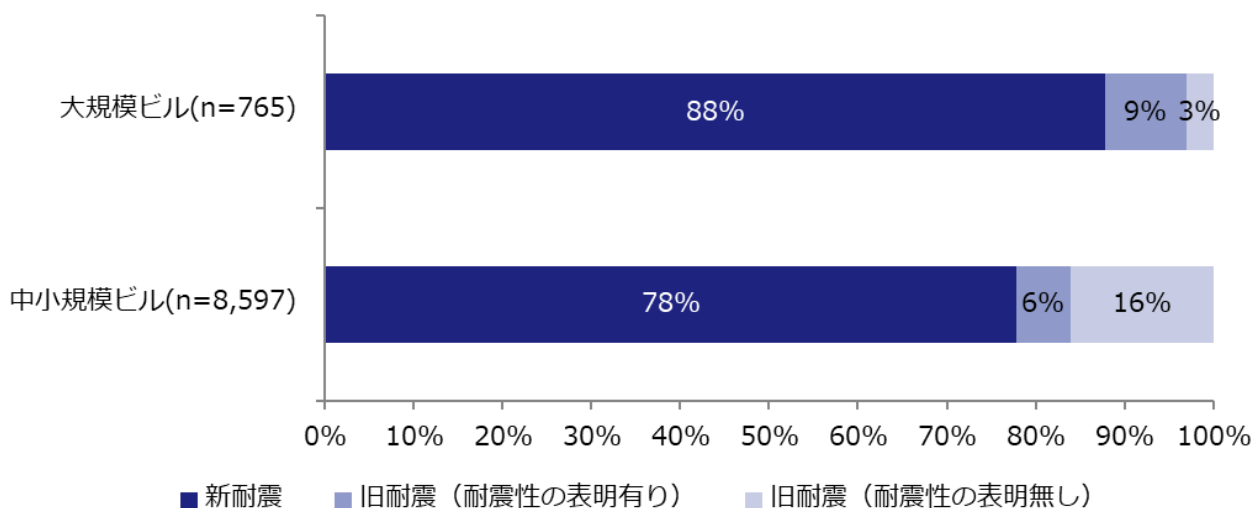
topic 3

【図表 3】は、耐震性の有無について、竣工が 1982 年以降の物件を「新耐震」、竣工が 1981 年以前の物件のうち、耐震性能を有していることを表明している物件を「旧耐震（耐震性の表明有り）」、表明していない物件を「旧耐震（耐震性の表明無し）」として、規模別に棟数割合をみたものである。

「新耐震」およびテナント募集資料等で「耐震性を有している」旨の表記をしていたビルの割合は、大規模ビル 97%、中小規模ビル 84%となった。「旧耐震（耐震性の表明有り）」であったビルのうち、「耐震改修を行った」旨を表記していたものは、大規模ビルで全体の 3%、中小規模ビルで全体の 1%あり、大規模ビルでは中小規模ビルに比べて耐震改修の実施が進んでいる様子がうかがえた(*2)。また、新耐震基準が適用される以前であっても、高層ビルでは耐震面において十分な許容度を確保した設計が求められたことも、大規模ビルでは耐震性を有していたビルが多かった理由と考えられる。

*2 耐震改修を行っていてもテナント募集資料に表記していない場合や、データ収集日以降に耐震改修を行った場合は当該割合には反映されていない。

【図表 3】耐震性の有無



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。

本レポートに関するお問い合わせ

ザイマックス総研

<https://soken.xymax.co.jp> | E-MAIL: info-rei@xymax.co.jp