

オフィスビルエネルギー消費量及びコスト調査 (2026年6月まで)

2026年9月9日

ザイマックス総研

エネルギー消費量の減少でコストは低下するも、単価は上昇

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2026年6月までの結果を公表する。

2025年12月調査時点と比べ、単価は167（+1pt）と2023年のピーク（181）には及ばないものの高止まりが続いている。一方、エネルギー消費量が65（-1pt）へと低下したことでコストは108（-2pt）となったが、高単価が押し下げ要因を相殺し、コストの減少幅は限定的なものにとどまっている。

詳細データは、ダウンロード資料（Excel）を参照。

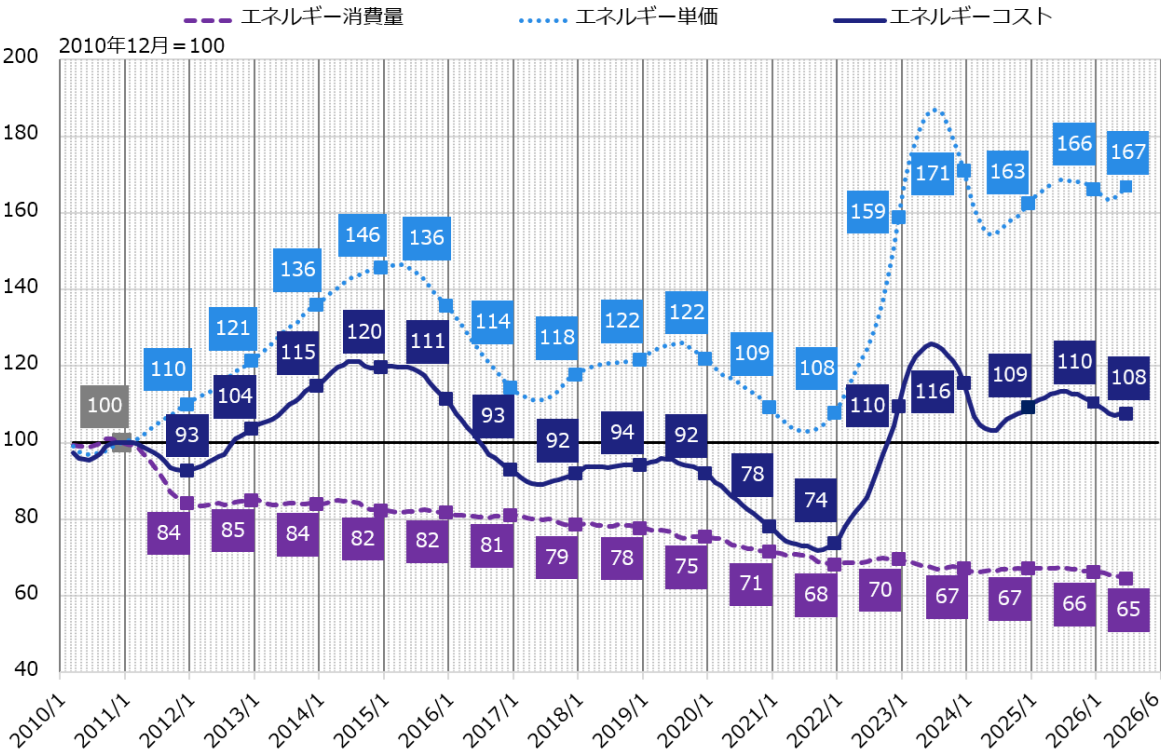
2026年6月時点の調査結果

エネルギー消費量	65（-1pt）
エネルギー単価	167（+1pt）
エネルギーコスト	108（-2pt）

※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2025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: 2026年1～6月は平均99.2MJ/m²・月 (年換算1,190MJ/m²)

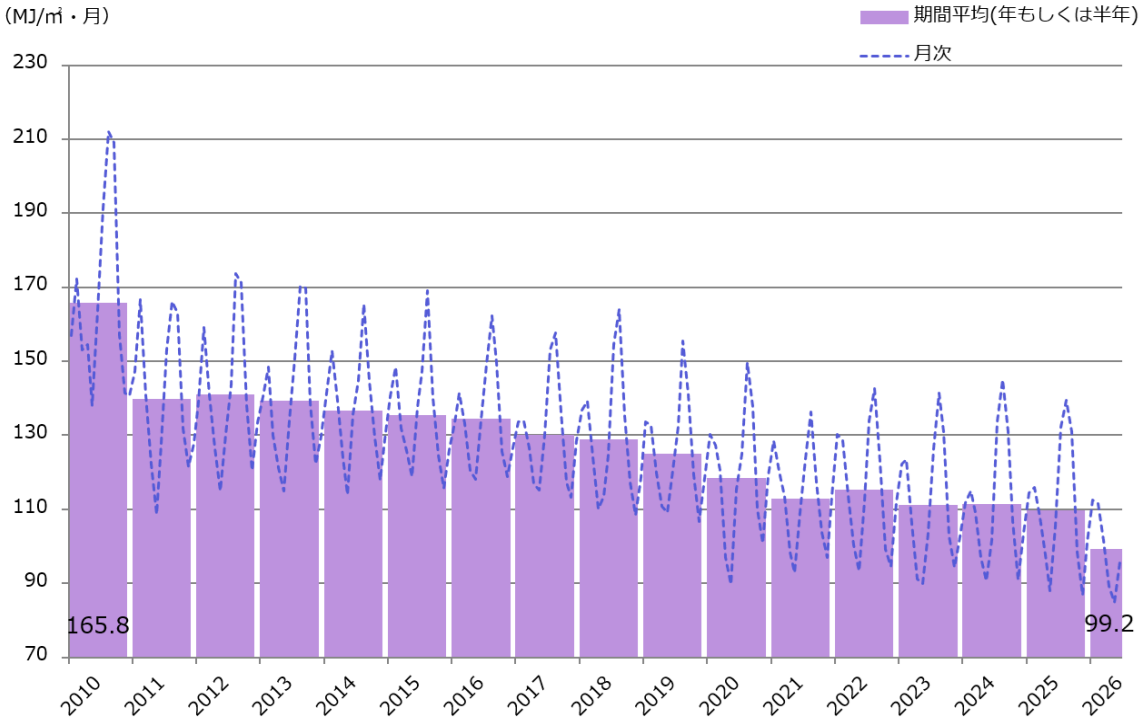
2026年1～6月のエネルギー消費量は平均99.2MJ/m²・月と、前年同期(104.8MJ/m²・月)から約5%減少した。1～6月の平均としては初めて100MJ/m²・月を割り込んだ。東京の月平均気温は暖房期の2月が前年を1.5℃上回る一方、冷房が立ち上がる6月は3.2℃下回っており(*1)、今期は空調負荷が前年より軽かったとみられる。設備機器の更新による効率改善なども、長期的な減少の背景にある可能性がある。

*1 気象庁 東京 月ごとの値 2026年・同 2025年より

【参考】直近18ヶ月のエネルギー消費量 (MJ/m²・月)

25/01	114.4	25/07	132.2	26/01	112.4
25/02	115.8	25/08	139.4	26/02	111.5
25/03	107.9	25/09	131.1	26/03	101.5
25/04	97.6	25/10	98.5	26/04	89.1
25/05	87.9	25/11	86.8	26/05	84.9
25/06	105.4	25/12	101.0	26/06	95.8

【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、最大値記録年及び最小値記録年のみ表示している。

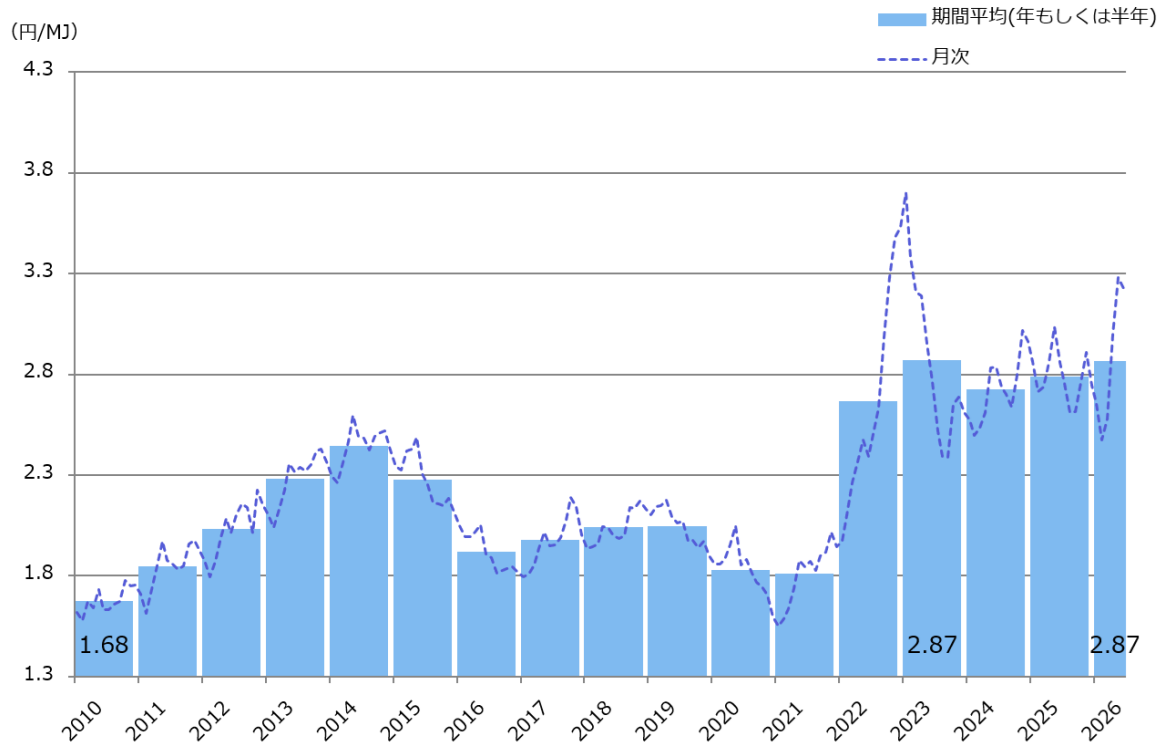
エネルギー単価:2026年1～6月は平均2.87円/MJ

2026年1～6月のエネルギー単価は平均2.87円/MJで、前年同期（2.85円/MJ）とほぼ同水準となったが、期中の動きは対照的である。政府の電気・ガス料金支援が残っていた1～3月は前年同月を下回った一方、同支援が3月使用分で終了したことに加え、再エネ賦課金の引き上げや燃料費調整単価の上昇が重なり、4月以降は前年同月を大きく上回る水準へ切り上がった。5月の3.28円/MJは2023年2月以来の高さである。

【参考】直近18ヶ月のエネルギー単価（円/MJ）

25/01	2.86	25/07	2.76	26/01	2.65
25/02	2.72	25/08	2.61	26/02	2.47
25/03	2.74	25/09	2.61	26/03	2.58
25/04	2.86	25/10	2.76	26/04	2.99
25/05	3.04	25/11	2.91	26/05	3.28
25/06	2.86	25/12	2.75	26/06	3.22

【図表3】エネルギー単価（円/MJ）の推移



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

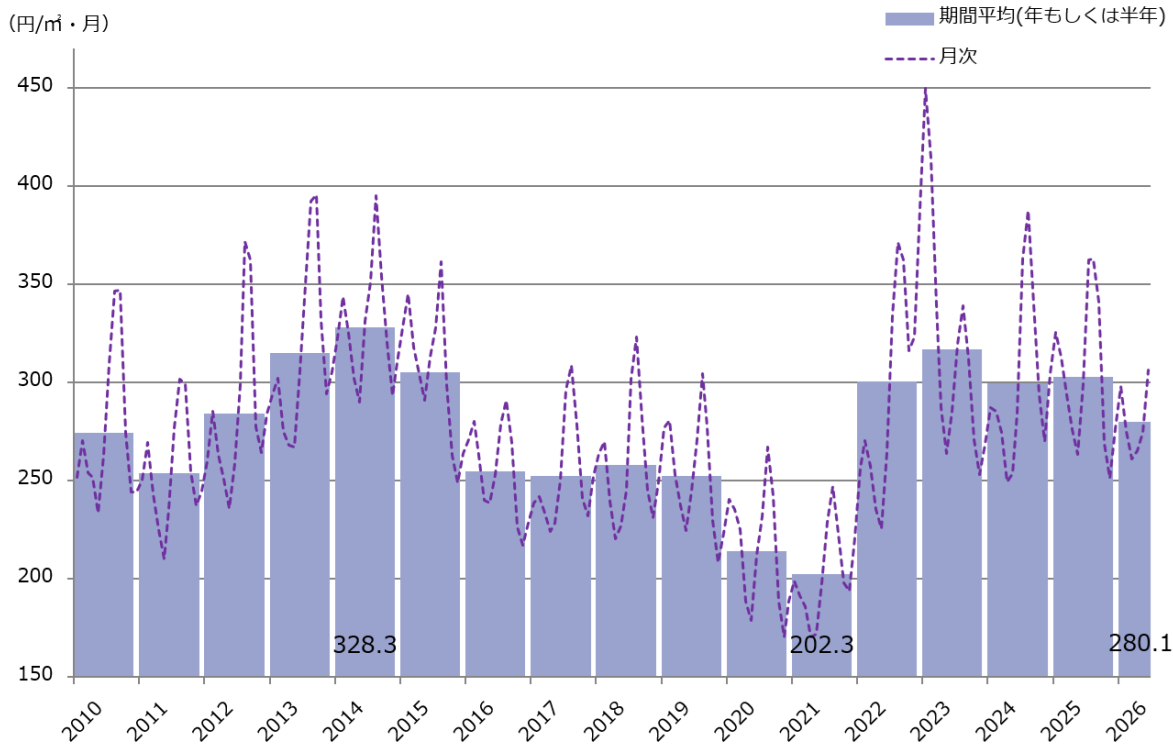
エネルギーコスト:2026年1～6月は平均280.1円/㎡・月

2026年1～6月のエネルギーコストは平均280.1円/㎡・月となり、前年同期（295.2円/㎡・月）から約5%減少した。消費量の減少が単価の上昇を上回り、コスト負担はいったん軽減された。ただし月次でみると、1～4月は前年同月を下回った一方、5月以降は前年同月を上回っており、6月は306.4円/㎡・月と前年同月（299.4円/㎡・月）から増加した。空調需要が高まる夏季は単価上昇の影響がより強く表れるとみられ、通年では増加に転じる可能性がある。

【参考】直近18ヶ月のエネルギーコスト（円/㎡・月）

25/01	325.6	25/07	362.3	26/01	297.8
25/02	312.9	25/08	363.1	26/02	275.0
25/03	293.8	25/09	340.8	26/03	261.0
25/04	276.2	25/10	269.2	26/04	265.4
25/05	263.5	25/11	251.3	26/05	274.8
25/06	299.4	25/12	276.3	26/06	306.4

【図表4】エネルギーコスト（円/㎡・月）の推移



※数値ラベルは、分析対象期間における最新年、最大値記録年及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～2026年6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	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 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 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 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 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 B 過去12ヶ月平均値 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 ② 2010年12月時点の数値を100として指数化
備考	・ 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、算出にあたっては各調査時点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