

第78回

オフィスピラミッドを深掘りする2026 ～時代とともに変化するオフィス仕様～



中山 善夫

株式会社ザイマックス総研
代表取締役社長
(ARES マスター M0600051)



菊澤 恭子

株式会社ザイマックス総研
主任研究員

はじめに

ザイマックス総研は、本誌において2019年に「オフィスピラミッドを深掘りする～時代とともに変化するオフィス仕様～」を寄稿し、「東京23区オフィスピラミッド2019」をもとに、東京23区のオフィスストックを構成するビルの仕様変化を分析した。同稿では、延床面積、基準階面積、地上階数、天井高、電気容量、床荷重、最寄り駅からの徒歩分数について、規模別・年代別に整理し、オフィスビルの仕様が時代とともにどのように変化してきたかを明らかにした。2019年版では、東京23区9,206棟を対象に、年代区分を「～1979年」「1980～1999年」「2000年～」の3区分として分析していた。

その後、東京23区のオフィスストックはさらに成熟が進み、働き方の多様化、DXの進展、災害

時の安全性やBCPへの関心の高まりなどを背景に、企業がオフィスに求める要件も変化している。オフィスに求められる価値は、天井高や床荷重、電気容量といった建物内部のスペックだけではなく、ワーカーの快適性や生産性、さらには周辺環境を含めた利便性へと広がっている。

そこで今回は、2026年1月26日に公表した「東京23区オフィスピラミッド2026」^{注1}をもとに、2019年寄稿のアップデート版として、東京23区のオフィス仕様の変遷を改めて整理する。オフィスピラミッドは、人口ピラミッドに倣い、オフィスストックを規模別に築年の構成で表したものであり、毎年、賃貸面積と棟数ベースで公表している。東京のオフィスストックの現状を視覚的に把握できる点に特徴があり、不動産会社やJ-REITのIR資料、調査機関のレポート等でも広く引用されている。

注1

2026年1月26日公表「オフィスピラミッド2026 東京23区・大阪市」
https://soken.yymax.co.jp/report/2601-stock_pyramid_2026.html

今回の分析では、2019年版で取り上げた延床面積、基準階面積、地上階数、天井高、電気容量、床荷重、最寄り駅からの徒歩分数、耐震性に加え、日建設計総合研究所様のご協力により、周辺環境を示す指標としてWalkability Index^{注2}を新たに加えた。Walkability Indexは、対象地点から徒歩圏内に存在する各種施設の集積状況等をもとに周辺環境をスコア化した指標である。これにより、建物内部の仕様だけでなく、就業者の日常的な移動や利便性を支える都市環境の特徴もあわせて捉えることを試みる。

過去には、大地震やビル災害の発生などを契機として法律改正や規制がたびたび行われてきた。また、社会環境の変化に伴いテナントが求めるビルの仕様は変わり、建築技術の進歩も仕様の機能向上に寄与してきた。2019年寄稿時点でも、働き方改革の広がりを背景に、従業員のワークライフバランス向上や健康促進、快適性といった要素が重視されつつあることを指摘した。2026年時点では、こうした傾向はさらに進み、オフィスは単なる執務場所ではなく、従業員の創造性、交流、安心・安全、企業文化の形成を支える場として捉えられるようになってきている^{注3}。

このように、ビル仕様やオフィス立地に求められる条件は時代とともに変化しているが、標準的な水準や概念で整理されることが多く、実際のビルデータを用いてその実状を明らかにした調査は少ない。今回、建物・設備仕様、耐震性、周辺環境の変遷を可視化することは、不動産の投融资の場面だけでなく、経済活動を支える基盤であるオフィスストックの質的向上を検討する一つの材料

になると考える。

なお、今回の分析に用いたビルデータは調査時点のものであり、各仕様については竣工当初のものとは異なる場合があることにはご留意いただきたい。

1. 使用したデータとビルの年代区分

東京23区オフィスピラミッド2026(棟数ベース)
【図表1】で用いた以下の9,362棟のビルを対象としている。

- 東京23区における延床面積300坪以上の主な用途が事務所のオフィスビル
- 1946～2026年竣工(予定含む)
- 中小規模ビルは延床面積300～5,000坪未満、大規模ビルは延床面積5,000坪以上

この中から、テナント募集用資料等で観測できた各仕様のデータ(収集時点)を用いている。対象とした仕様は、延床面積、基準階面積、地上階数、天井高、床荷重、電気容量、最寄り駅からの徒歩分数である。また、今回の分析では、建物内部の仕様に加え、各ビルの立地環境を定量的に把握するため、Walkability Index(オフィス・住宅の2指標)も用いた。Walkability Indexには用途特性を踏まえた複数の指標があり、本レポートでは「オフィス」と「住宅」の2種類のスコアを用いる。オフィス指標は就業者の利用が想定される施設等(カフェ、書店など)への近接性を、住宅指標は生活利便施設等(スーパーマーケット、公園など)へ

注2

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

注3

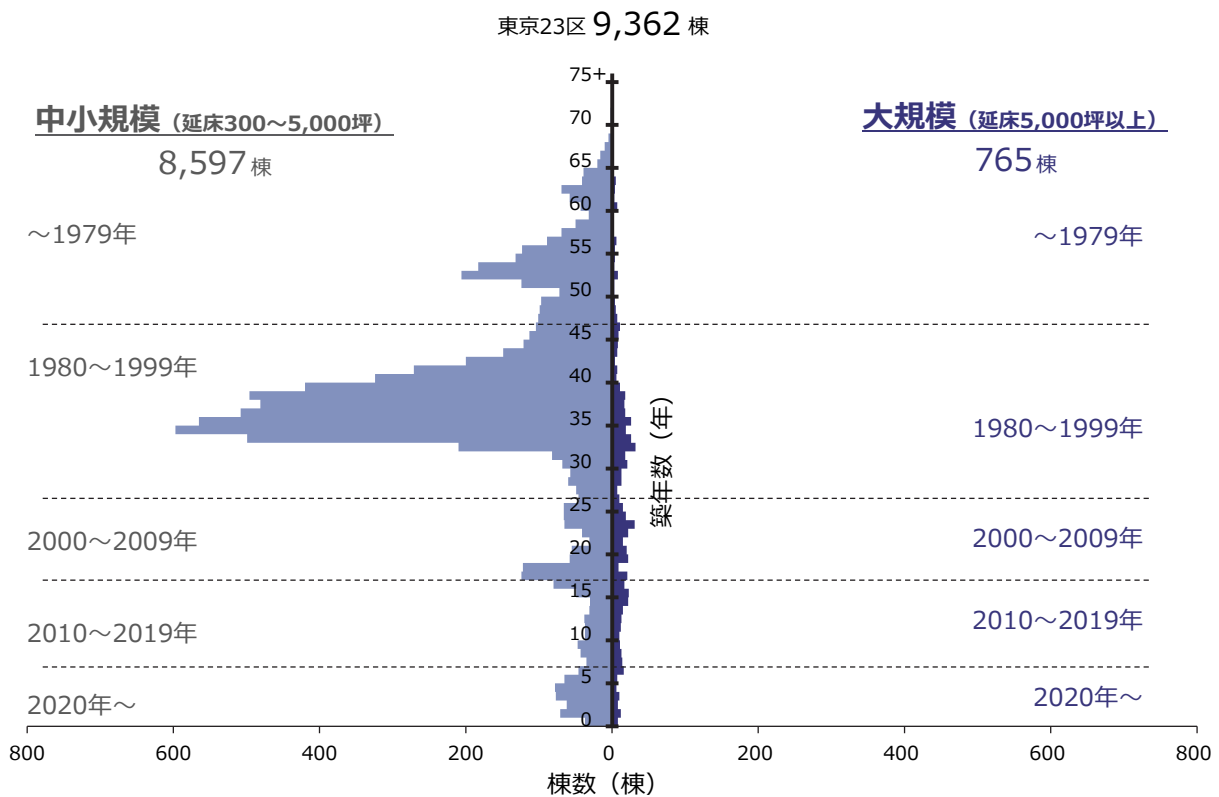
2026年01月29日公表「大都市圏オフィス需要調査2025秋」
https://soken.xymax.co.jp/report/2601-office_demand_survey_2025a.html

の近接性を主に反映する。両指標を併用することで、オフィス立地としての特性に加え、周辺的生活環境としての特性もあわせて把握する。

年代区分については、竣工年により、1979年以前、1980～1999年、2000～2009年、2010～

2019年、2020年以降の5区分とした。2019年版では「～1979年」「1980～1999年」「2000年～」の3区分であったが、今回は2000年以降のオフィス仕様や立地環境の変化をより詳細に把握するため、2000年以降を3つの年代に細分化した。

【図表1】オフィスピラミッド 2026 (棟数ベース)



2. 各仕様の変化

ビルの基本的な仕様について、規模別に各年代の変化をみていく。

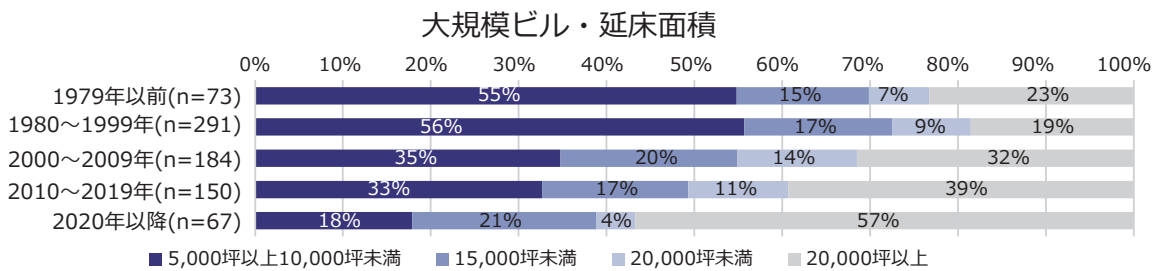
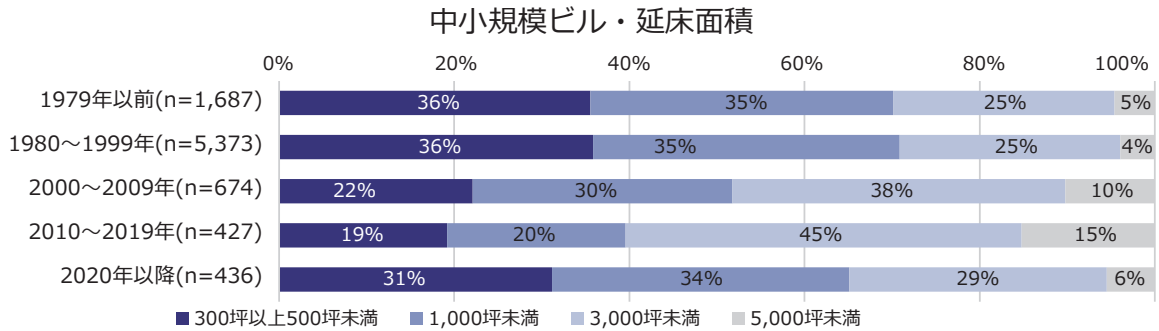
(1) 延床面積

中小規模ビルの延床面積をみると、1999年までは1,000坪未満が7割超を占めていたが、2000

年以降はその割合が低下し、2010～2019年には39%となった。一方、2020年以降は65%まで再び上昇しており、直近では小規模側の構成比が高まっている【図表2】。

大規模ビルでは、1999年までは10,000坪未満が5割超を占めていたが、2000年以降は20,000坪以上の比率が高まり、2020年以降は半数以上を占めるなど、大型化が進んでいる。

【図表2】規模別・年代別の延床面積の割合

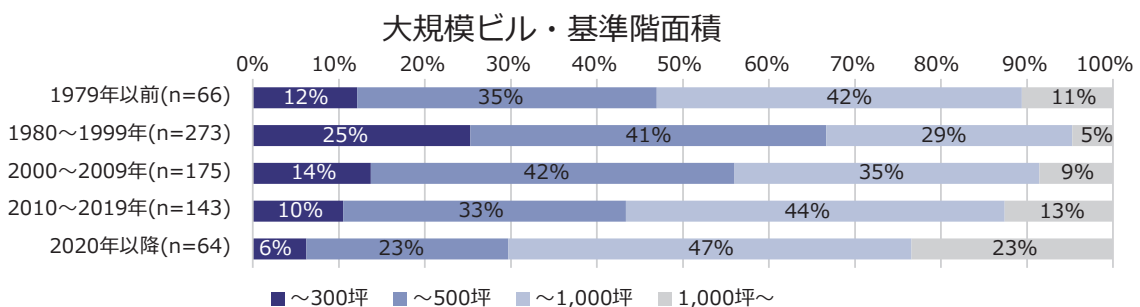
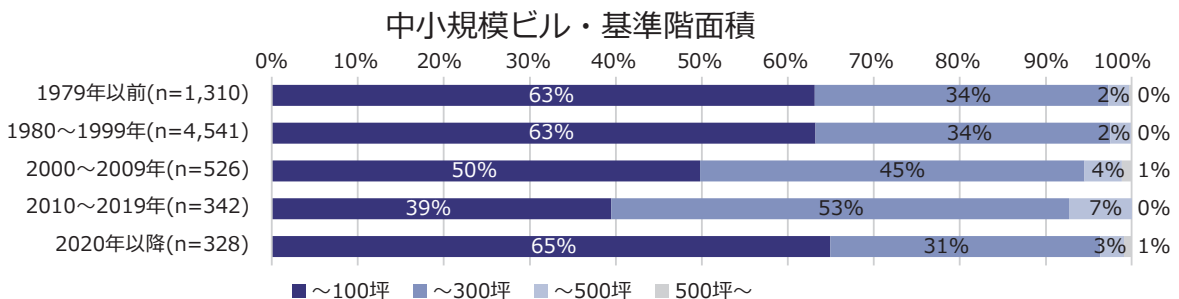


(2) 基準階面積

中小規模ビルの基準階面積は、1999年までは100坪未満が6割超を占めていたが、2000年以降はその割合が低下し、2010～2019年には39%となった【図表3】。一方、2020年以降は再び過半数を占めており、直近では小規模な基準階の構成比

が高まっている。大規模ビルでは、500～1,000坪が各年代を通じて中心的なレンジである。1,000坪以上の割合は年代が新しくなるにつれて高まり、2020年以降は約2割を占める一方、1980～1999年は300坪未満の割合が相対的に高い。

【図表3】規模別・年代別の基準階面積の割合

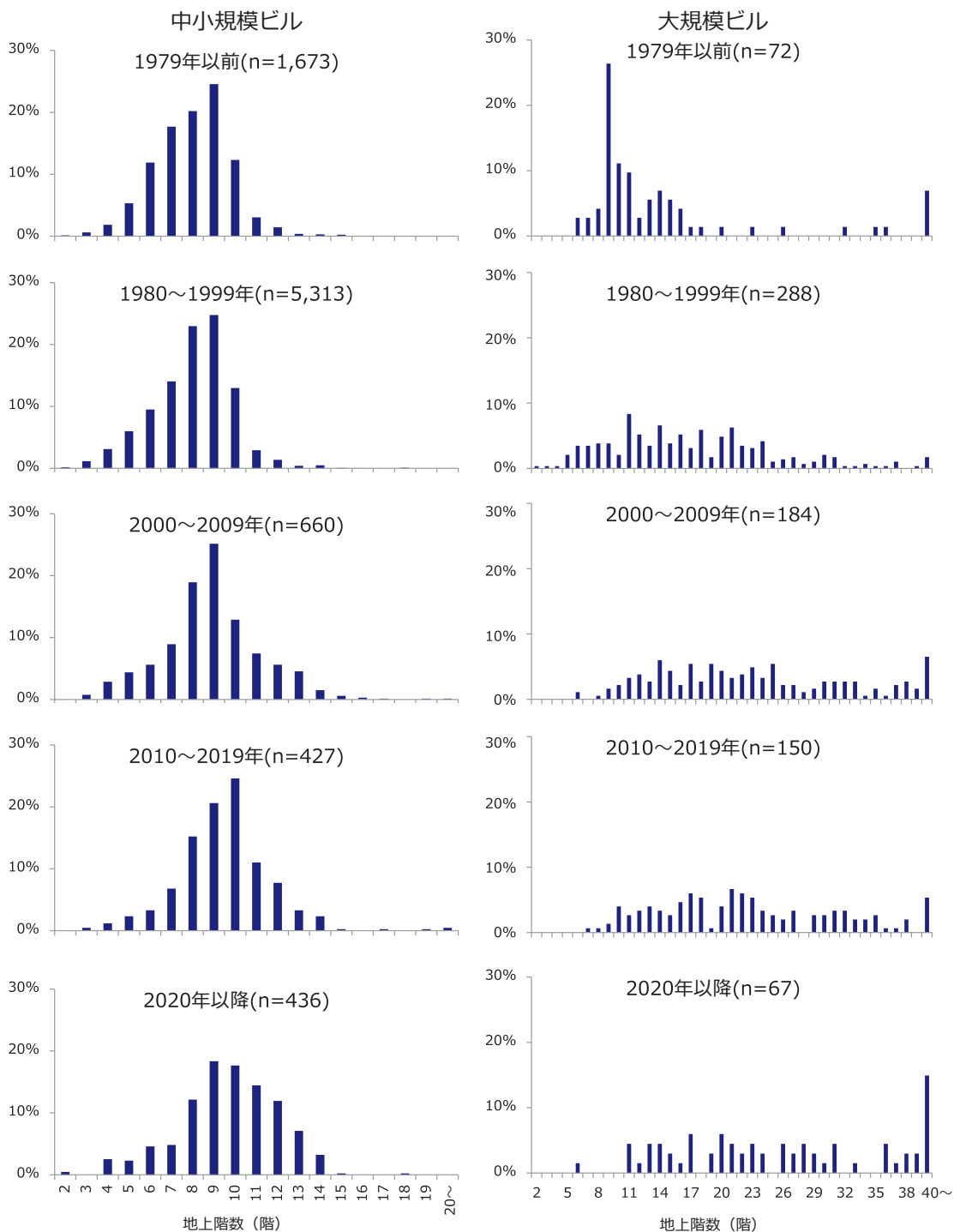


(3) 地上階数

地上階数の分布をみると、1979年以前の年代では中小規模・大規模とも9階付近に山があり、9階建てが最も多くみられる【図表4】。これは高さ31m規制（いわゆる100尺規制）が設計上意識されたためと考えられる。大規模ビルでは、1980～

1999年以降は9階以下のビルが減り、20階前後を中心に分布が広がる。2000年以降は高層側の裾がさらに伸び、2020年以降は30階台に加えて40階付近にも一定の分布がみられ、超高層の供給が増加していることが確認できる。

【図表4】規模別・年代別の地上階数の分布

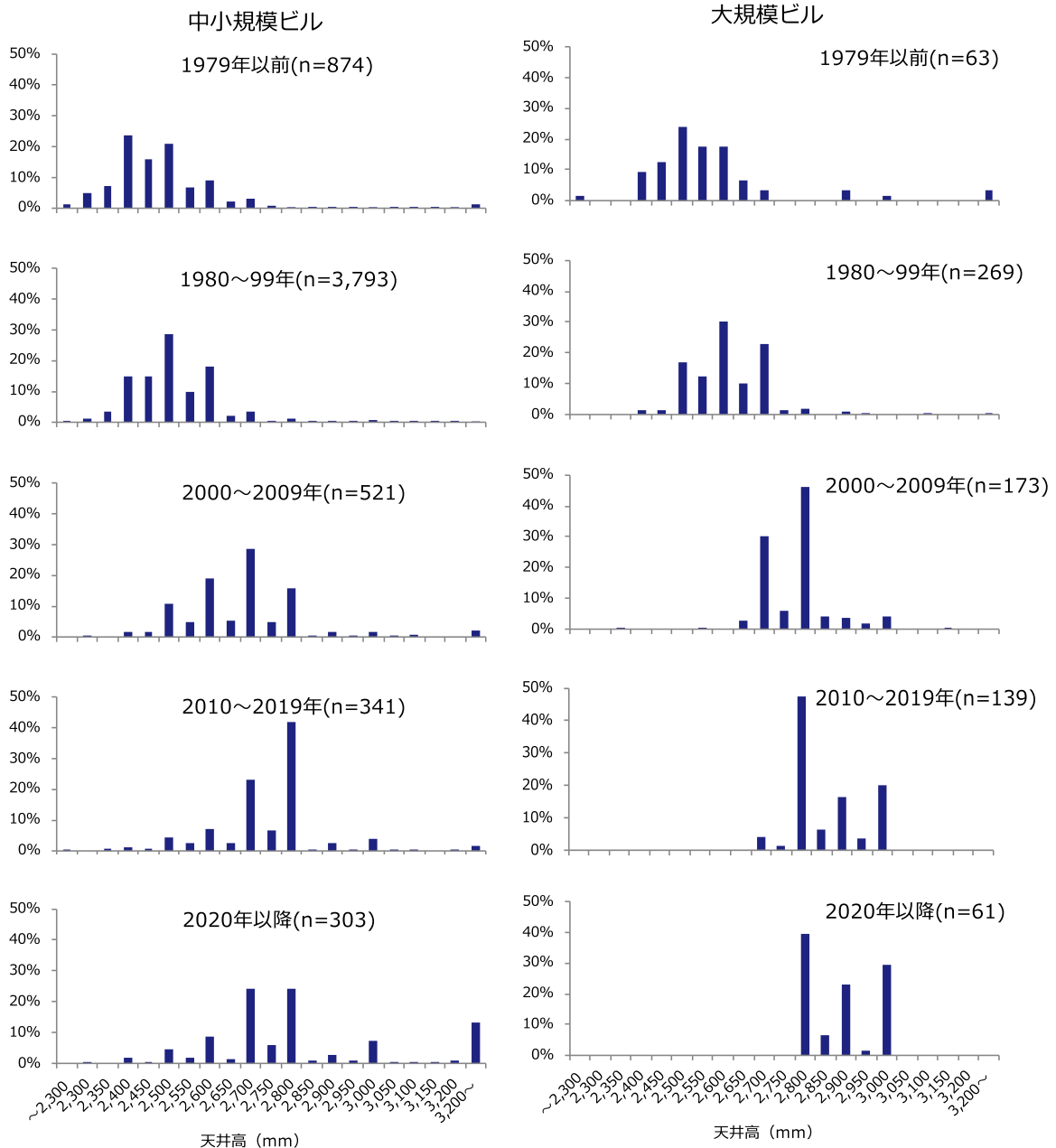


(4) 天井高

天井高の分布をみると、規模を問わず年代が新しくなるにつれて高くなっている【図表5】。中小規模ビルでは、1999年までは2,400～2,600mm付近に集中していたが、2000年以降は2,700～2,800mm付近へ中心が移っている。大規模ビルではこの傾向がより明確で、2000年以降は2,800mm前後に集中し、2020年以降は2,900～3,000mm台にも一定の分布がみられる。

天井高の上昇には、OA床やシステム天井の普及などにより、設備更新への対応など、貸室内の床下・天井内スペース確保の必要性が高まったことに加え、高さ制限から容積率制限への移行により、天井高を確保しやすくなったことが影響していると考えられる。また、大規模ビルでは無柱空間化などの計画・施工面の工夫も、天井高の確保を後押しした可能性がある。

【図表5】規模別・年代別の天井高の分布

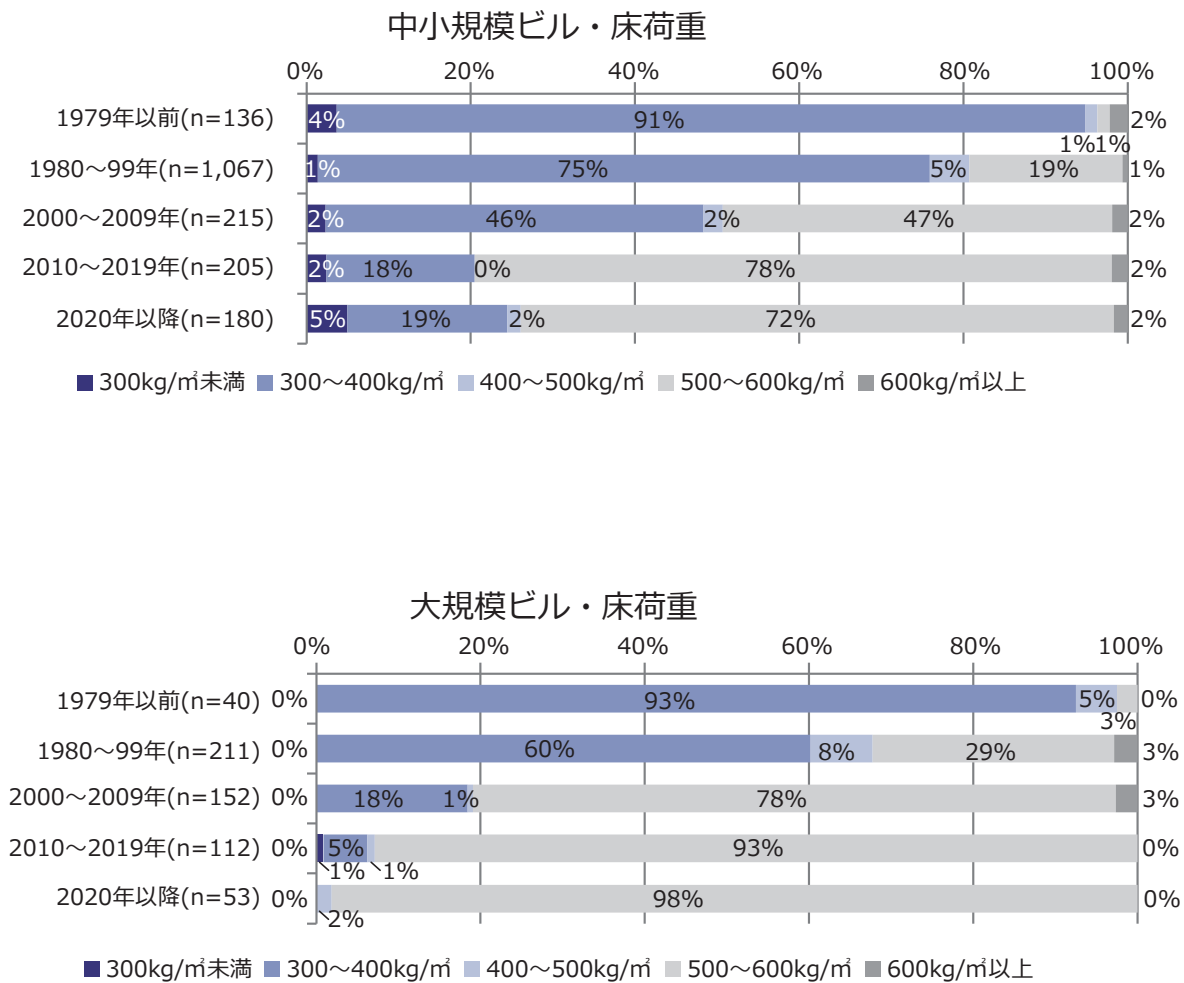


(5) 床荷重

床荷重の分布をみると、規模を問わず1999年までは300～400kg/m²が中心であったが、2000年以降は500～600kg/m²の比率が大きく高まっている【図表6】。床荷重300kg/m²は建築基準法

に基づく一般的な水準であり、500kg/m²は書庫やサーバールーム等の重量物設置を想定した水準といえる。2000年以降は、500～600kg/m²が標準的なレンジとして定着してきたことが確認できる。

【図表6】規模別・年代別の床荷重の割合

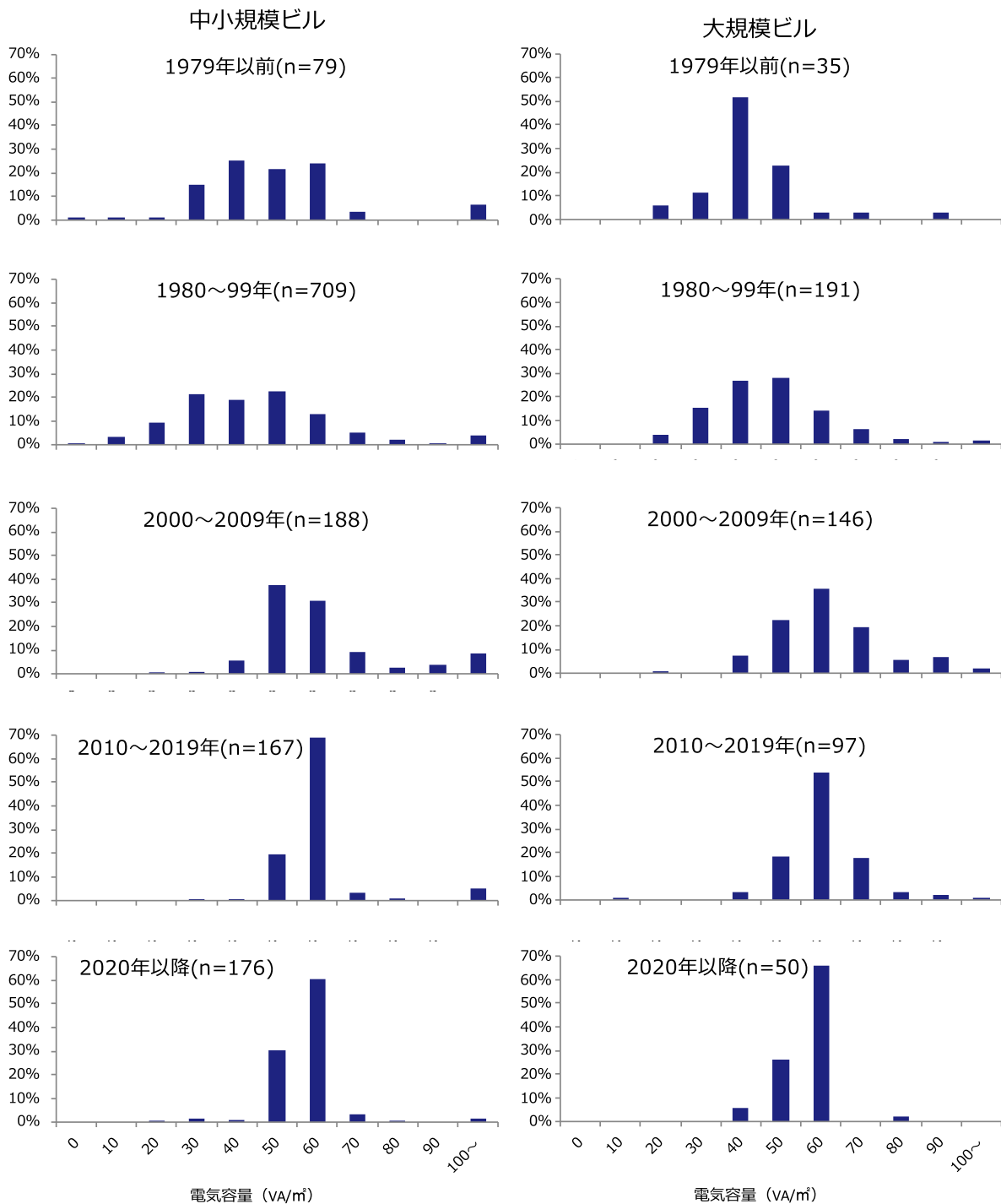


(6) 電気容量

電気容量の分布をみると、規模を問わず年代が新しくなるにつれて高くなっている【図表7】。1999年までは30～50VA/m²が中心であったが、

2000年以降は50～60VA/m²へ移り、2010年以降は60VA/m²に集中している。OA機器等の普及に伴い、2000年以降は60VA/m²が標準的な水準として定着してきたことが確認できる。

【図表7】規模別・年代別の電気容量の分布

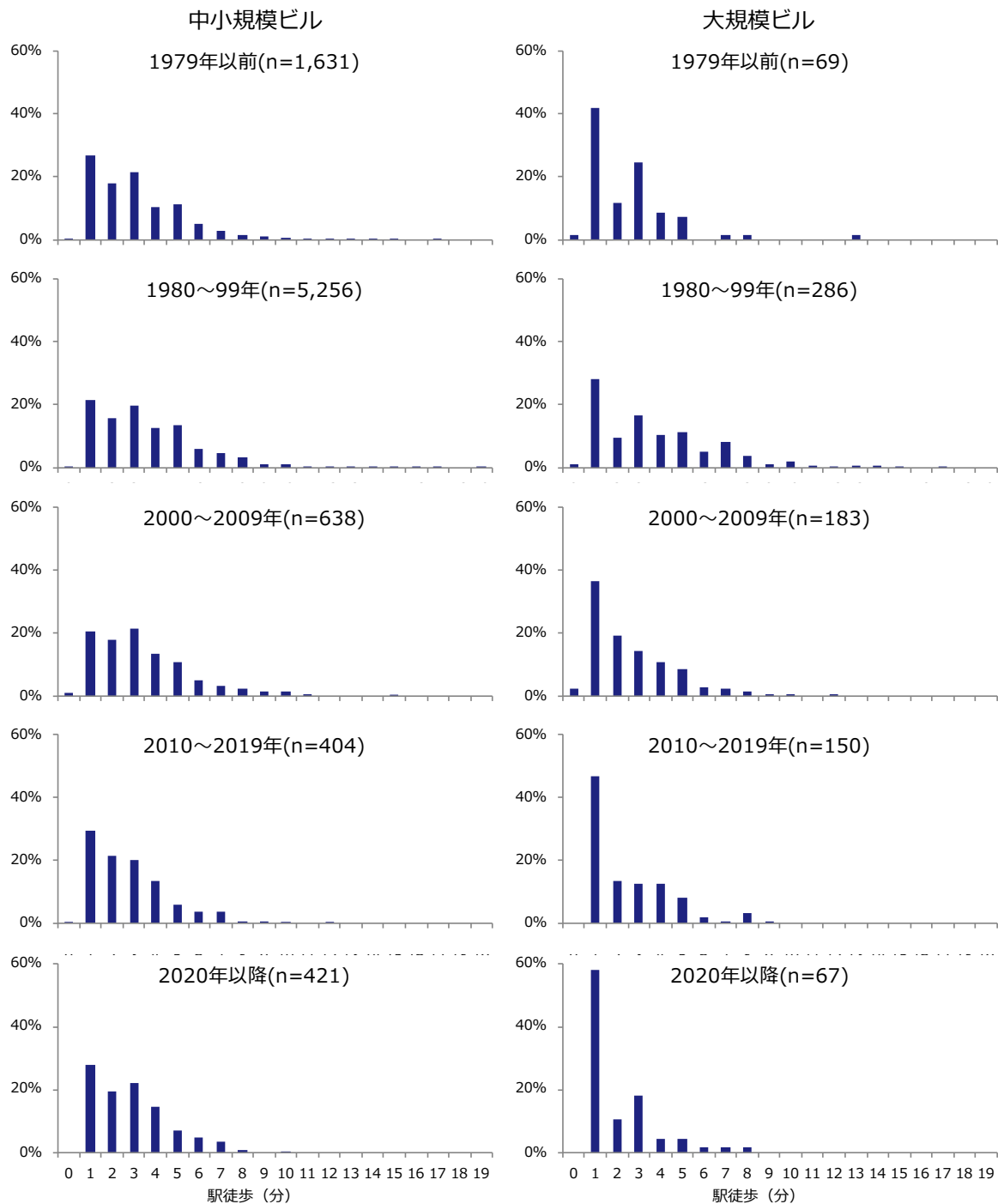


(7) 徒歩分数

駅徒歩の分布をみると、中小規模ビル・大規模ビルともに、全体として5分以内に分布が集中している【図表8】。年代別には、1980～1999年は相対的に駅から距離のあるレンジ(5分以上)の

割合が高い一方、2000年以降は駅近側への集中が強まっている。とくに大規模ビルでは、年代が新しくなるにつれて「1分以下」付近の山が明確となっており、直近の供給ほど駅近立地が中心となっていることが確認できる。

【図表8】規模別・年代別の徒歩分数の分布



3. 旧耐震ビルの耐震化の実態

東京23区オフィスビル2026(棟数ベース)では、旧耐震基準の時代である1981年以前に竣工したビルは全体の約21%、1,996棟(中小規模1,903棟、大規模93棟)あった。

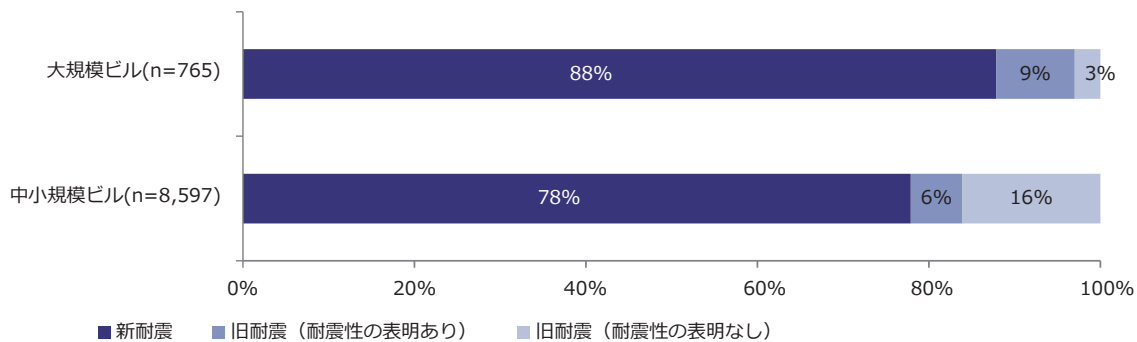
旧耐震のビルでは、新耐震基準を満たす耐震改修を行った、あるいは耐震診断により新耐震基準を満たすと判明した場合には、通常、テナント募集時に耐震性能を有していることを記載(表明)する。そこで、耐震性の有無について、竣工が1982年以降の物件を「新耐震」、竣工が1981年以前の物件のうち、耐震性能を有していることを表明している物件を「旧耐震(耐震性の表明あり)」、表明していない物件を「旧耐震(耐震性の表明な

し)」として、規模別に棟数割合をみた【図表9】。

「新耐震」は大規模ビルで88%、中小規模で78%を占める。「旧耐震(耐震性の表明あり)」は大規模ビルで9%、中小規模ビルで6%となっており、全体のうち耐震性を有しているビルは大規模ビルで97%、中小規模ビルで84%となった。

「旧耐震(耐震性の表明なし)」は大規模ビルでは3%にとどまるものの、中小規模ビルでは16%と1割以上のビルで耐震性の表明が行われていなかった。旧耐震時代に建ったビルであっても、大規模ビルでは中小規模ビルに比べて耐震性が高いビルが多いことがわかる。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が要因の一つとして考えられる。

【図表9】耐震性の有無

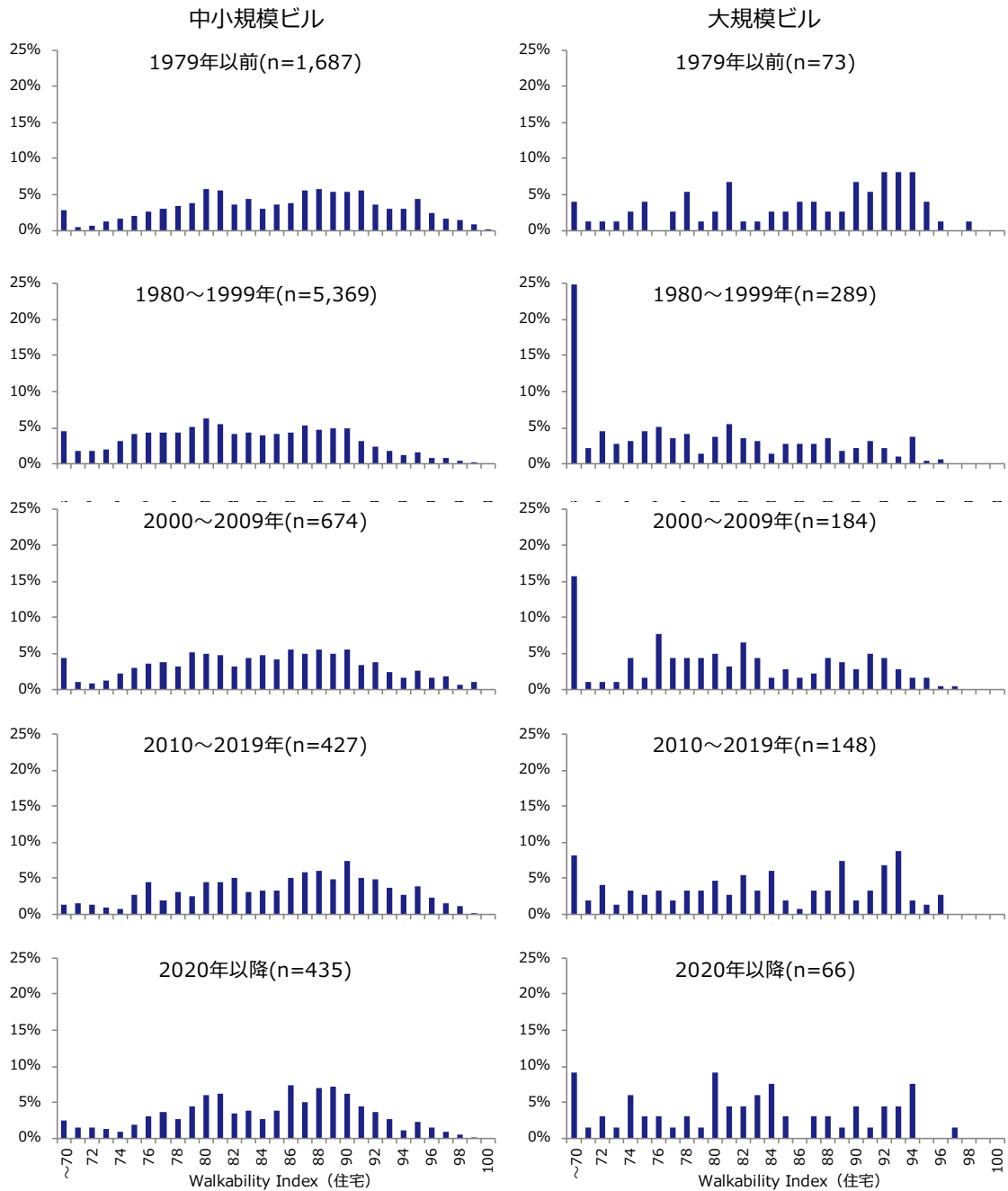


4. Walkability Index

これまで、オフィスビルの価値を建物スペックおよび耐震性能の観点から整理してきた。しかし、オフィスの競争力は建物内部の性能だけでなく、周辺の都市環境にも左右される。特に近年は、従業員満足度や生産性との関連から、街の回遊性や利便性への関心が高まっている。そこで本章では、Walkability Indexを用いて、規模・年代別に周辺環境の違いを確認する。

Walkability Index(オフィス)をみると、中小規模ビルは各年代とも中位帯を中心に広く分布しており、極端な偏りは小さい【図表10】。一方、大規模ビルは年代による振れが大きく、1979年以前は高スコア帯の比重が相対的に高いのに対し、1980～1999年および2000年代は低スコア帯の比重が高い。2010年以降は中位帯の比重が増えるものの、直近年代でも一方向に収斂しておらず、供給エリアの違いが分布に反映されていると考えられる。

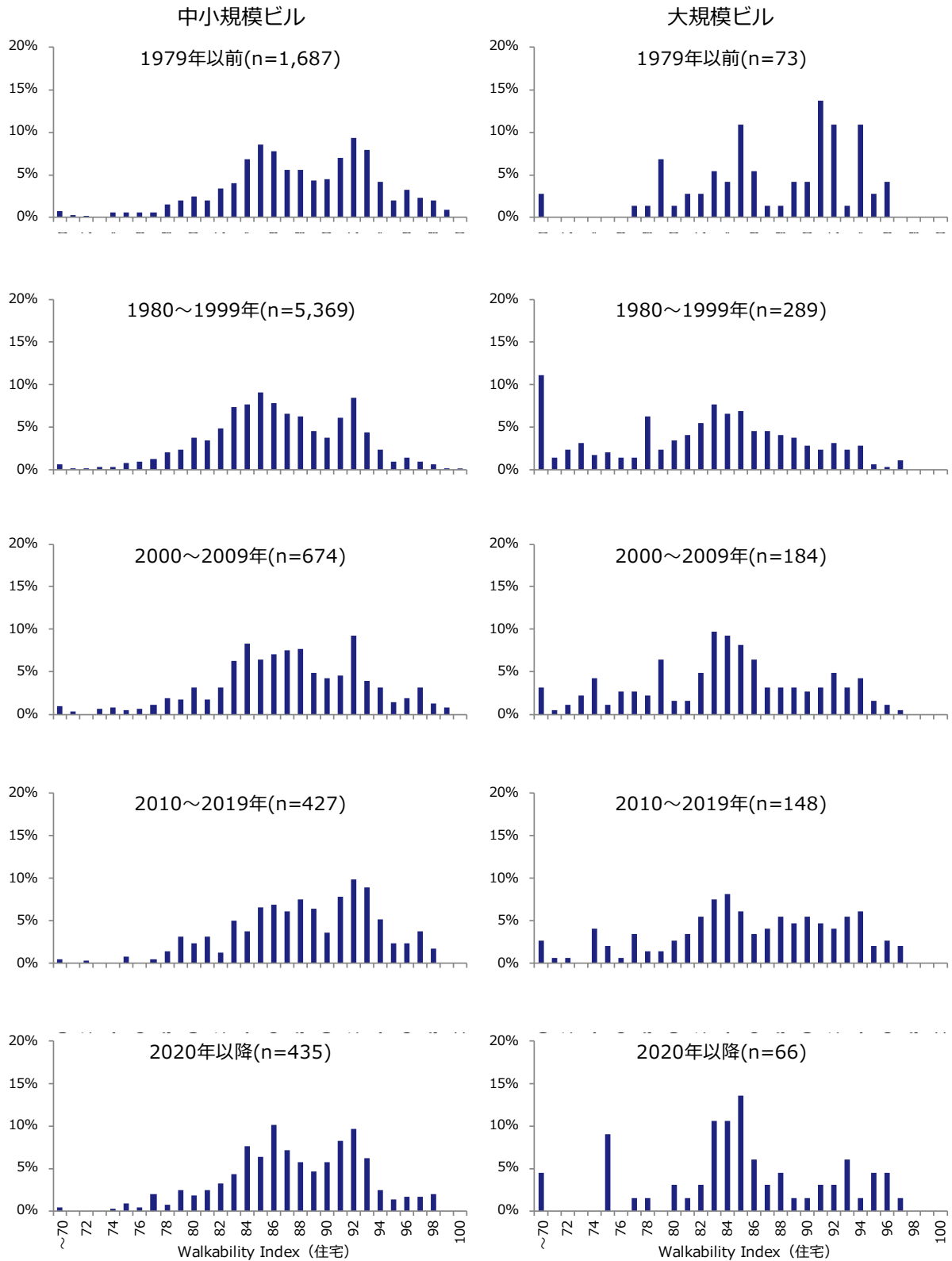
【図表10】Walkability Index (オフィス) の分布



Walkability Index (住宅) についても、年代が新しいほど単調に改善する傾向はみられない【図表11】。中小規模ビルは81～95のレンジに広く分布し、生活利便性は一定の水準に分散している。大規模ビルでは年代による構成比の変化が大きく、1979年以前は高スコア帯の比重が大きい一

方、1980～1999年は低スコア帯が過半を占める。2000年以降は81～90のレンジが中心となるが、2010年以降も低スコア帯が一定割合を占めており、周辺環境の水準は供給が集中したエリア特性に左右されている。

【図表11】 Walkability Index (住宅) の分布



5. まとめと考察

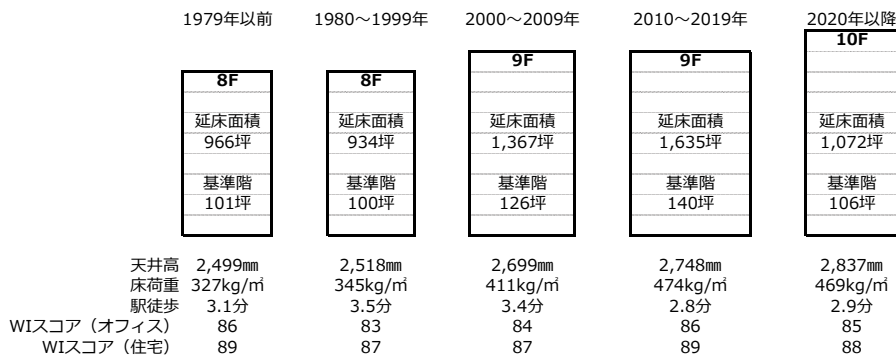
今回、ザイマックス総研が公表している東京23区オフィスピラミッド2026(棟数ベース)をもとに、規模別・年代別にビルの仕様変化を整理した。それらの平均値を用いたビル像を【図表12】【図表13】に示す。

オフィスビルの仕様は規模にかかわらず、竣工年代が新しくなるほどグレードアップしていた。また、立地環境については規模・年代によって一定の違いがみられることが確認された。

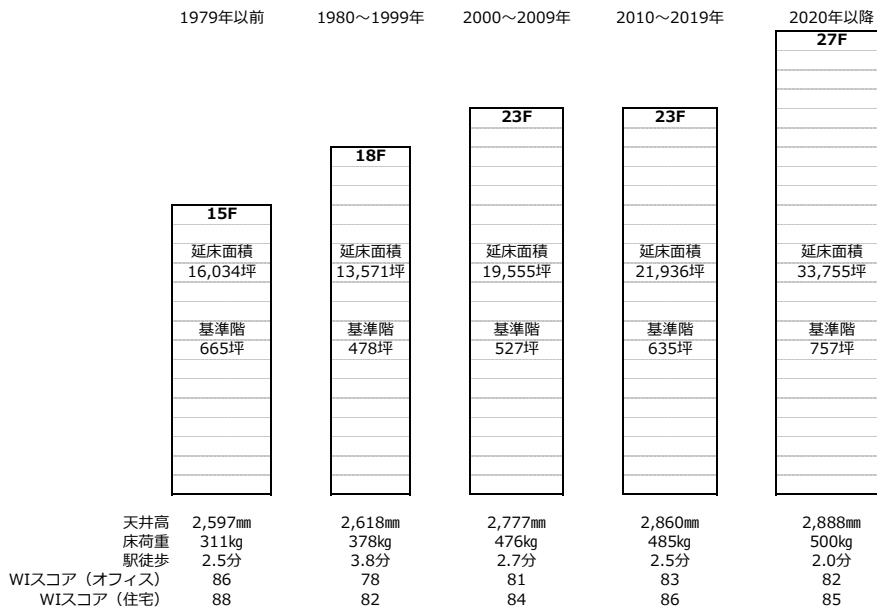
こうした仕様水準の向上の背景には、制度面、需要面、技術面の変化が重なっている。まず、法改正や規制緩和により、高層化・大規模化を含む建物計画の自由度が高まったことが挙げられる。加えて、OA機器の普及や情報化の進展により、テナントはより大きな電気容量や柔軟な配線環境を求めるようになり、ビル側でも電源・配線環境、OAフロア、床荷重などの整備が進んだ。

また、環境意識の高まりを背景に、省エネ性能を重視した設備更新が進んだことも重要である。高効率照明や空調制御、設備管理の高度化などは、

【図表12】中小規模ビル：各仕様の平均値



【図表13】大規模ビル：各仕様の平均値



運用コストの抑制だけでなく、ビルの競争力を左右する要素となってきた。さらに、災害リスクへの意識の高まりを受け、受変電設備の強化や非常時の継続運用を見据えたBCP対応も重視されるようになってきている。

近年では、働く人の快適性や健康性、生産性への関心も高まり、天井高の確保、共用部やアメニティの充実など、空間品質の向上も求められるようになった。こうしたテナントニーズの変化に、設備計画や施工技術の進展が対応してきたことが、オフィスビルの仕様水準を底上げしてきたといえる。

旧耐震の時代に建てられたビルの中で、大規模ビルは中小規模ビルと比べて耐震性を有するビルが多かった。中小規模ビルを保有する多くは1～2棟保有の賃貸事業者であり^{注4}、耐震改修をはじめとした耐震対策に消極的な背景には、単なる資金力不足だけでなく、中小規模ビルでは多額の投資に見合う賃料上昇が見込めないという費用対効果の低さがあると考えられる。

ビル事業者は、テナント誘致の競争で有利になるために、新築時にはより高いグレードの仕様を追及し、既存ビルでは新しい標準的な仕様水準をにらんだ設備改修を行って、テナントにアピール

してきた。

しかし最近ではテナントが求めるオフィスの要素が多様化してきている。具体的には、生産性向上の観点から働く人が安心・安全に快適に過ごせるソフト面の充実が重要性を増している。また、PCは小型化・無線化し、OA床を必要としないケースもみられる。サーバールームもクラウド化によって居室内に設置することも減っている。

こうした変化の下では、建物内スペックに加えて、就業者の移動や日常行動を支える周辺環境の質も、オフィス選択の重要な要素となり得る。今後は、駅距離のような単一指標に加え、徒歩圏内のアメニティ施設集積等を定量化した「Walkability Index」といった指標を併用して立地環境を把握しておくことも有効となるだろう。

今までビル事業者がテナントのオフィス選択の大切な要素として競った設備容量の拡大は落ち着きをみせ、時代の変化とともに場所や時間に捉われない働き方を導入する企業が増えて、技術革新も加速する中、今後求められるオフィスの仕様は一層変化するだろう。

ザイマックス総研では、引き続きオフィスストックに関して様々な視点から調査研究を行っていく。

注4

2025年6月2日公表「ビルオーナーの実態調査2025」
https://soken.xymax.co.jp/report/2506-building_owner_survey_2025_1.html

なかやま よしお

1985年一般財団法人日本不動産研究所に入所、数多くの不動産鑑定・コンサルティングに従事。2001年より11年間、ドイツ証券にてドイツ銀行グループの日本における不動産審査の責任者を務める。12年より現職。不動産全般に係る調査・研究およびザイマックスグループのPR等を担当。不動産鑑定士、CRE[®]、FRICS、MAI、CCIM。不動産証券化マスター養成講座「103 不動産投資の基礎」および「201 不動産投資分析」の科目責任者。ニューヨーク大学大学院不動産修士課程修了。からくさ不動産みらい塾塾頭。

きくざわ きょうこ

2015年ザイマックスグループ入社。株式会社ザイマックス総研にて主にオフィス市場分析・人手不足関する調査研究・データ分析を担当。京都大学大学院農学研究科農学専攻修士課程修了。