

2026年5月29日

東京23区の大規模オフィスビル市場動向調査2026

東京23区の供給について、今後5年間の年平均供給量は過去平均(1986～2025年)を下回る見込み。過去の供給量と比べると、今後の供給によるオフィスマーケットへの影響は限定的と想定される。

2025年の東京23区の吸収量は、堅調なオフィス需要を背景に、前年から51万㎡増の164万㎡に達し、本調査の開始以来3番目の高水準を記録。空室率は2.3%まで低下した。

【供給動向】

- 東京23区の大規模オフィスビルの供給量について、今後5年間の年平均供給量は過去平均(1986～2025年)を下回る見込み。過去の供給量と比べると、今後の供給が空室率や賃料などのオフィスマーケットに及ぼす影響は限定的と想定される。
- 今後5年間の供給においては、事務所延床面積10万㎡以上の物件が高い割合を占めており、引き続きオフィスビルの「大規模化」が進む。
- 今後5年間の都心5区の供給割合は91%と、過去10年の平均(85%)を上回る見込み。特に「日本橋・八重洲・京橋」エリアで供給量が増加。

【需要動向】

- 東京23区の吸収量は、堅調なオフィス需要を背景に、164万㎡と、本調査の集計開始以来、3番目の高水準を記録。空室率は前年から1.4pt減の2.3%まで低下した。
- 吸収量の内訳をみると、東京23区では2025年竣工物件は供給量の9割を超える吸収量となり、特に主要ビジネスエリアでは2025年竣工物件の供給量のほぼ全てが吸収されており、空室率は1.5%と、2019年以來の1%台まで低下した。

■ 「東京23区の大規模オフィスビル市場動向調査」調査要項

対象地域 : 東京23区

集計対象ビル : 事務所延床面積10,000㎡以上(1986年以降竣工)

※供給量に関しては、一般に公開されている情報を基に、2026年5月上旬までに実施した現地調査、並びに聞き取り調査によって算出しています。

※1986年以降に竣工した大規模オフィスビル(自社ビルを含む)のうち、店舗、住宅、ホテル等の事務所以外の用途を除いた事務所部分の延床面積(グロス)を集計しています。

1-1 供給量の推移

- 東京23区の大規模オフィスビル供給量について、今後5年間の平均は過去平均(1986～2025年)を下回る見込み。
- 過去の供給量と比べると、今後の供給によるオフィスマーケットへの影響は限定的と想定される。

東京23区の大規模オフィスビルの供給量について、今後5年間(2026～2030年)の平均(82万㎡/年)は過去平均(1986～2025年)(102万㎡/年)を下回る見込みであり(図1)、今後の供給が空室率や賃料などのオフィスマーケットに及ぼす影響は限定的と想定される。

図1：東京23区の大規模オフィスビル供給量推移

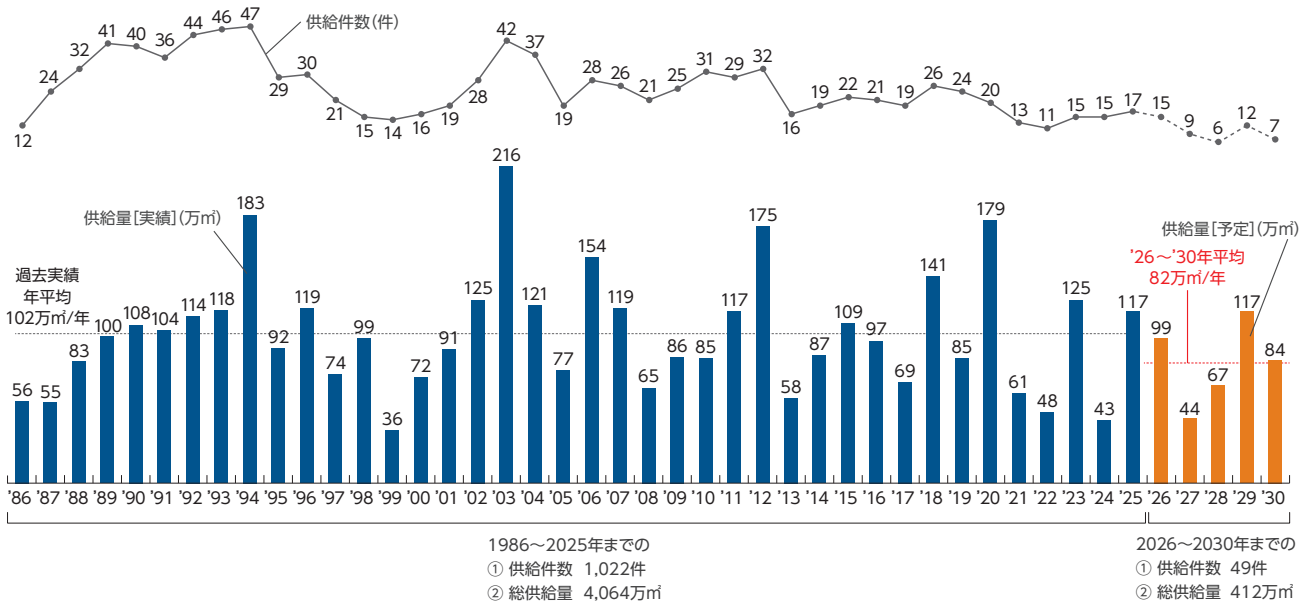
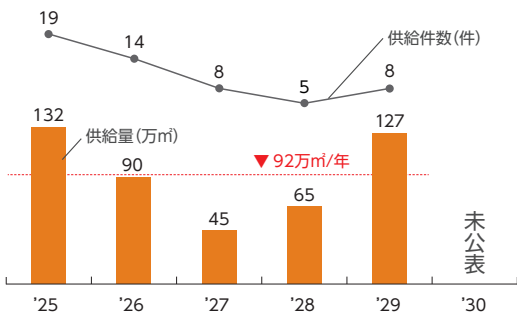


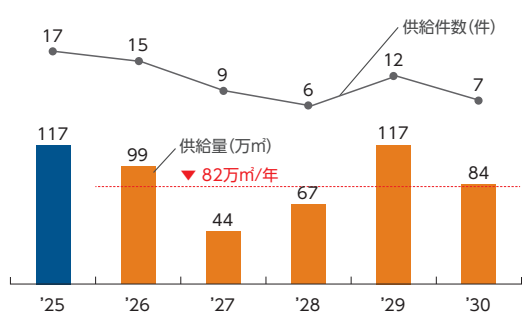
図2は今後5年間の供給量について、前回の調査結果(2025年5月22日リリース)と今回の調査結果を比較したものである。竣工時期見直しなどにより主には2028年の供給量が増加し、2029年の供給量が減少した。

図2：供給量推移前年比較

2025.5 市場動向調査



2026.5 市場動向調査



1-2 規模別供給量

○ 1物件当たりの平均供給量は増加傾向にあり、引き続きオフィスビルの「大規模化」が進む。

図3は、図1の供給量推移を「事務所延床面積10万㎡以上の物件」と「同10万㎡未満の物件」に区分したものである。「事務所延床面積10万㎡以上の物件」の「供給量」は、2025年(85万㎡)に続き、2029年(99万㎡)、2030年(78万㎡)と今後も纏まった供給が見込まれる。

図3：事務所延床面積10万㎡以上の物件の供給推移

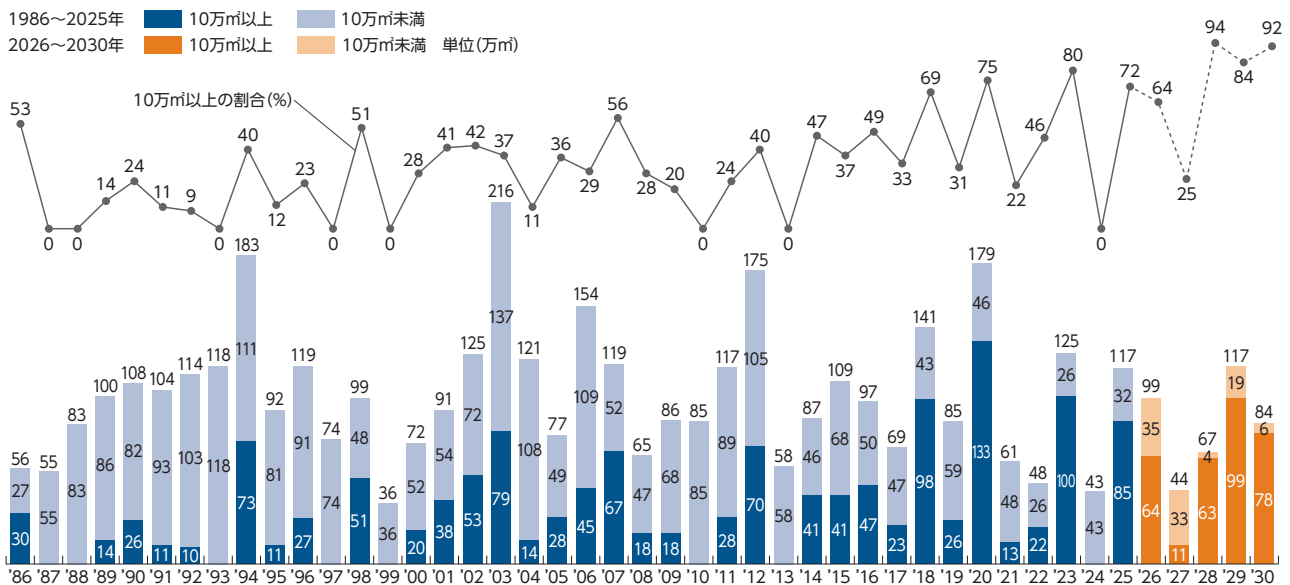


図4は、図3を5年ごとの平均値で示したものである。今後5年間の「事務所延床面積10万㎡以上の物件」の「平均供給量」は、2016～2020年の65万㎡/年に次ぐ63万㎡/年、供給量全体に占める「事務所延床面積10万㎡以上の物件の割合」は76%となる見込みである。また、図5は「1物件当たりの平均供給量」の5年ごとの平均値推移を示したものであるが、直近の2021～2025年は5.6万㎡/件と、1986～1990年(2.7万㎡/件)の2倍の面積となっており、長期的なオフィスビルの「大規模化」が見て取れる。

図4：事務所延床面積10万㎡以上の物件の供給推移(5年平均)

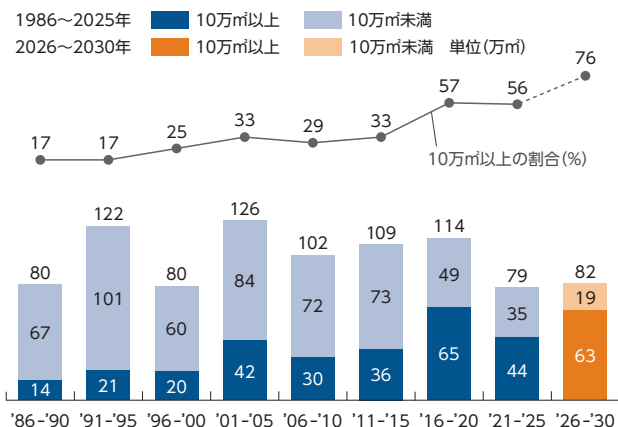
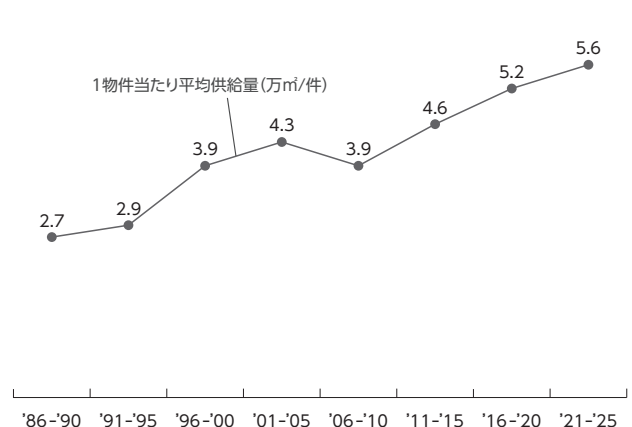


図5：1物件当たり平均供給量の推移(5年平均)



1-3 エリア別供給動向

- 都心5区供給量について、今後5年間の平均は過去10年の平均を下回る見込み。
- 都心5区の供給割合は、今後5年間で91%であり、過去10年の平均(85%)を上回る見込み。
- 都心部の7つの主要ビジネスエリアに、今後5年間の供給の73%が集中的に供給される。
主要ビジネスエリアは供給割合が近年増加傾向にあり、今後さらに競争力を高めると想定される。

都心5区(千代田区、中央区、港区、新宿区、渋谷区)の大規模オフィスビル供給量について、今後5年間の平均は75万㎡/年と、過去10年の平均(82万㎡/年)を下回る見込みである(図6)。

なお、都心5区の供給割合は、今後5年間で91%と過去10年の平均(85%)を上回る見込みである。

図6：エリア別大規模オフィスビルの供給量推移

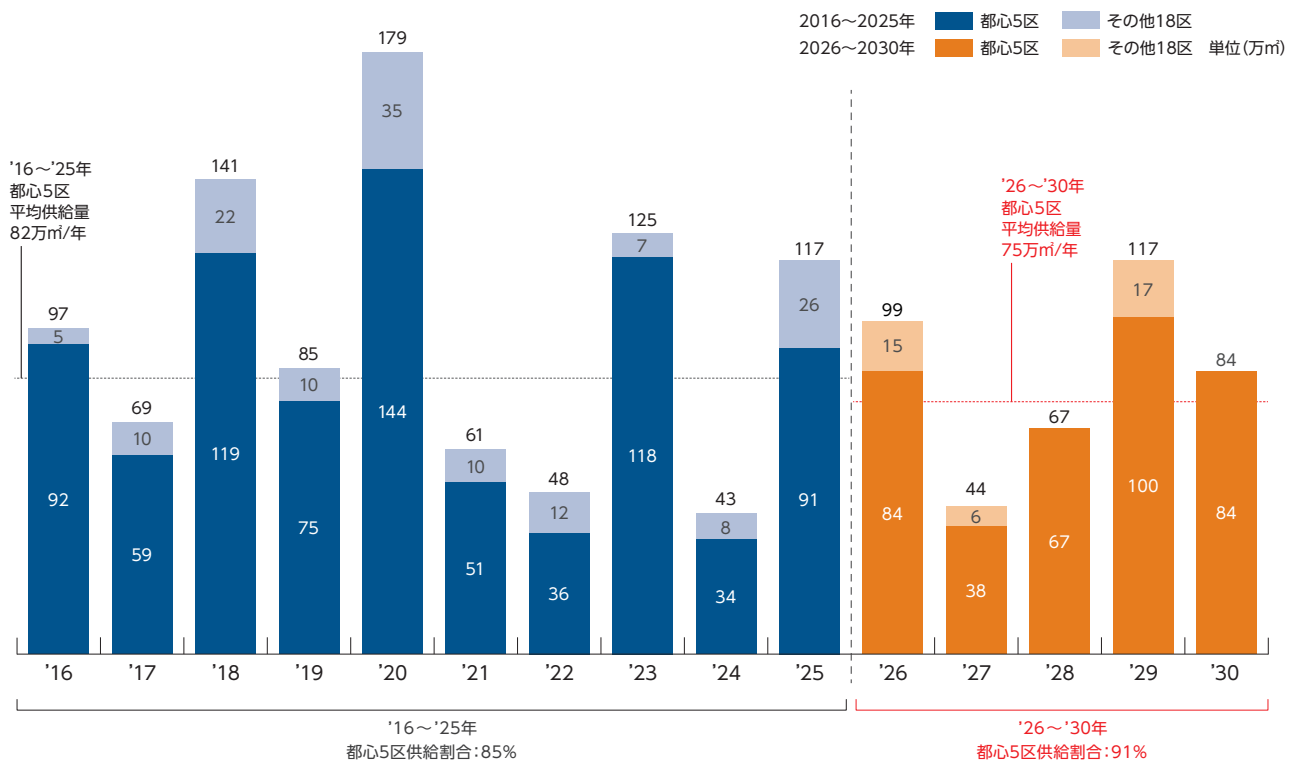


図7は当社が注目する7つの主要ビジネスエリアを示したものであり、図8はエリアごとに2026～2030年の5年間の供給量および割合を集計したものである。23区全体の今後5年間の供給量は412万㎡であり、そのうち主要7エリア(300万㎡)が73%を占める。また、最も供給量が多いのは「日本橋・八重洲・京橋エリア」(105万㎡・25%)であり、東京駅周辺や日本橋を中心に、オフィス、ホテル、商業施設、文化施設などを含めた大規模開発が進行中である。

図9は1986年以降の主要ビジネスエリアを含むエリア別の供給割合(5年平均)を示したものである。今後5年間は都心5区の供給割合が91%、主要ビジネスエリアの供給割合が73%と、引き続き都心への供給が継続する見込みである。

コロナ禍を経て「社員が出勤したくなるオフィス」「多様化するワークプレイスに応えるオフィス」が求められる中、交通利便性や幅広い都市機能を持つ主要ビジネスエリアが、今後さらに競争力を高めていくと想定される。

図7：注目する主要ビジネスエリア



図8：2026～2030年の主要ビジネスエリア別供給割合

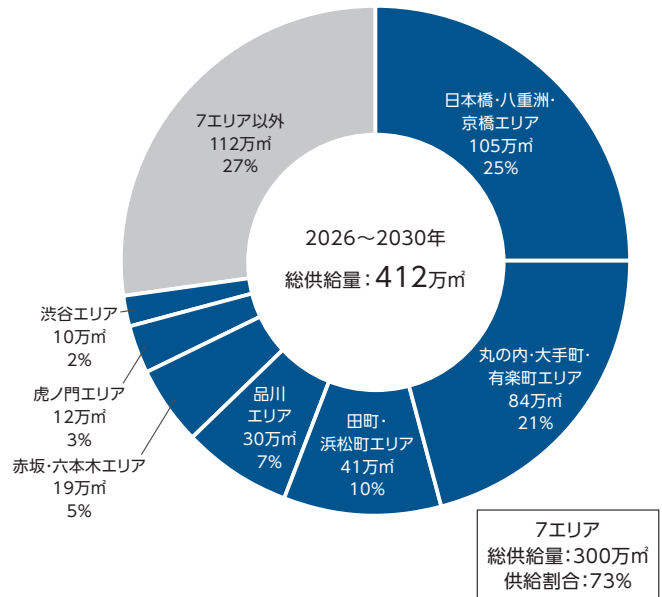
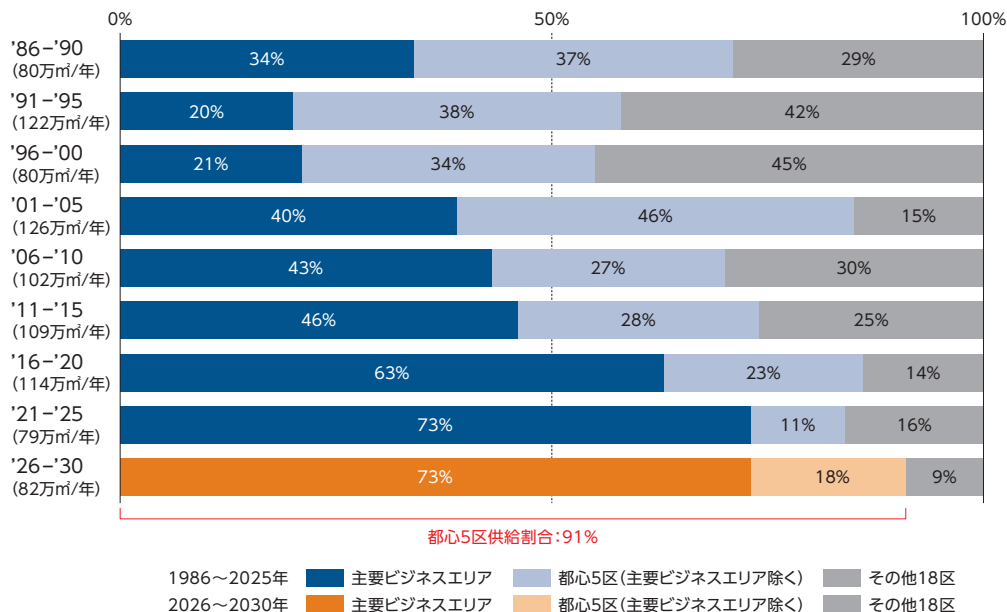


図9：エリア別大規模オフィスビルの供給割合(5年平均)



2 吸収量と空室率

- 東京23区の吸収量は164万㎡と、本調査の開始以来、3番目の高水準を記録^{*}。空室率は前年から1.4pt減の2.3%まで低下した。
- 2025年竣工物件は供給量の9割を超える吸収量となり、特に主要ビジネスエリアは2025年竣工物件の供給量のほぼ全てが吸収されており、空室率は1.5%と、2019年以来の1%台まで低下した。

^{*}2003年224万㎡、1994年182万㎡に次ぐ過去3番目の高水準(吸収量の集計は1993年より)

2025年の東京23区の吸収量は、堅調なオフィス需要を背景に、164万㎡と本調査の開始以来、3番目の高水準を記録し、2025年末の空室率は東京23区で前年から1.4pt減の2.3%まで低下した(図10)。
 なお、吸収量の内訳を見ると、東京23区では2025年供給物件(117万㎡)の9割超(109万㎡)が吸収されている。特に主要ビジネスエリアでは2025年供給物件(86万㎡)のほぼ全て(84万㎡)が吸収され、空室率は1.5%と2019年以来の1%台まで低下した(図11・図12)。現在のオフィスマーケットの好調さは、主要ビジネスエリアにおけるオフィス需要が牽引していることを示す結果となった。

図10：供給量、吸収量、空室率の推移(東京23区)

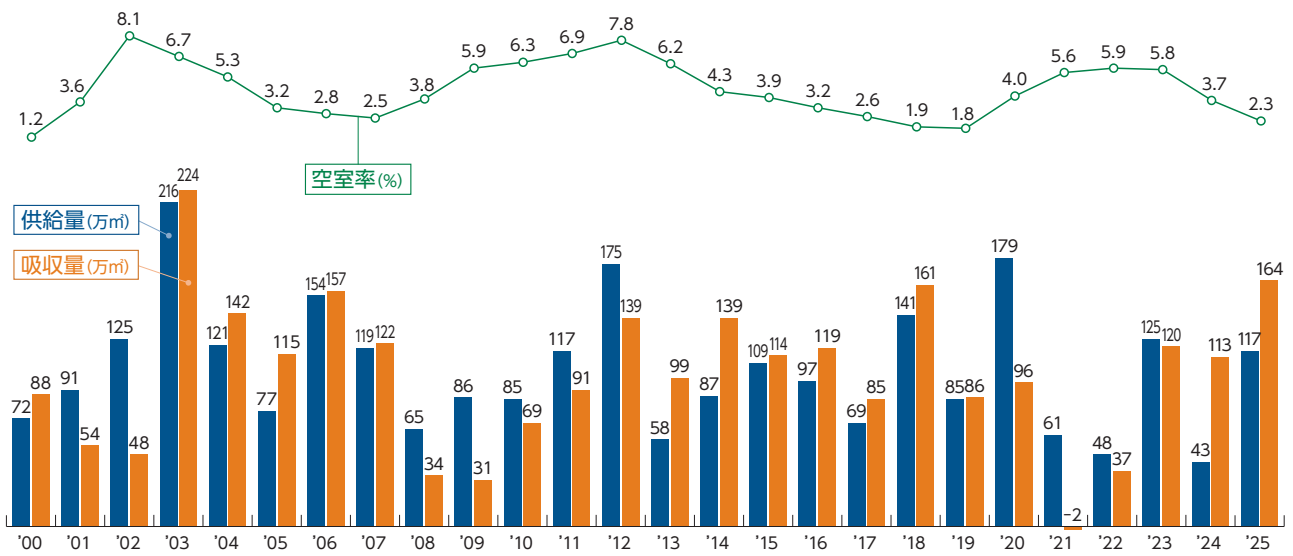


図11：供給量、吸収量、空室率の推移(主要ビジネスエリア/その他)

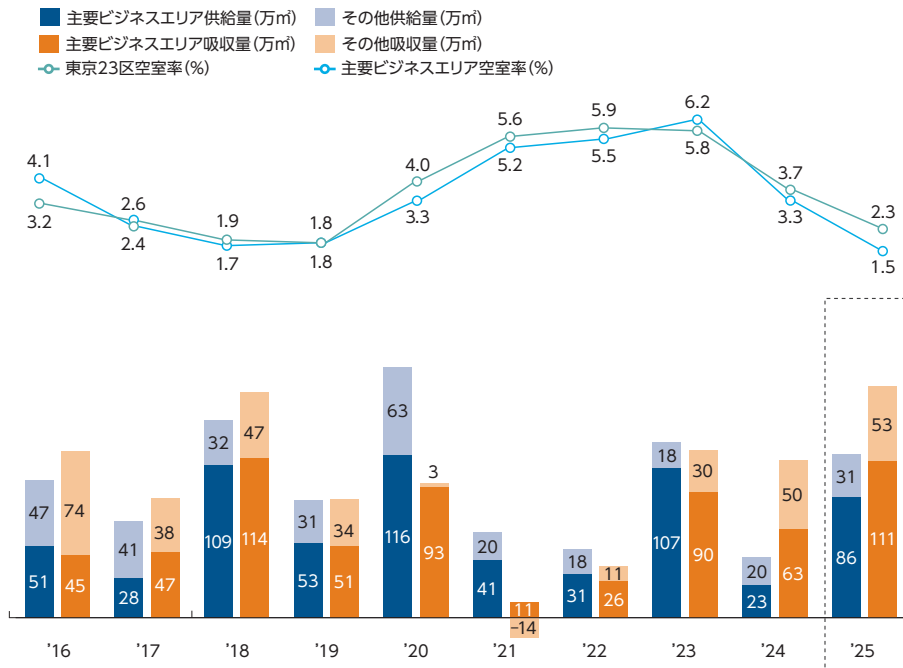
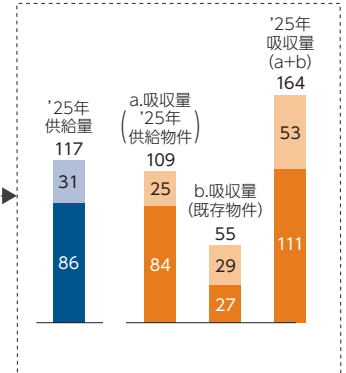


図12：2025年吸収量の内訳(主要ビジネスエリア/その他)

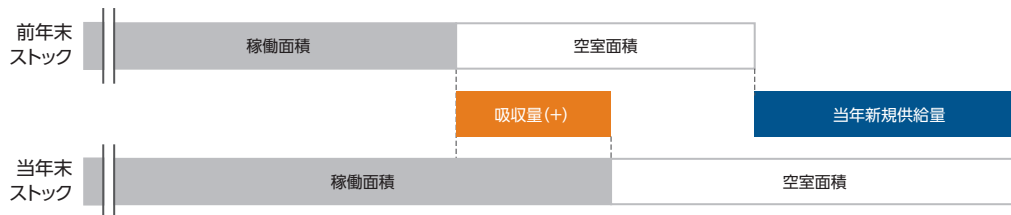


吸収量の概念について

空室率算定における吸収量の考え方は、当調査が対象とする1986年以降に竣工した全ての大規模オフィスにおける当年の新規稼働床面積(前年末の空室面積+新規供給面積-当年末の空室面積)を示すものである(図13)。

図13：吸収量の概念

(1) 吸収量がプラスの時



(2) 吸収量がマイナスの時



※数値は賃貸面積(ネット)を代表的な大規模オフィスビルの平均有効率65.5%で割り戻すことで延床面積(グロス)に換算

今後竣工予定(一部竣工済み)の主な大規模オフィスビル

プロジェクト名(ビル名)	延床面積 (㎡)	事業主体	所在地
2026年			
住友芝公園ビル	39,700	住友不動産	港区芝
TOFROM YAESU TOWER	225,000	再開発組合(東京建物)	中央区八重洲
TAKANAWA GATEWAY CITY THE LINKPILLAR 2	208,500	東日本旅客鉄道	港区港南
中野M-SQUARE	91,300	再開発組合(三井不動産)	中野区中野
東京ミッドタウン日本橋 日本橋野村三井タワー	374,800	再開発組合(三井不動産、野村不動産)	中央区日本橋
OIMACHI TRACKS BUSINESS TOWER	250,000	東日本旅客鉄道	品川区広町
大手町ゲートビルディング	85,300	三菱地所	千代田区内神田
明治安田新宿ビル	96,900	明治安田生命	新宿区西新宿
野村不動産日本橋本町ビル計画	35,100	野村不動産	中央区日本橋本町
2027年			
日本橋本町三井ビルディング & forest	27,500	三井不動産	中央区日本橋本町
大崎リバーウォークガーデン 大崎コアプロジェクト	69,200	再開発組合(東急不動産)	品川区東五反田
世界貿易センタービルディング本館・ターミナル	205,500	世界貿易センタービル、鹿島建設、東京モノレール、 東日本旅客鉄道	港区浜松町
三会堂ビル建替	34,800	鹿島建設	港区赤坂
TORANOGATE	119,900	再開発組合 (中央日本土地建物、都市再生機構、住友不動産)	港区虎ノ門
道玄坂二丁目南地区再開発	87,100	再開発組合(三菱地所)	渋谷区道玄坂
2028年			
赤坂二・六丁目地区再開発 東街区	167,700	三菱地所、TBSホールディングス	港区赤坂
TOKYO TORCH Torch Tower	553,000	三菱地所	千代田区大手町
東京海上ビルディング計画	125,500	東京海上ホールディングス、東京海上日動火災保険	千代田区丸の内
2029年			
八重洲二丁目中地区再開発	389,300	再開発組合 (三井不動産、鹿島建設、都市再生機構、住友不動産他)	中央区八重洲
品川駅西口地区A地区	311,800	京浜急行電鉄、トヨタ自動車	港区高輪
内幸町一丁目街区南地区再開発	285,900	第一生命保険、中央日本土地建物他	千代田区内幸町
八重洲一丁目北地区再開発 南街区	185,500	再開発組合(東京建物)	中央区八重洲
東池袋一丁目地区再開発	155,600	再開発組合(住友不動産)	豊島区東池袋
田町駅西口駅前地区開発事業	98,600	三井不動産、森永乳業、東日本旅客鉄道	港区芝
SMBC九段プロジェクト	42,600	三井住友銀行	千代田区九段南
2030年			
京橋三丁目東地区再開発	166,800	再開発組合(東京建物、日本郵政不動産)	中央区京橋
M計画(MUFG本館新築工事)	169,000	三菱UFJ銀行	千代田区丸の内

※当社発表の供給量は、当表の"延床面積"(商業棟、住宅棟等を含む)とは異なる"事務所部分の延床面積"にて集計。

※供給年度のみ公表されているプロジェクトは、原則、年度末の供給として計上。

※事業主体欄()内は、参加組合員、特定目的会社出資者、特定建築者、共同施行者、共同事業者、等に該当する主な企業。