

不動産マーケットリサーチレポート

VOL.312

2026.08.06

MUFG 不動産研究所

不動産マーケットリサーチレポートでは注目されているトピックスを中心に、不動産マーケットの様子を分析していきます。

東京・大阪のオフィス市場予測（2026 年 8 月）

- ・ 東京では賃料上昇が続き、2030 年までに約 27%の上昇を予測
- ・ 企業の賃料負担力の改善は賃料見通しの上振れ要因に
- ・ 大阪は新規供給が極めて限定的であり、需給バランスの改善と賃料上昇が継続

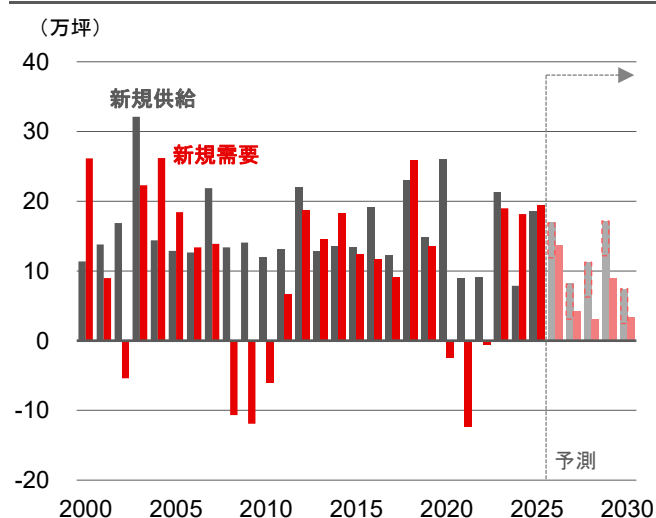
東京では賃料上昇が続き、2030 年までに約 27%の上昇を予測

東京オフィス市場¹⁾の空室率は直近で 2%前後と、コロナ禍拡大前の水準に近付いている。市場の空室在庫は少なくなってきたものの、オフィス需要は堅調に増加しており、需給バランスの引き締まりと企業収益の改善を背景に、新規賃料の上昇ペースは加速している。中東情勢の緊迫化を背景に急上昇した原油価格は依然として不安定な推移が続いているものの、一時期に比べて先行きに対する過度な不透明感が後退する中、東京オフィス市場では 2000 年代後半のファンダブル期を上回る賃料水準での募集が目立つようになっている。

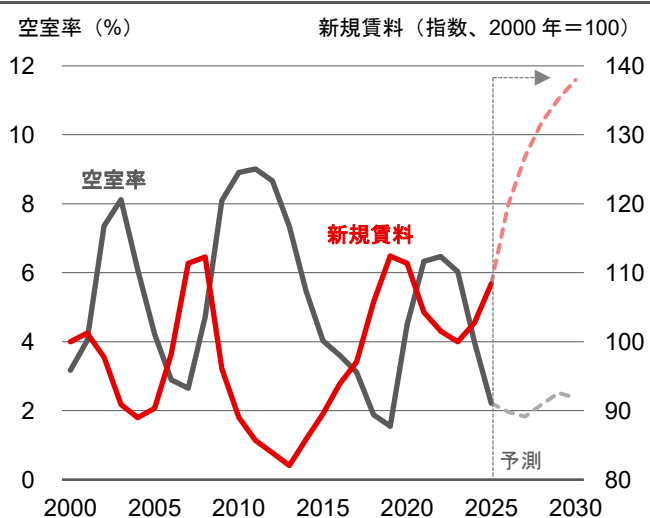
こうした状況のもと、賃料の上昇基調はどこまで続くのか、先行きへの関心が高まっている。本稿では、今後 5 年間（2026 年～2030 年）の中期的なオフィス需給及び賃料動向について、マクロ経済予測や新築ビルの開発計画に基づき、統計モデルを用いた定量予測を更新した。

1) 東京都心 5 区（千代田・中央・港・新宿・渋谷）にある基準階面積 100 坪以上の賃貸ビルが対象。

図表 1: 新規需要と新規供給の見通し（東京）



図表 2: 空室率と新規賃料の見通し（東京）



出所 空室率と賃料の実績値は三鬼商事を基に、他は三菱 UFJ リサーチ&コンサルティングの経済見通し等を基に三菱 UFJ 信託銀行作成

注 1. 空室率と新規賃料は各年 12 月の数値。

2. 新規供給予測に重なる赤枠点線は、築古ビルの取壊しや建替え、用途転換によりオフィスストックが減少する減失の予測。

三菱UFJ信託銀行
MUFG不動産研究所

世界が進むチカラになる。



需要予測：短期的には堅調なオフィス需要が予想される一方、中期的には需要が増え難くなる

企業収益の増加が設備投資や労働力の増加につながる好循環を通じて、短期的にはオフィス需要は堅調に推移する見通し（図表 1）。中期的には労働力人口が減少に転じることが予想され、東京都心部のオフィス需要も次第に増え難くなる。

企業活動要因 国内景気の持ち直しにより、設備投資の増加が続くなど、企業活動の拡大はオフィス需要にプラスに寄与すると見込まれる。

雇用環境要因 当面は雇用環境の改善が見込まれる一方、中期的には少子高齢化に伴う労働力人口の頭打ちがオフィス需要を下押しすると懸念される。

賃料負担要因 賃料相場の上昇を受けて割高感が高まり、オフィス需要の抑制要因となる。

新規供給要因 2026 年と 2029 年は新規供給が比較的大きいことにより、自社ビルや都心 5 区周辺部からの移転需要を喚起する効果が期待される。

供給予測：今後 5 年間の供給ペースは低水準にとどまる

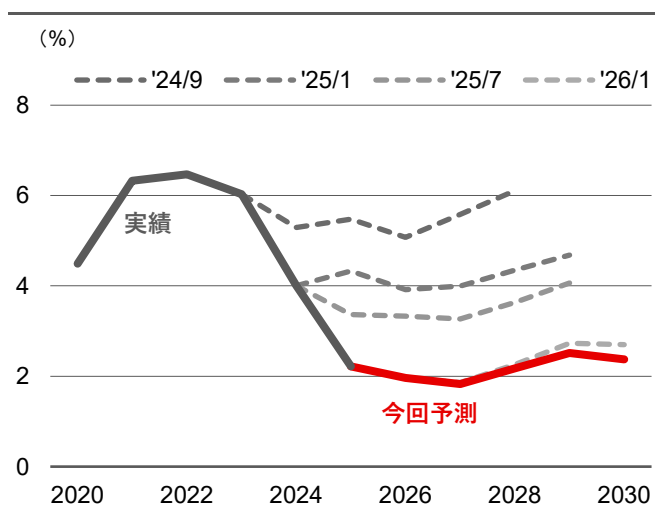
新規供給は、今後 5 年間で均すと年平均 12 万坪程度と予測される。過去 10 年や過去 20 年の平均的な供給量は約 16 万坪であることと比べると、4 分の 3 程度の供給ペースとなる。単年では 2026 年と 2029 年の供給量が比較的大きいが、20 万坪を超える程の大量供給にはならず、新築ビルの供給がオフィス需給を大きく緩和させる要因にはならない。

空室率予測：中期的には 2%～2.5%程度のレンジで推移する見通し

新規需要と新規供給の見通しに基づく、空室率の低下基調が 2027 年まで続くと予測される。空室率は 1%台に低下して需給のひっ迫感は一層強まると考えられる。その後、新規需要の伸びが減速することで空室率はやや上昇し、2030 年にかけて 2%～2.5%程度のレンジで推移すると見込まれる。

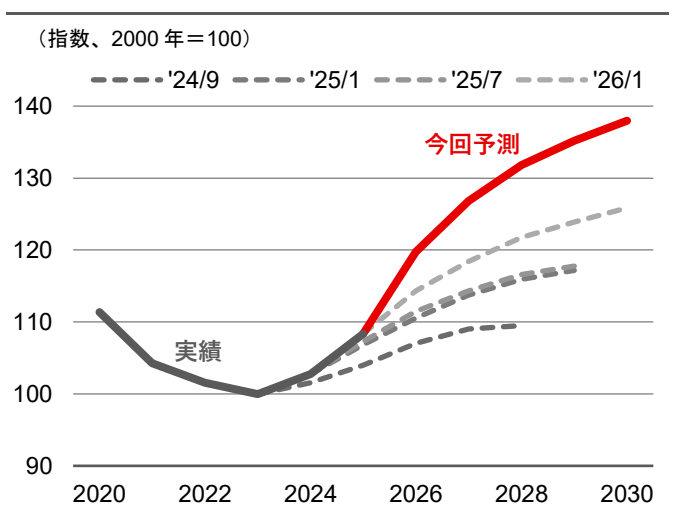
なお、前回（2026 年 1 月）予測時から需給環境に大きな変化は生じておらず、先行き 5 年間の見通しは前回の予測結果と概ね変わらない（図表 3）。

図表 3： 空室率見通しの過去比較（東京）



出所 三菱 UFJ 信託銀行

図表 4： 新規賃料見通しの過去比較（東京）



世界が進むチカラになる。



賃料予測：需給ひっ迫と賃料負担力の改善を背景に、新規賃料は2030年にかけて約27%の上昇見込み

企業収益の改善が続く国内経済見通しの下、空室率の低下により需給バランスが一層ひっ迫することで、オフィス賃料相場の上昇が続く公算が大きい。

需給バランス要因 空室率が1%台に低下することで、賃料上昇ペースは強まりやすい。中期的には空室率が概ね横ばいで推移するため影響は弱まる。

賃料負担力要因 企業の一人当たり利益の増加等を背景にして賃料負担力が改善することにより、賃料上昇に寄与する。

新規賃料の見通しを過去の予測と比較した結果を図表4に示す。2026年に入って以降の賃料相場の上昇ペースが加速していること等を受けて、賃料見通しは上方修正となった。

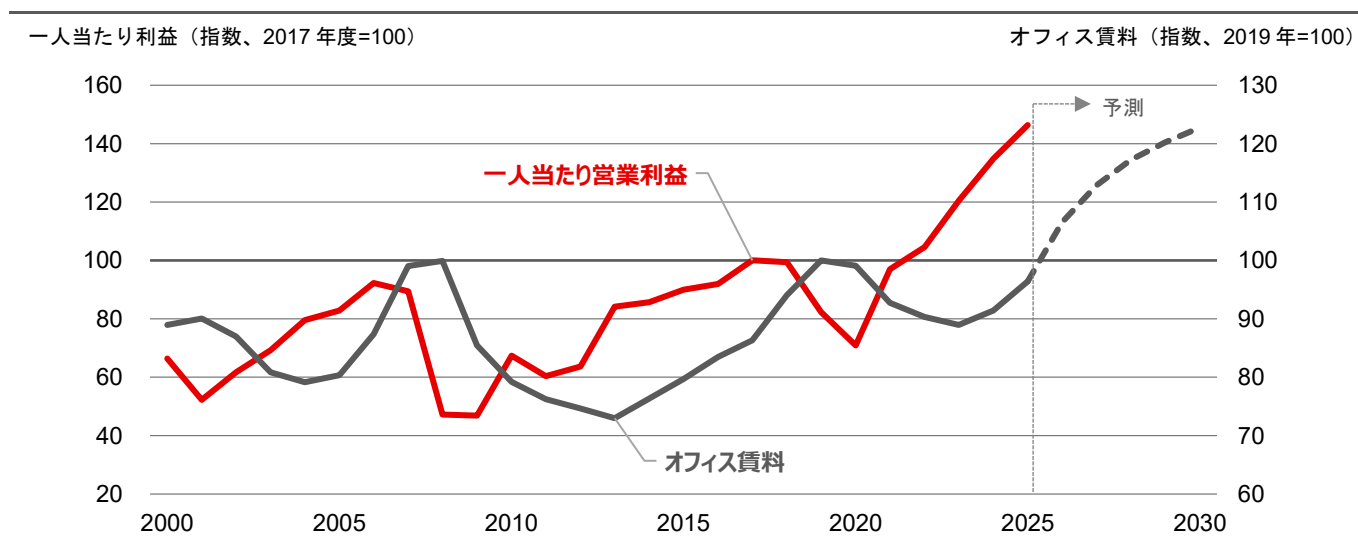
企業の賃料負担力の改善は賃料見通しの上振れ要因に

賃料相場の方向性は空室率の水準や変化に左右される面が大きいですが、賃料水準そのものは企業の賃料負担力に依存すると考えられる。賃料負担力を定量的に把握するための代理指標として、国内の大手・中堅企業²⁾の営業利益を人員数で除した一人当たり営業利益に着目すると、一人当たり利益のピークやボトムの水準は2～4年後のオフィス賃料のピーク及びボトム水準と相関が高いと言える（図表5）。

企業業績の変動がタイムラグを伴って賃料負担力、ひいては賃料相場に影響を及ぼすとみられる中、直近の一人当たり利益の水準は2000年代半ばや2010年代後半のピークを大きく上回っている。企業の賃料負担力は、既に今回の予測における2030年の賃料水準と整合的との見方もでき、先行きの企業収益の改善見通しを踏まえると、賃料見通しにはなお上振れ余地が残されている可能性もある。

2) 金融業・保険業を除く全産業における資本金1億円以上の法人企業とした。

図表5： 法人企業の一人当たり営業利益と東京のオフィス賃料



出所 財務省資料等を基に三菱UFJ信託銀行作成

- 注 1. 一人当たり営業利益は資本金1億円以上の法人企業（金融業・保険業を除く全産業）が対象。
2. オフィス賃料は図表2の新規賃料を、2019年を100として再指数化したもの。
3. 一人当たり営業利益は年度、オフィス賃料は暦年の数値。

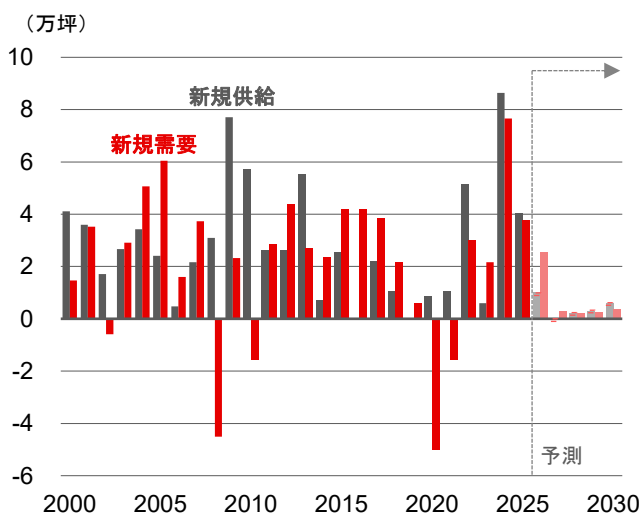
大阪は新規供給が極めて限定的であり、需給バランスの改善と賃料上昇が継続

東京オフィス市場の予測モデルと同様の枠組みを用いて、大阪オフィス市場³⁾の将来予測を行った結果を図表6・7に示す。大阪では2026年以降は新規供給が極めて限定的な上、まとまった空室も市場に少ない中、昨年竣工した大規模ビルも含めてオフィス需要は引き続き堅調である。

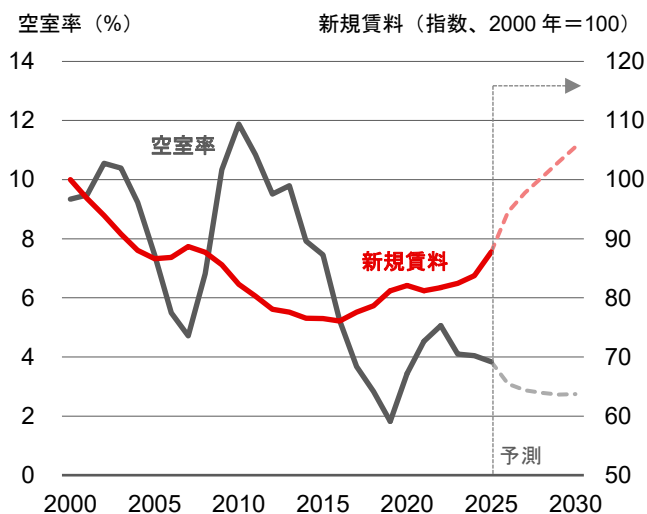
新規需要の大幅増加は想定しにくいのが、景気の持ち直しを受けて需給バランスは改善基調を維持する見込みである。空室率の低下を受けて新規賃料の上昇傾向も途切れないと予想され、2030年までの5年間で20%程度の上昇を見込む。

3) 主要6地区（梅田、淀屋橋・本町、船場、心斎橋・難波、南森町、新大阪）にある延床面積1,000坪以上の賃貸ビルが対象

図表6: 新規需要と新規供給の見通し（大阪）



図表7: 空室率と新規賃料の見通し（大阪）



出所 空室率と賃料の実績値は三菱商事を基に、他は三菱UFJリサーチ&コンサルティングの経済見通し等を基に三菱UFJ信託銀行作成

注 1. 空室率と新規賃料は各年12月の数値。

2. 新規供給予測に重なる赤枠点線は、築古ビルの取壊しや建替え、用途転換によりオフィスストックが減少する減失の予測。

MUFG 不動産研究所

竹本 遼太

本資料は、お客さまに対する情報提供のみを目的としたものであり、弊社が特定の有価証券・取引や運用商品を推奨するものではありません。

本資料は執筆者個人の見解に基づくものであり、弊社としての統一した見解を公式に表明するものではありません。

ここに記載されているデータ、意見等は弊社が公に入手可能な情報に基づき作成したものです。弊社および執筆者はその正確性、完全性、情報や意見の妥当性を保証するものではなく、また、当該データ、意見等を使用した結果についてもなんら保証するものではありません。税務・会計・法務等に関する事項に関しては、予めお客様の顧問税理士、公認会計士、弁護士等の専門家に相談の上、お客様の責任においてご判断ください。

本資料に記載している見解等は本資料作成時における判断であり、経済環境の変化や相場変動、制度や税制等の変更によって予告なしに内容が変更されることがありますので、予めご了承ください。

弊社および執筆者はいかなる場合においても、本資料を提供したお

客さまならびに直接間接を問わず本資料を当該お客さまから受け取った第三者に対し、あらゆる直接的、特別な、または間接的な損害等について、賠償責任を負うものではなく、お客さまの弊社に対する損害賠償請求権は明示的に放棄されていることを前提とします。本資料は弊社の著作物であり、著作権法により保護されており、弊社の事前の承諾なく、本資料の全部もしくは一部を引用または複製、転送等により使用することを禁じます。

本資料で紹介・引用している金融商品等につき弊社にてご投資いただく際には、各商品等に所定の手数料や諸経費等をご負担いただく場合があります。また、各商品等には相場変動等による損失を生じる恐れや解約に制限がある場合があります。なお、商品毎に手数料等およびリスクは異なりますので、当該商品の契約締結前交付書面や目論見書またはお客さま向け資料をよくお読み下さい。

本資料は、「不動産の鑑定評価に関する法律」に基づく鑑定評価書ではありません。

上記各事項の解釈および適用は、日本国法に準拠するものとします。

MUFG 不動産研究所は、三菱UFJ信託銀行が不動産分野に関する調査・研究・レポート作成等の業務を対外的に行う際の呼称です。

三菱UFJ信託銀行
MUFG不動産研究所

世界が進むチカラになる。

