

東京観光財団 令和6年度共同研究

デジタルノマド&Tokyo ～東京における最新のデータ分析と方策検討～

2025年3月26日

TCVB 公益財団法人 東京観光財団
Tokyo Convention & Visitors Bureau

×

観光産業ニュース
travel
voice
トラベルボイス

本レポートについて

デジタルノマド & Tokyo ~東京における最新のデータ分析と方策検討~

デジタルノマドの市場規模は世界で 約3,500 万人とも言われており、ローカルビジネスを創出し、地域経済を活性化させる存在として注目されている。

我が国においても、デジタルノマドビザが2024年 4 月に解禁され、諸条件を満たせば最長 6 カ月間、日本に滞在できるようになった。観光庁においては、デジタルノマドの誘客に先駆的に取り組むモデル実証5事業を選定するなど、日本誘致に向けた取組も活発化している。

そのような中、東京は観光都市としての知名度が高く、生活インフラが整っていること、また都市としてのエンターテインメントが充実していることもあり、デジタルノマドが集まるコミュニティサイト [Nomad List](#) では、常に人気都市の上位にランクインしている。デジタルノマド達の東京への注目度と需要の高さがうかがえる。

一方で、東京におけるデジタルノマドの市場規模や経済効果等を示すデータは少なく、そのためか全体像が分かりづらくなっている。

本研究では、調査文献や既存統計等を基に、デジタルノマドの実態や東京における状況の可視化を行うことで、誘客を推進する上で必要な情報・項目をとりまとめ、今後の成長見込み等を明らかにしつつ、東京におけるデジタルノマド誘客につながる方策を検討する。

本レポートは、以下の6つのステップに基づき作成を進めました

基本概念の整理

1. 基本概念・背景の整理

「デジタルノマドとは何か？」

既存レポートや文献の再整理をおこない、デジタルノマドのマクロ的な一般的概念を整理する

デジタルノマドの実態の可視化

2. デジタルノマドの実像

「デジタルノマドはどのような人で、何を求めているのか？」

既存レポートの分析に、独自の考察を加え、デジタルノマドの実態を可視化する

4. 取組先進事例

「先進地域はどのような取り組みを行っているのか？」

国内外の先進地域が、受け入れのためにどのような取り組みを行っているのか、デスクリサーチとヒアリングから事例をまとめる

3. 日本・東京のデジタルノマドライフ

「東京のデジタルノマドライフとは？」

東京でデジタルノマドライフを送った経験を持つ5名へインタビューを行い、東京のノマドライフの実態をよりリアルに把握する

5. 受入体制の実態把握

「日本・東京の受入体制は整っているのか？」

デスクリサーチをもとに日本及び東京におけるデジタルノマドの受入体制を整理する

提言とまとめ

6. まとめ

「東京のデジタルノマド戦略はどうあるべきか？」

東京都における、デジタルノマド誘客推進の可能性について示唆を示す

ニーズ把握

受入体制把握

目次

1. 基本概念・背景の整理 …… p.5

1-1 定義

1-2 類似の概念とどう違うか

参考：パンデミックを経ての変化と各概念の関係性

1-3 日本におけるデジタルノマドの政策的位置づけ

参考：「デジタルノマド」のキーワード検索数

1-4 世界的なデジタルノマド人口

1-5 デジタルノマドビザとは何か

1-6 デジタルノマドビザ導入国

1-7 デジタルノマド受入に伴う効果

1-8 デジタルノマド受入のメリット・デメリット

参考：デジタルノマドと納税

2. デジタルノマドの実像 …… p.17

2-1 デジタルノマドの属性

2-2 デジタルノマドライフの実態

2-3 デジタルノマドの多様性

2-4 デジタルノマドのペルソナ3類型

参考：デジタルノマドの主要滞在先の分類

参考：1都市におけるノマドの棲み分け(チェンマイの例)

3. 日本・東京のデジタルノマドライフ …… p.24

3-1 Nomad Listでみるノマドの人気都市

3-2 Nomad Listでみる満足度の高い目的地

3-3 Nomad Listでみる東京ライフの特徴

3-4 外国人ノマドへのヒアリング - 被験者5名の属性

3-5 外国人ノマドへのヒアリング - 被験者の主な発言

3-6 外国人ノマドへのヒアリング - 可視化された7つの指摘事項

3-6-1 外国人ノマドへのヒアリング - ①物価が高い

3-6-2 外国人ノマドへのヒアリング - ②スタートアップ環境が整っていない

3-6-3 外国人ノマドへのヒアリング - ③長期滞在に向かない

参考：東京と主要都市のノマド滞在の基本情報比較

3-6-4 外国人ノマドへのヒアリング - ④宿泊の選択肢が少ない

3-6-5 外国人ノマドへのヒアリング - ⑤コミュニティ形成が難しい

3-6-6 外国人ノマドへのヒアリング - ⑥コミュニティリーダーがいない

3-6-7 外国人ノマドへのヒアリング - ⑦情報を探しづらい

4. 取組先進事例 …… p.40

4-1 世界各地のデジタルノマドへの取組

4-1-1 海外の事例① チェンマイ(タイ)

4-1-2 海外の事例② マデイラ諸島(ポルトガル領)

4-1-3 海外の事例③ バンスコ(ブルガリア)

4-1-4 海外の事例④ エストニア

4-1-5 海外の事例⑤ スペインの情報提供サイト

4-2 日本国内のデジタルノマドへの取組

4-2-1 日本国内の事例 福岡市

4-3 観光庁の取組

4-4 デジタルノマド官民推進協議会の発足

5. 受入体制の実態把握 …… p.51

5-1 デジタルノマドのための受入環境

5-2 日本のデジタルノマドビザ

5-3 各国のデジタルノマドビザ発給条件の比較

5-4 デジタルノマド向けの宿泊施設

5-5 デジタルノマドが利用する宿泊施設のマッピング

5-6 コリビング(Co-living)とは?

5-7-1 新しい宿泊施設のかたち① コリビング型ホテル「lyf」

5-7-2 新しい宿泊施設のかたち② コリビング型ホテル「The Millennials」

5-8 ショートタームレンタルの活用

参考：東京都民泊事業者届出数

参考：東京都内の区市町村別Airbnb掲載件数

5-8-1 新しい宿泊施設のかたち③ 使わない日は民泊で貸し出せるマンスリーマンション「unito」

5-9 東京都のコワーキングスペース

5-9-1 新しい宿泊施設のかたち④ コミュニティオーガナイザーのいるシェアオフィス「MIDORI.so」

6. まとめ …… p.66

6-1 本調査レポートからの方向性の提言

6-2 東京のデジタルノマド戦略(案)

6-3 具体的な施策(案)

6-4 東京都内のエリア別ターゲット(案)

6-5 エリア別戦略(案)

6-6 エリア別具体的な施策(案)

APPENDIX - 巻末資料 …… p.73

1.基本概念・背景の整理

デジタルノマドとは何か？

1-1 定義

デジタルノマドは、場所にとらわれない自由な働き方をする旅行者 長期滞在し、その地域の新たな住人ともいえる

デジタルノマド

Digital Nomad

デジタル技術を活用して場所に縛られずどこでも働くことができる国際的なリモートワーカーを指す。長期間旅行しながら仕事を行うことが一般的で、共用スペースを有すコリビングや、ショートタームレンタル+コワーキングスペースを組み合わせ、滞在先でのコミュニティ参加を非常に重視した生活スタイルを好む。

特徴

- 自由な働き方
- 拠点を持たず、移動しながら働くことが多い
- 他者との交流やネットワーキングを非常に重視する



参考：各関連団体・企業によるデジタルノマドの定義

■世界青年学生および教育旅行連盟(WYSE Travel Confederation)

「デジタルノマドとは、デジタルを使ってリモート(遠隔)で自由に場所を選択しながら働く人々」

■Nomad List

「雇用主の従業員として、企業の請負業者として、または自分でビジネスを持ってリモートで働きながら、年の少なくとも一部を母国から離れて暮らす人々」

■国連開発計画(UNDP)「Understanding digital nomads」(2020年10月19日)記事

「デジタルノマドは主にバーチャルで雇用が行われ、頻繁に場所を変え、住んで働く場所を選択する人々。仕事は、グラフィックデザイン、デジタルマーケティング、ライティングからブロックチェーン、電子商取引、プログラミングまで多岐にわたる」

出所:トラベルボイス「[トラベルボイスRREPORT - デジタルノマド 2024 ~その変遷から、市場性、世界の事例まで~](#)」(2024年2月)

1-2 類似の概念とどう違うか

「ワーケーション」と「デジタルノマド」は別の概念。デジタルノマドは仕事が生活の中心で、滞在先でのコミュニティ参加やネットワーキングを非常に重視する人々

Work from Anywhere(WFA)

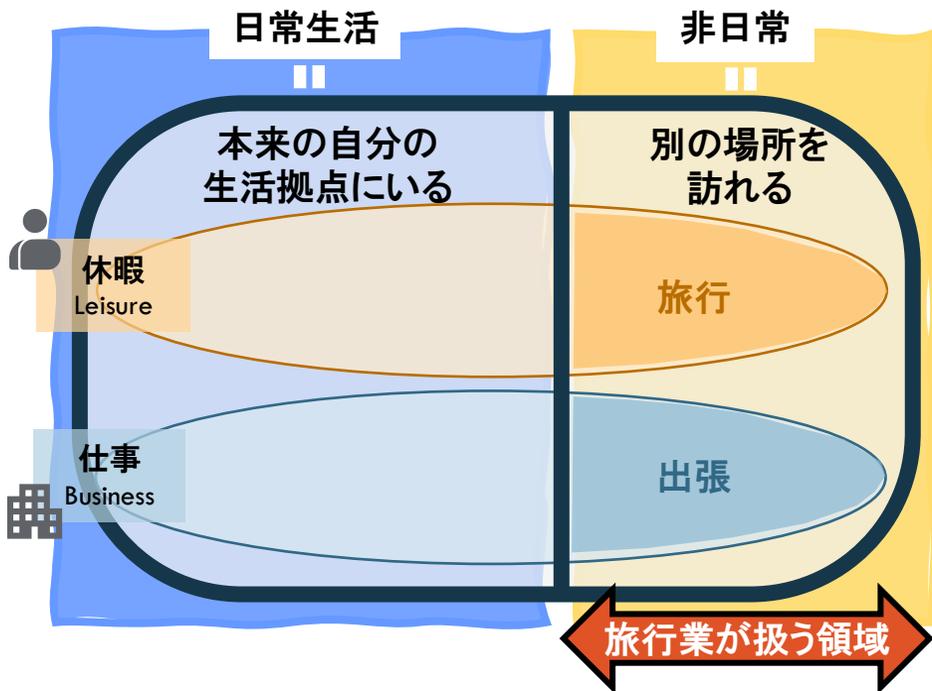
	ブレジャー Buleisure (Business + Leisure) 	ワーケーション Workation/Workcation (Work + Vacation) 	デジタルノマド Digital Nomad 	多地域居住 二拠点居住など 
概念	ビジネスが主で、合間に観光 仕事とレジャーを組み合わせた旅行スタイル。例えば、出張のついでにその地域を観光したり、週末や個人の有給休暇を組み合わせ、仕事と観光を同時に楽しむことを指す。	仕事と休暇の両立 仕事と休暇を組み合わせた言葉で、リゾート地や観光地で仕事と休暇を同時に楽しむスタイル。リラックスできる環境で働くことで、生産性を向上させることを目的としている。	場所にとらわれない自由な働き方 インターネットを活用して場所に縛られずどこでも働くことができる人々を指し、長期間旅行しながら仕事をするのが一般的。拠点を持たず、コリビングやコワーキングスペース、カフェ、宿泊施設などで働き、コミュニティを重視する。	複数の地域での生活 複数地域に生活基盤を持ち、それぞれの地域で生活や仕事をバランスよく送るスタイル。都市部と地方、あるいは海外、2つ以上の地域に拠点を構え、定期的に行き来しながら生活する。
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ビジネス目的が明確 仕事メインで、その合間にレジャーを楽しむ 企業が従業員向けに推進することが多い 	<ul style="list-style-type: none"> 仕事と休暇の両立を重視 リゾート地や観光地で働きながら休暇を楽しむことが多い 個人で実践されることが多い 	<ul style="list-style-type: none"> 自由な働き方 長期間、一つの場所で定住せず移動しながら働くことが多い 交流やネットワーキングを非常に重視 	<ul style="list-style-type: none"> 複数地域を定期的に往来して、生活と仕事のバランスをとる 異なる環境で、多様な経験を得られる 生活の質の向上
仕事と休暇のバランス	仕事メイン	仕事と休暇のバランス重視	仕事が生活の中心	複数の地域で生活と仕事、休暇も
コミュニティとの関わり	参加しない場合が多い	参加しない場合が多い	コワーキングスペースなどでの交流を非常に重視、地域社会に参加する場合も	複数の地域でコミュニティに参加
滞在期間	数日～数週間	数日～数週間	数週間～数か月、それ以上のことも	長期(往来頻度は人による)
居住体系	ホテル、コワーキングスペースなど	ホテル、コワーキングスペース、民泊など	コリビング、ショートタームレンタルなど	複数の地域に自宅などの生活基盤を持つ

参考: パンデミックを経ての変化と各概念の関係性

参考 デジタルノマドやワーケーションの発生は、「旅行」そのものの、概念の変化でもある

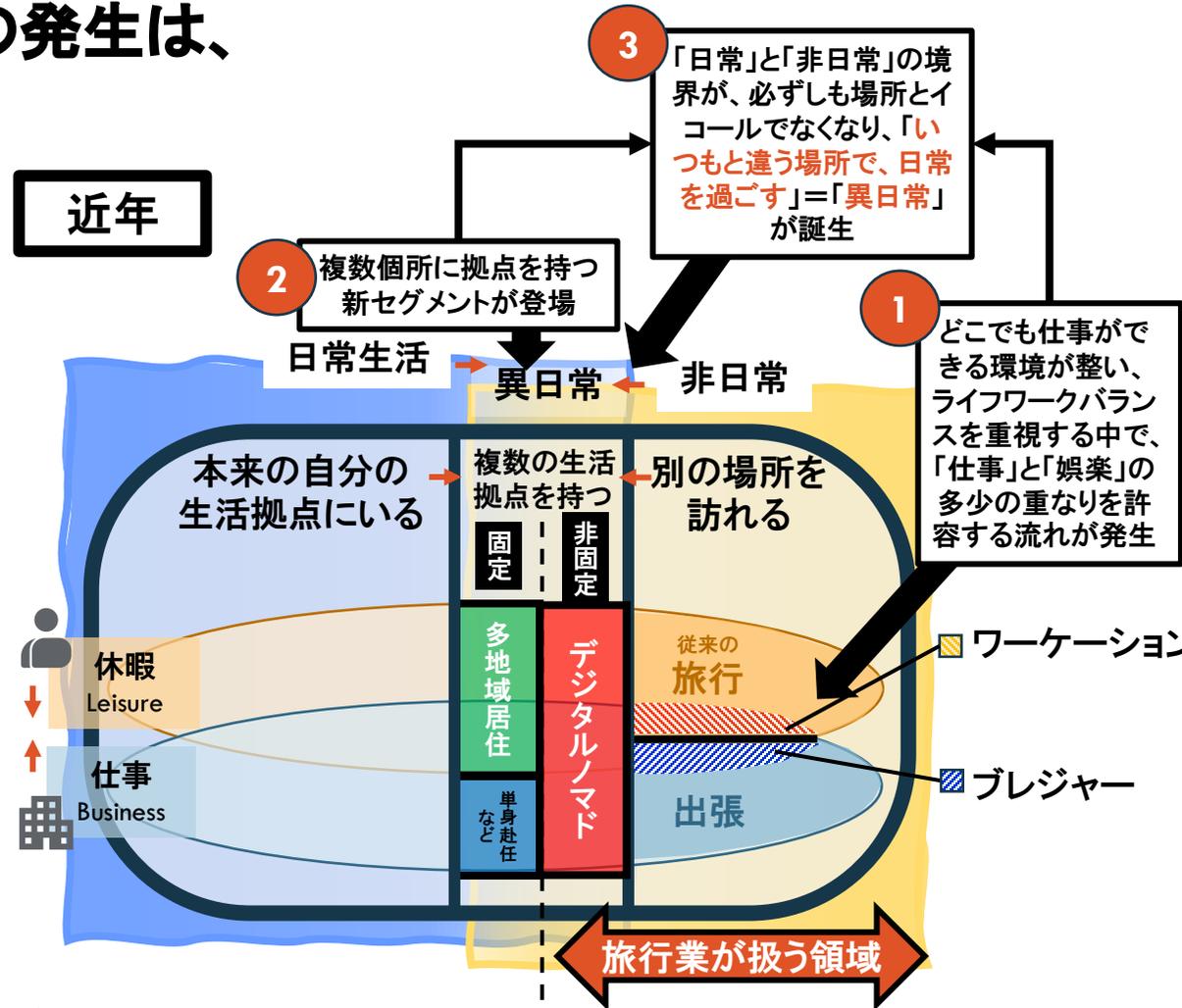
従来

「旅行」と「出張」しかなかった



従来は、自分の生活拠点にいるか、別の拠点にいるか
そのまま「日常」or「非日常」であった。
そのため「旅行＝非日常」といわれてきた。

近年



デジタル技術の進歩、働き方の変化により、
「娯楽と仕事」「場所」「日常と非日常」の3軸それぞれで、
重なり合う部分が発生。
これにより、新しい旅行や暮らしのスタイルが発生した。

変化
1. デジタル技術の進歩
2. 働き方の変化

- 1 1 「日常」と「非日常」の境界が、必ずしも場所とイコールでなくなり、「いつもと違う場所で、日常を過ごす」＝「異日常」が誕生
- 2 2 複数個所に拠点を持つ新セグメントが登場
- 3 3 どこでも仕事ができる環境が整い、ライフワークバランスを重視する中で、「仕事」と「娯楽」の多少の重なりを許容する流れが発生

1-3 日本におけるデジタルノマドの政策的位置づけ

一方、観光庁の整理としては、ワーケーション&ブレジャーは日本人の働き方の変化を取り込むもの、デジタルノマドはインバウンド回復の中で、質の高い消費と投資を呼び込む原動力として位置付けられている

日本における政策的位置づけ

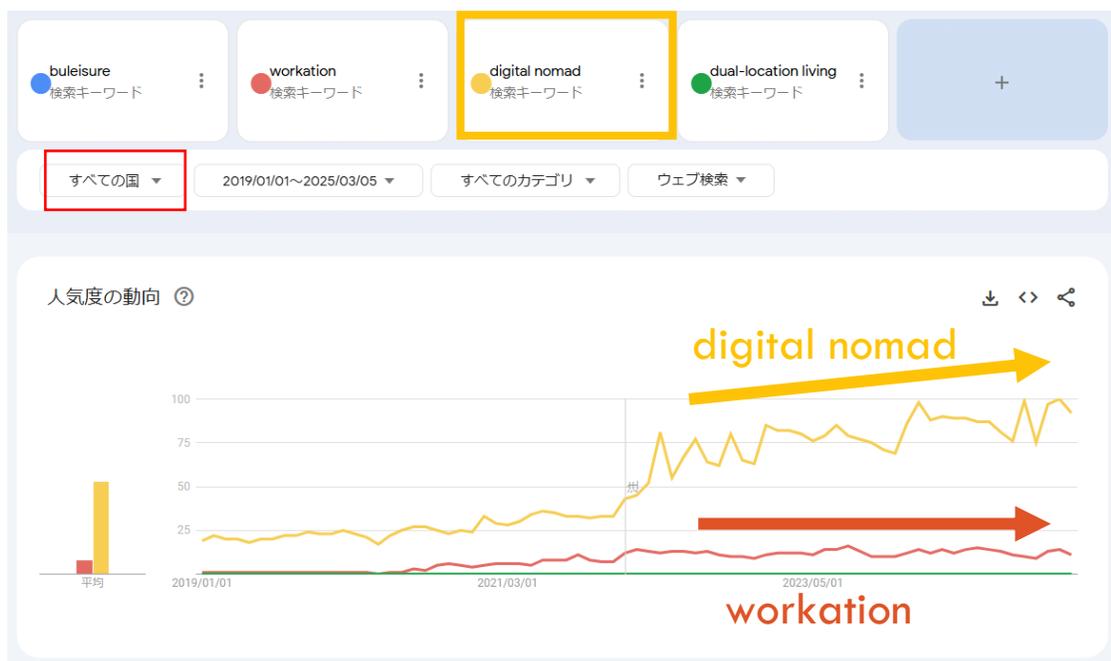
	ワーケーション+ブレジャー	デジタルノマド	多地域居住
政策	テレワークの普及や働き方の多様化を背景に、 仕事と休暇を組み合わせた滞在型旅行であるワーケーションやブレジャーの普及・定着を推進 。これにより、働き方改革と観光需要の創出を図っている。	国際的なリモートワーカーの長期滞在による地域の消費拡大やイノベーション創出、日本への投資拡大を目指し、ビザや在留資格の整備、 誘致・受入に対応可能な環境・体制構築 を進めている。	都市と地方の 二地域居住や多拠点居住を推進 し、地域活性化や人口減少対策を図る。地域へ継続的に関与する関係人口を増やし、定住や他拠点居住を推進している。
目的	より長期かつ多くの旅行機会の創出し、旅行需要の平準化をはかる	地方誘客、地域の消費拡大、イノベーション創出、日本への投資拡大、持続可能な観光地域づくり	地域活性化、人口減少対策
主なターゲット	日本人 主に企業の経営層や従業員など、テレワークが可能なビジネスパーソン、企業	外国人(国際的なリモートワーカー) 海外からのリモートワーカーやフリーランスの専門家など、高付加価値な消費や投資を行う個人	日本人 都市部在住者で、地方との関わりや二地域居住に関心のある個人や家族
具体的な事業内容	2020年より、ワーケーションやブレジャーの普及を目的としたモデル実証事業を実施。企業の経営層向けのセミナーや体験会を通じて、ワーケーションの導入を促進している。 令和6年度は、子育て世代も参加可能な業務型ワーケーション実証事業や、企業と地域が連携して新しい旅のスタイルを創出するモデル事業が公募された。	2024年4月のデジタルノマドビザの発給開始を契機に、令和6年度よりデジタルノマド誘客促進のための実証事業を開始。 令和7年度も5事業を公募中 。戦略策定、受入体制整備、PR、滞在プログラムの開発、モニターツアーの実施など、滞在プログラムを開発することで、長期滞在を促進するための活動を支援。	2023年度を初年度とする5か年の「 デジタル田園都市国家構想 」下で、都市と地方の多拠点居住を推進。「 第2のふるさとづくりプロジェクト 」などでモデル実証事業の実施や、地域と関わりを持つ人々を対象としたネットワークイベントの開催、自治体向けセミナー、 特設ウェブサイト で情報発信などを行う。

参考: 「デジタルノマド」のキーワード検索数

参考 Googleのキーワード検索を見ると、世界的にも日本国内でも、「デジタルノマド」に対する注目が集まっている

Googleでのキーワード検索数

●全世界



※ "ワーケーション" について、英語圏では概念的表現として「workation」「workcation」が用いられることもあるが、いずれも一般用語としては普及していない。上記比較グラフでは、全世界でみた場合より使用頻度の高い「workation」を用いた。

出所: [Google Trends](#) (集計期間2019年1月1日～2025年3月5日)

©公益財団法人東京観光財団 / トラベルボイス株式会社

●日本



出所: [Google Trends](#) (集計期間2019年1月1日～2025年3月5日)

デジタルノマドの市場規模

■ デジタルノマド人口と経済波及効果

米旅行情報サイトA Brother Abroadの調査推計によると、2022年時点で、
デジタルノマドは世界に約3,500万人

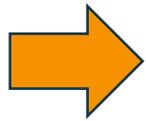
この数は、人口規模でカナダ、モロッコに次いで世界41位に相当

関連支出は年間約7,870億米ドル(約118兆円※)
ノマドワーカー1人当たり
約337.3万円※ /年 の消費額

出所: Brother Abroad「[63 Surprising Digital Nomad Statistics](#)」(最終更新日: 2025年)

※世界にいる何百人単位のデジタルノマドへのインタビュー、英語圏デジタルノマドコミュニティの調査、アンケート4000件以上を分析

※日本円は、1ドル=150円で換算した場合



この数値は、リモートワークの普及はもとより、更なるIT技術の発展、若年層を中心とした働き方や価値観の変化により、今後も増加が見込まれる。



1-5 デジタルノマドビザとは何か

通常の観光客より滞在期間が長く、消費額も多いデジタルノマドを呼び込むために、2020年以降、多くの国が「デジタルノマドビザ」を導入している

居住権を持たない国・地域でリモートワークに従事するための査証がデジタルノマドビザだが、一部では、限定的に就労が可能なケースもある。

一般的な「観光ビザ」と「デジタルノマドビザ」の違い

	一般的な デジタルノマドビザの特徴	一般的な 観光ビザの特徴
目的	働きながら、ある程度長く住む	短期の観光など
滞在期間	おおよそ 最大1年（更新・延長可） ※複数年の延長オプションあり ※市民権取得の申請が可能なことも	最大90日（更新・延長不可）
要件	当該国以外で雇用されていること、 自分と扶養家族（配偶者、子）を養う十分な収入があること、 滞在期間をカバーする健康保険の加入などが求められる	なし
労働 <small>※本業以外の副業や報酬を得ての活動の制限</small>	可能 （仕事の種類、労働時間、金額に制限がある場合が多い）	滞在・訪問国での就労は不可
滞在国での 納税義務	滞在期間や所得等の条件によるが、一般的に非課税 （居住地のある国で納税）	—

出所：citizenremoteの記事 [66 Digital Nomad Visa Countries in 2023](#) 記事を参考にしたトラベルボイス「[デジタルノマド2024レポート](#)」レポートをもとに作成

「デジタルノマドビザ」の発給を行う国は、50か国以上

ヨーロッパ

- | | |
|--------------------------------|----------------------------|
| アイスランド 6ヶ月 | スヴァールバル |
| アルバニア 1年 | (ノルウェー) 2年 |
| イタリア 1年(延長可) | セルビア 3-6ヶ月 |
| エストニア 1年 | チェコ共和国 1年 |
| 北マケドニア 1年 | ハンガリー 1年 |
| キプロス 1年+2年延長可能 | ポルトガル 1年 |
| ギリシャ 1年 | マルタ 1年 |
| クロアチア 1年 | モンテネグロ 2年 |
| ジョージア 1年 | ラトビア 1年 |
| スペイン 1年 | ルーマニア 1年 |

中東アフリカ

- | | |
|----------------------------|---------------------------|
| カーボベルデ 6ヶ月 | ナミビア 6ヶ月 |
| セーシェル 1年 | 南アフリカ 3年 |
| ドバイ 1年 | モーリシャス 1年 |

アジア太平洋

- [韓国](#) 2年
- [日本](#) 6ヶ月
- [インドネシア](#) 3か月-6ヶ月/2年
- [バリ島](#) 3か月-6ヶ月/
- [マレーシア](#) 1年
- [タイ](#) 4年

北米・カリブ海諸国

- [アンギラ](#) 1年
- [アンティグア・バーブーダ](#) 2年
- [アルバ](#) 3ヶ月
- [キュラソー](#) 6ヶ月
- [グレナダ](#) 1年
- [ケイマン諸島](#) 2年
- [セントルシア](#) 1年
- [ドミニカ国](#) 18ヶ月
- [バハマ](#) 1年
- [バミューダ](#) 1年
- [バルバドス](#) 1年
- [モントセラト](#) 1年

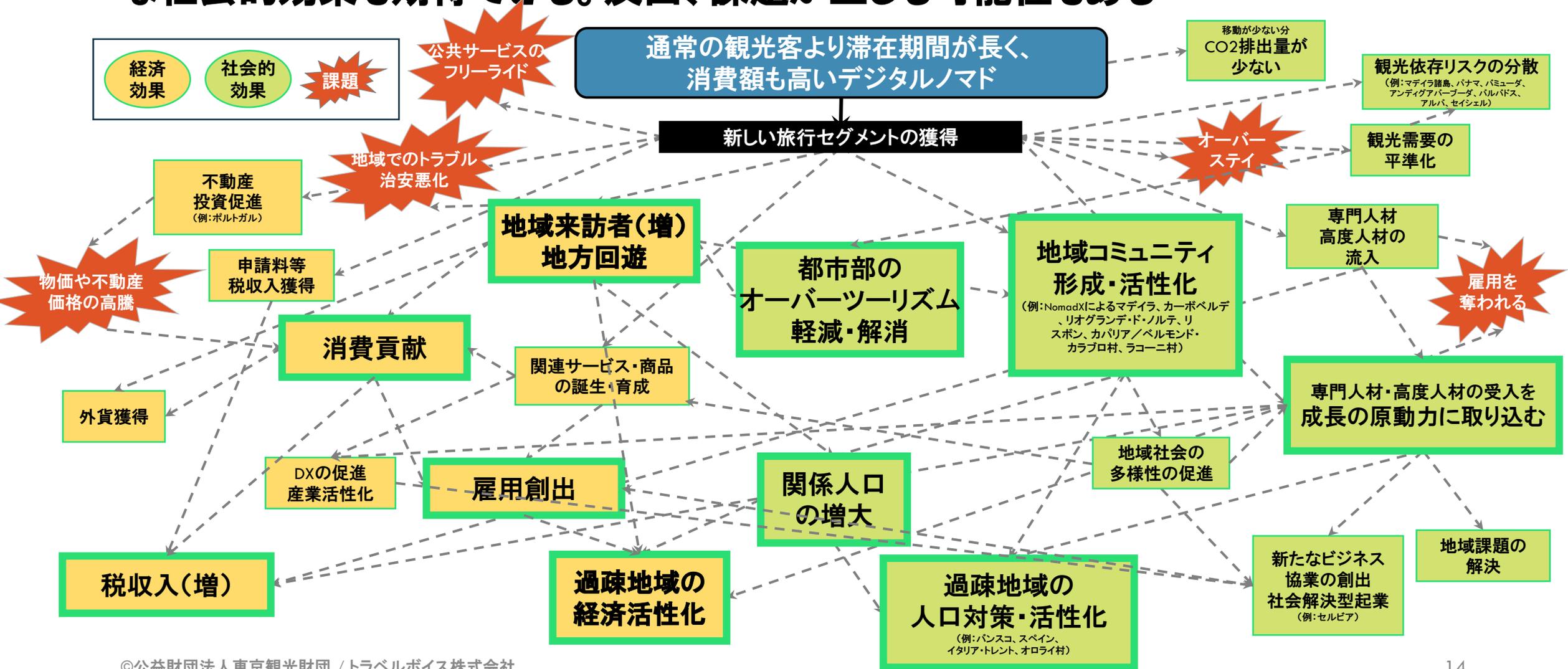
中南米

- [アルゼンチン](#) 3ヶ月
- [エクアドル](#) 2年
- [コロンビア](#) 2年
- [コスタリカ](#) 1年
- [パナマ](#) 9ヶ月
- [ベリーズ](#) 6ヶ月
- [ブラジル](#) 1年
- [メキシコ](#) 6ヶ月

出所： 国名・地域名にリンクをつけた、各国出入国管理局の公表データ等をもとに作成（2025年3月18日時点）

1-7 デジタルノマド受入に伴う効果

デジタルノマドの受入により、消費貢献をはじめとする経済効果のほか、さまざまな社会的効果も期待できる。反面、課題が生じる可能性もある



デジタルノマドのメリット・デメリットを整理すると、以下の通りとなる

デジタルノマド誘致のメリット・デメリット

	メリット	デメリット
経済面	<ul style="list-style-type: none"> ● 長期滞在による地方への誘客や、宿泊施設・飲食店・観光地などにおける消費拡大 ● ITを活用するホワイトカラーの高度人材が国内のスタートアップと交流することなどによるイノベーションの創出 ● 将来的な高度人材の日本への定住、起業 	<ul style="list-style-type: none"> ● 国内の雇用を奪われる懸念 ※地域の雇用を奪うような単純労働者の流入とは異なり、在留資格の内容により対策は可能 ● 物価や不動産価格の高騰 ※来訪者数から可能性は低い
社会面	<ul style="list-style-type: none"> ● 関係人口の増加による地域課題の解決 ● 旅行需要の平準化(地方への誘客、季節変動の平準化) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域とのトラブルの増加や治安の悪化 ※滞在先の文化や習慣に興味があり、教養やマナーのある高所得層が多いため、懸念は低い ● オーバーステイ ※在留資格の内容により滞在可能
環境面	<ul style="list-style-type: none"> ● 団体旅行に比べ移動が少ないため、移動に係るCO2排出が少ない 	—

出所：日本政策投資銀行「[インバウンド獲得競争の中で注目されるデジタルノマド](#)」(2023年12月)

参考 納税には183日以上滞りが根拠となるため、現在の日本の仕組みでは、税収入の効果を期待することは難しい

- ある国に183日以上滞在すると、その国に「実体的なつながり」があるとみなされ、居住者として扱われる可能性が高くなる。これにより、その国の納税義務を負う場合がある。
- 納税義務に影響するのは、一般的に「居住地」「所得の発生源」であるが、二国間で結ばれた「二重課税回避協定」により二重課税を回避できる場合がある。
- 一般的にデジタルノマドビザは、一定期間の滞在を許可し、税制上の優遇措置を受けることができるものだが、滞在国内、滞在期間などの状況によっては、課税義務が生じる場合がある。

*** エストニアのデジタルID「e-Residency」**
 デジタルIDとは、インターネット上で本人確認を可能にする身分証明書で、日本のマイナンバー制度に相当。物理的なカードや証明書でなく、デジタルデータとして存在し、様々なオンラインサービスへのアクセスや手続きをスムーズに行えるもの。エストニアでは、デジタルIDの活用が非常に進んでおり、医療、公共サービス、デジタル署名などに利用できる。「e-Residencyプログラム」を利用すれば、非居住者でもエストニアのデジタルIDを取得し、企業設立やオンラインバンキングなどのサービスを利用できる。ノマドワーカーにとっては、国境を越えた活動が可能になる。

税制上のメリットが大きい国

国・地域	税制のメリット	参考: デジタルノマドビザ要件等
ポルトガル	国外源泉所得に対する非課税措置	最低月収 2,800 ユーロで 1 年間の一時滞在ビザ(更新可能)
スペイン	年間60万ユーロまで24%の特別税率	デジタルノマドビザで最長5年滞在可能(収入の80%を国外から得る必要あり)
ジョージア	外国源泉所得は0%	1年間のデジタルノマドビザあり
エストニア	e-Residency制度によりオンラインで会社設立・税務申告可能	最大 1 年間の一時滞在ビザ(最低月収 4,500 ユーロ)
モンテネグロ	デジタルノマドビザ保持者は所得税免除(最長4年)	2年間のデジタルノマドビザ(2年間延長可能、家族帯同可)
メキシコ	外国源泉所得は非課税	最低月収 2,595 ドルで 6 ヶ月~4 年間のデジタルノマドビザ
コスタリカ	外国源泉所得は非課税	最低月収 3,000 ドルで 1 年間のデジタルノマドビザ(1 年間延長可)
ドバイ(UAE)	個人所得税0%	ゴールデンビザ(10年)など長期滞在ビザあり
タイ	180日以上居住者のみ所得税が課税(短期滞在に有利)	観光ビザ 45 日間 + 45 日間延長可能
	外国源泉所得は0%	エリートビザ・SMARTビザで長期滞在可能
マレーシア	外国源泉所得は0%	MM2Hビザで長期滞在可能

出所: 各国データをもとに作成 (2025年2月時点)

2. デジタルノマドの実像

デジタルノマドはどのような人で、何を求めているのか？

2-1 デジタルノマドの属性

各種調査によると、デジタルノマドの主要な属性は、レポートにより差異があるものの、年収約1,300万円、自営業者やリモートワークが可能な30代独身の白人

デジタルノマドの特徴

30代の独身がボリュームゾーン
男性やや多めか(データにより開きあり)

ハイキングを好み、
フィットネス、ヨガなどにも熱心
美食やパーティも好む

4割が自分のビジネスを持つ
フリーランサー・自営業者
3.5割はフルタイムの雇われ
リモートワーカー

欧米の白人が6-7割と中心
米国人が約4割、他に英国、ドイツなど
ラテン系、アジア人は各全体の1割

気候変動の問題に関心を
寄せ、環境意識が高い

職業は、マーケティング、コンピューターサイエンス/IT、デザイン、ライティング、eコマースなど
次いで、建築、医学、法律、都市計画、エンジニアリングなどデジタルとは直接関係しない職業の人も

学士卒3-5割、大学院卒が4割

年収の中央値は約8.5万米ドル(約1,300万円)
平均年収は約12.4万米ドル(約1,900万円)

※統計により開きあり。いずれのデータでも日本の平均年収より高い
※日本円は、1ドル=150円で換算した場合

デジタルノマドの2/3が母国で税金を支払う
残りの1/3は滞在先国で支払う



出所: 以下のレポートをもとに共通する項目を抽出
Nomad List「[The 2025 State of Digital Nomads](#)」
A Brother Abroad「[63 Surprising Digital Nomad Statistics](#)」
Flatio「[Digital Nomad Report 2023](#)」

1回の旅は1-2か月、複数都市を周遊しながら、月予算30万円で生活。 日中は仕事をし、休日やオフタイムは積極的に外出し人と会う

デジタルノマドのライフスタイル

- **1人旅**が43.4%で主流。パートナー23.9%、仲間(ノマドコミュニティで知り合った人含む)14.1%、ファミリーで旅するケースも17.5%。
- ボリュームゾーンの人々は必ずしも**滞在が長いわけではなく、1回の旅行は、1-2か月**。母国滞在とノマドライフを交互に繰り返す。
- **1カ国は1か月以内**が多く、その中で**複数都市を周遊するケース**も。
- **一度の旅**で母国を離れる期間は、**1-2か月:3割、3-4か月:2.5割**。5か月以上:2.5割、1か月以内の短期滞在:1割。
- 好む場所は、**地域の玄関口**(主要空港と国際線)で、一人当たりの国民総所得がデジタルノマドの**平均予算を下回る、沿岸国**。
- 1つの国に滞在する期間は、**1か月以内6割、1-3か月3割、4か月以上1割**。
- 1カ国内で、**複数都市を周遊**するケースも一般的。1都市の滞在期間は**7日以内:5割、7-30日:3割、それ以上:2割**。
- 半数は、**デジタルノマドビザを使わず滞在**。
- デジタルノマドの**月予算は約30万円(1,875ドル)**
- 宿泊場所は、**コリビング**や**Airbnbの貸切アパートメント**を中心に、滞在期間が短い都市やAirbnbの選択肢がない場合は、ホテルを組み合わせることも。予算や目的次第で、**ルームシェア**や**ゲストハウス**を利用する人も。
- **日中は仕事をする**。
- 仕事場の好みは2グループに分かれ、**自宅や宿泊施設など静寂と集中**を好む人が最も多く約5割、一方**ホワイトノイズ**を好むチームは**コアワーキングスペース15%、カフェ10%**
- (平日人と会う機会が少ない分)**休日やオフタイムは積極的に外出し人と会う**ことを好む。市内観光や、郊外への観光も。



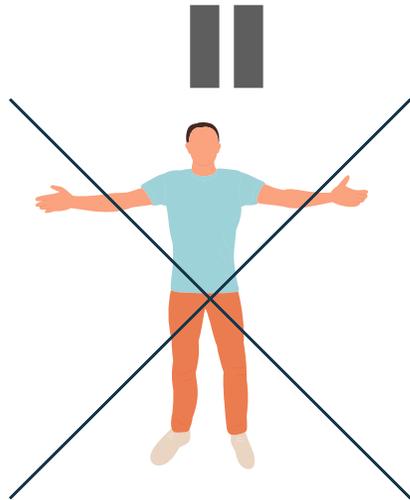
出所: 以下のレポートをもとに抽出
Nomad List「[The 2025 State of Digital Nomads](#)」
A Brother Abroad「[63 Surprising Digital Nomad Statistics](#)」
Flatio「[Digital Nomad Report 2023](#)」

2-3 デジタルノマドの多様性

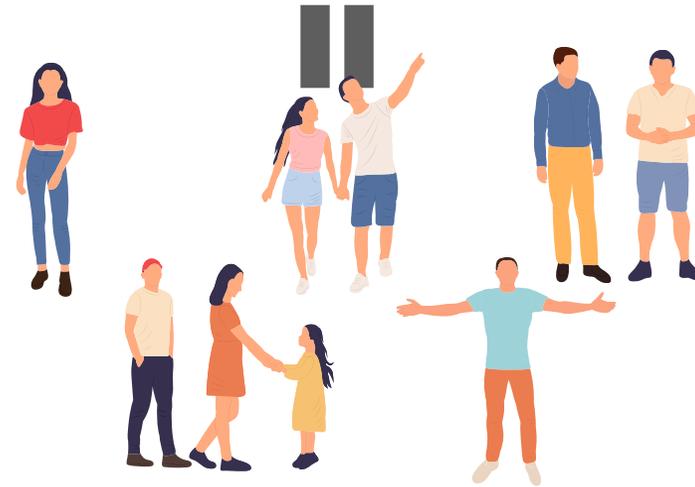
「デジタルノマド」を捉える際に重要なのは、単一の人物像を想定するのではなく、様々なタイプのデジタルノマド存在することを理解し、区別して扱うことである

前ページまでに示した特徴やライフスタイルは、あくまで平均的な特徴

デジタルノマド



デジタルノマド



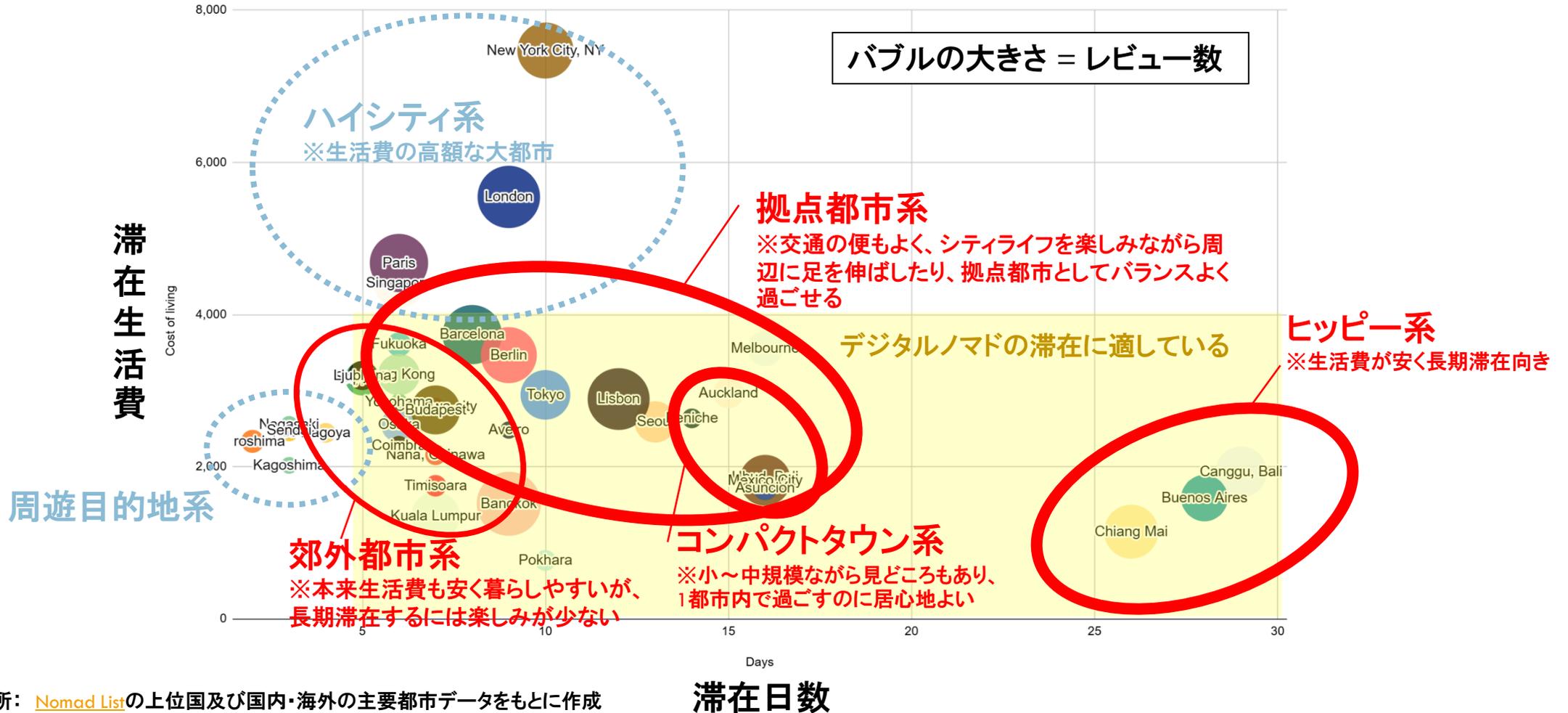
デジタルノマドは、滞在や暮らしを楽しむ“リトリート”を目的とする者や
コワーキングスペースなどでの交流やスキルシェアをもとに、“ビジネス拡大”を目的とする者が多いが、
本レポートではペルソナなどを当てはめ、次ページの3つの類型に整理を行った。

2-4 デジタルノマドのペルソナ3類型

デジタルノマドの特徴的なタイプを、3分類に整理した。一般的に①をイメージしがちだが、様々なタイプがあり、潜在ニーズとしては②③のポテンシャルも高い

	①ソーシャル型 ノマド	②スローマド型 ノマド	③ハイエンド型 ノマド
特徴	自身で専門のデジタルスキルなどを持ち、起業家支援体制の手厚い国や、ノマドコミュニティが盛んな都市で、ビジネス機会の獲得や起業、スキルアップを目指す層。旅行資金を稼ぎながら、できるだけ費用を抑えて、長期間旅を続ける。	「スロー(Slow)」と「ノマド(Nomad)」を組み合わせた言葉。1つの国や都市にゆったり数ヶ月～1年以上滞在しながら働き、旅行よりも「暮らす」ことに重点を置く層。家族で訪れることもあり、地元の文化やコミュニティと深く関わることを好む。	本業に関連して滞在費の援助が得られるなど、エキスパットに近い生活を送り、高いキャッシュフローを持つ層。高額かつ安定的な本業収入をベースに、快適さ・高級感・洗練されたライフスタイルを維持した旅を送る。
主な仕事	フリーランスのエンジニア、マーケター、インフルエンサー・Youtuber、起業家など	グローバル企業勤務、フリーランスでリモートワークが可能な専門職(エンジニア、マーケティング、財務、講師等)など	投資家、不動産、株などの資産運用、コンサルタント、著名なインフルエンサー・コンテンツクリエイターなど
予算	低～中	中～高	高
仕事	多 (ビジネス機会を得ることが目的)	多	少～中
年齢層	20代～40代が中心	20代～40代が中心	30代～50代が中心
同行者	一人が中心	一人、パートナー、友人、家族	一人、パートナーが中心
主に利用する宿泊施設	コリビング ゲストハウス ショートタームレンタル(シェアハウス)	コリビング ショートタームレンタル(占有タイプ)	ショートタームレンタル(占有タイプ) 高級賃貸物件 ホテル

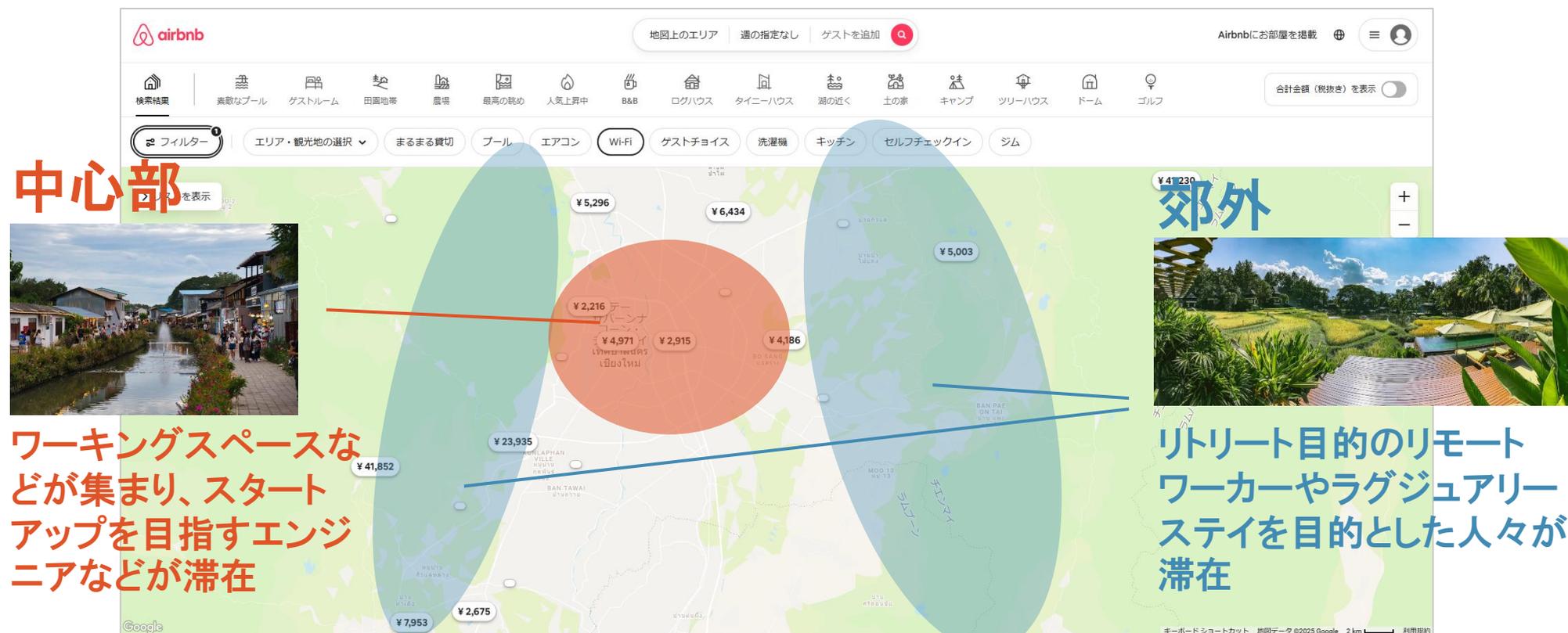
参考 滞在費が安い場所が適しているが、人気の行き先は、いくつかの傾向にグルーピングされる



参考: 1都市におけるノマドの棲み分け(チェンマイの例)

参考 1つの都市が必ずしも、特定のノマド分類層のみを惹きつけるわけではなく、例えばチェンマイでは中心部は①を中心としたネットワーキングが盛んで、郊外のリゾートエリアにはリトリート目的の②③が滞在する

Airbnbでチェンマイをみると、1泊数千円のリーズナブルな宿から高級ヴィラまでが揃う



出所: [Airbnb](#)、視察経験者へのヒアリングをもとに作成

3.日本・東京のデジタルノマドライフ

東京のデジタルノマドライフとは？

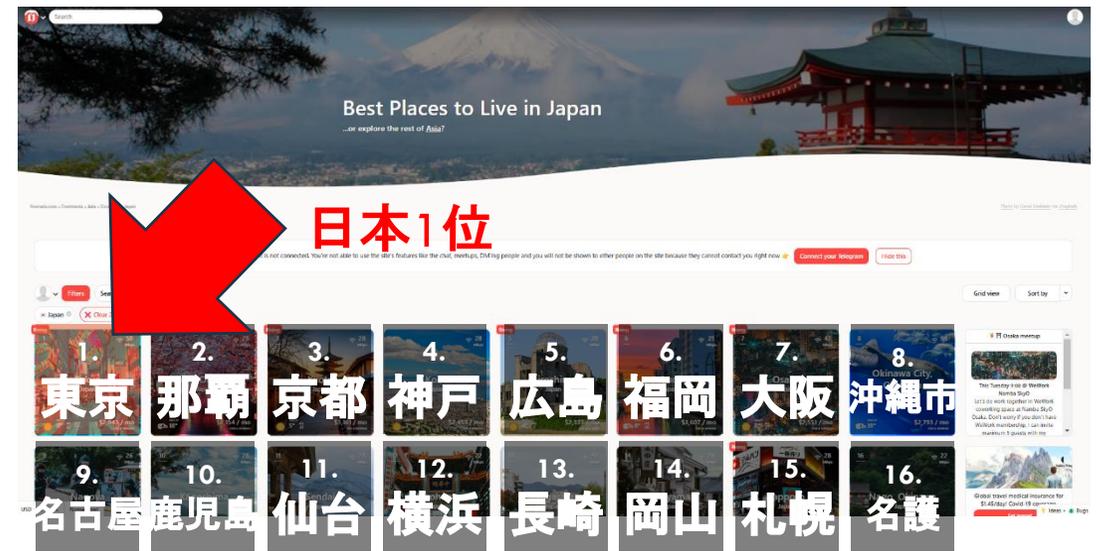
3-1 Nomad Listでみるノマドの人気都市

Nomad Listの都市ランキングは日々変動しているが、世界的にも東京は人気都市であり、日本国内でも常にトップを維持している（但し、冬場は暖かい場所が人気のため、東京は順位が落ちる傾向にある）

●世界での人気都市の順位



●日本での人気都市の順位

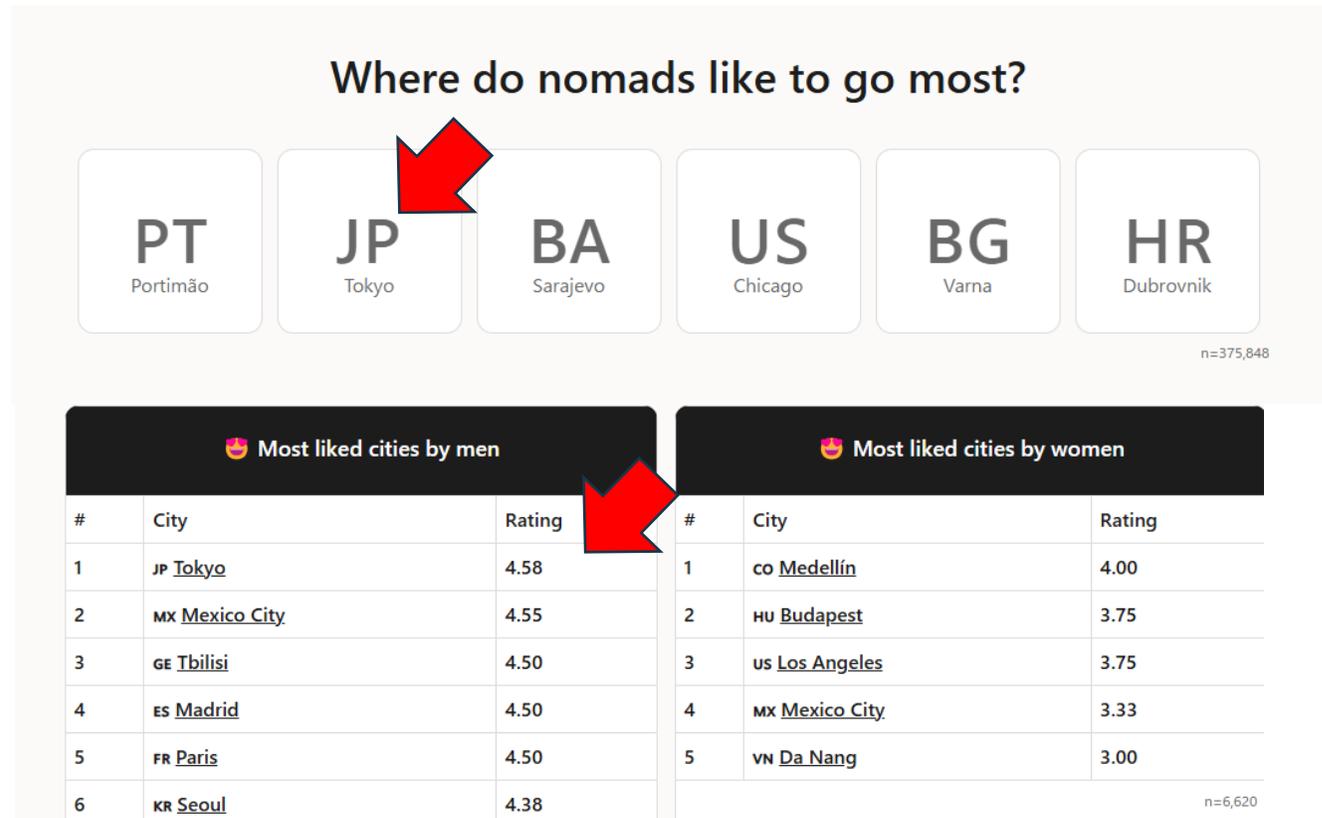


出所: [Nomad List](#) (2024年12月25日時点 ※順位は日々変動)

出所: [Nomad List](#) (2024年12月25日時点 ※順位は日々変動)

3-2 Nomad Listでみる満足度の高い目的地

さらに、Nomad Listによると、2025年現在東京は、ポルティマン(ポルトガル)、サラエヴォ(ボスニア・ヘルツェゴビナ)、シカゴ(アメリカ)、ヴァルナ(ブルガリア)、ドブロブニク(クロアチア)などと並んで、世界のノマド達の中で、最も好まれる都市の1つである



出所: Nomad List「[The 2025 State of Digital Nomads](#)」

3-3 Nomad Listでみる東京ライフの特徴

東京が評価されているのは、安全で、人々は優しく、美食に溢れ、エキサイティング等、アジアの中でも特に西洋人が住みやすい都市である点

Pros		Cons	
✓ Many coworking spaces available	✓ コワーキングスペース多数	✗ High cost of living	✗ 生活費が高い
✓ Friendly locals	✓ フレンドリーな地元の人々	✗ Language barrier with locals	✗ 現地の人々との言葉の壁
✓ Great public transport system	✓ 優れた公共交通機関	✗ Crowded public transport	✗ 混雑した公共交通機関
✓ Clean city	✓ きれいな街	✗ Difficulties in making close friendships	✗ 親密な友人関係を築くのが難しい
✓ Phenomenal food quality	✓ 驚異的な食の品質	✗ Limited vegetable selection	✗ ベジタリアンの選択肢が限られる
✓ Easiest major city for westerners in Asia	✓ アジアで西洋人にとって最も住みやすい主要都市	✗ Confusing street layout	✗ 分かりにくい街路レイアウト
✓ Vibrant and exciting experiences	✓ 活気に満ちたエキサイティングな体験	✗ Humidity and noise from cicadas in summer	✗ 夏の湿気と蟬の鳴き声
✓ Strong internet connectivity	✓ 強力なインターネット接続	✗ Small living spaces for the price	✗ 価格の割に狭い居住空間
✓ Affordable transport	✓ 手頃な料金の交通手段	✗ Overcrowding in popular areas	✗ 人気エリアの混雑
✓ Numerous international meetups	✓ 数多くの国際交流会	✗ Challenges finding English-speaking specialist doctors	✗ 英語を話す専門医を見つけるのが難しい
✓ Very safe	✓ 非常に安全	✗ Very expensive	✗ 非常に高価
✓ Fast internet	✓ 高速インターネット	✗ Gets cold in the winter	✗ 冬は寒い
✓ Lots of fun stuff to do	✓ 楽しい事がたくさん	✗ Very difficult to make friends	✗ 友達を作るのがとても難しい
✓ Warm in the spring	✓ 春は暖かい	✗ People don't speak English well	✗ 人々は英語を上手に話せません
✓ Perfect humidity now	✓ 今は完璧な湿度です	✗ Many people smoke tobacco	✗ タバコを吸う人が多い
✓ Good air quality on average	✓ 平均して空気が良い	✗ Marijuana is illegal	✗ マリファナは違法です
✓ Nomads.com members liked going here a lot	✓ Nomads.com メンバーはここに行くのがとても好きでした		
✓ Many Nomads.com members here all year round	✓ 一年中多くの Nomads.com メンバーがここにいます		
✓ Spacious and not crowded	✓ 広くて混雑しない		
✓ Very easy to do business	✓ ビジネス取引が非常に簡単		
✓ High quality of education	✓ 質の高い教育		
✓ Great hospitals	✓ 素晴らしい病院		
✓ Roads are very safe	✓ 道路はとても安全です		
✓ Freedom of speech	✓ 言論の自由		
✓ Democratic	✓ 民主的		
✓ Very safe for women	✓ 女性にとっても非常に安全です		
✓ Family friendly	✓ 家族向け		
✓ Very friendly to LGBTQ+	✓ LGBTQ+ に非常に優しい		

出所: [Nomad List](#)



安全、住みやすい、人々は優しい
エキサイティング、美食



英語が通じない
親密な人間関係の構築が難しい

3-4 外国人ノマドへのヒアリング - 被験者5名の属性

次に、より深く、東京でのノマドライフの実態に迫るために、東京でのノマドライフ経験がある以下の外国人5名へ、ヒアリングを行った

	1	2	3	4	5
	Frantz	Conrad	Sergio	Stefanos	Lara
国籍 (インタビュー時滞在先)	 フランス (現在:ギリシャ滞在)	 カナダ (現在:釧路滞在)	 メキシコ (現在:チェンマイ滞在)	 ギリシャ (現在:ロンドン滞在)	 イタリア (現在:東京滞在)
年齢・性別	40代・男性	28歳・男性	35歳・男性	35歳・男性	40代・女性
職業	フリーランスの コンサルタント (フルリモート)	起業家 (フルリモート)	フリーランス YouTuber (フルリモート)	プロデューサー・コンサル タント、デジタルノマドコン サルタント (フルリモート)	語学講師、栄養学の コーチング (フルリモート)
タイプ	ハイエンド型	ソーシャル型	ソーシャル型	ソーシャル型	スローマド型
家族構成	パートナー・子あり (旅行に同行することもある)	パートナーあり (旅行には同行しない)	独身	独身	パートナーあり
ライフスタイル	東京のNGOの仕事をしており、東京、フランス、(パートナーの出身地の)ギリシャの3拠点で生活を送っている。仕事にあわせて東京を訪れるが、家族(妊娠中の妻と1歳の子供)と一緒にいる際は1.5か月以上、一人の場合は1~3週間。	半年はシンガポール在住のパートナーと過ごせるように、年の半分をノマドライフに充てている。将来的には彼女もリモートワークができる仕事を増やす予定。10年間で東京には25回以上訪れている。	ノマド歴10年以上。1都市に1か月以上滞在しながら、その都市でのノマド生活をYouTubeでの動画配信しながら生活をしている。	学生時代からモビリティに関わり、COVIDをきっかけに完全リモートへ。デジタルノマド向けのコンサルタントも行っている。	パートナーの仕事の関係で東京に来た。オンラインで語学教師や、栄養コーチングの仕事をする(就労ビザを取得中)。将来的には半年は日本滞在し、残りの半年は世界中を旅するハーフノマドの生活を希望。

3-5 外国人ノマドへのヒアリング - 被験者の主な発言(1/2)

5人の被験者には、「自身の生活スタイル」「東京ライフの感想」「宿泊場所」「コミュニティ」などについて意見を聞いた（なお、被験者2・3・4はグループインタビュー形式で実施）

	1	2	3	4	5
	 Frantz	 Conrad	 Sergio	 Stefanos	 Lara
東京でのノマドライフについて	<ul style="list-style-type: none"> 東京の雰囲気や文化の違いが魅力。落ち着いていて、緑が多く、清潔。レストランや観光地も素晴らしい。 友人との交流や街の雰囲気を楽しんでいるが、多くは東京在住の日本人との交流。 ファミリー向けに、東京は非常に魅力的。 東京の物価は高いと感じる。 	<ul style="list-style-type: none"> 3人全員が「東京は短期滞在向き」との意見（物価が高い、コミュニティ形成が難しい） 福岡など、他都市の方が起業家・ノマド向けの環境が整っている。 東京何度も訪れたが、1回の滞在は3日～3週間程度。物価が高く、長期滞在には向いていない。 現在は、釧路など日本の地方都市の探索に興味がある。 	<ul style="list-style-type: none"> 長く滞在したいが、宿泊コストが高く、短期滞在にならざるを得ない。 長く住むには計画が必要で、現在1か月滞在を計画中（都市の理解には長期滞在が必要）。 コミュニティにアクセスする方法として、コワーキングスペース利用を検討。 	<ul style="list-style-type: none"> 東京は魅力的だが、長期滞在するにはコストがかかるため、他の都市も視野に入れるべき。 東京のコワーキングスペースで働く人はあくまで「ビジネス」。「コミュニティ形成」に重きを置いていると感じない。 	<ul style="list-style-type: none"> 東京の魅力は、便利さ、多言語対応、清潔さ、親切な人々、多様な活動やイベントなどあること。トイレも快適。 テーマ別の食事や文化体験を通じて東京を楽しんでいる。 一方、日本での直接的な意見表明の難しさや、PDA（公共の場での愛情表現）の制限は短所だと感じる。 スローマドとしては、税金が高いこともデメリット。
宿泊場所	<ul style="list-style-type: none"> 1人の場合ホテルが主な宿泊先。 家族と滞在する場合は、Airbnbや短期滞在用のアパートも利用。 	<ul style="list-style-type: none"> コミュニティが形成されやすい、リビングスペースがメイン。 Airbnbはグループ滞向けで、ホストがいるタイプを選んでいる。 ホテルは人との交流が少なく好まない。 	<ul style="list-style-type: none"> ホストとの交流やキッチン利用の柔軟性のある、Airbnbを利用。 コリビングスペースがあれば選びたいが、東京では見つからなかった。 今後、月額滞在が可能な施設（Nomad Hubなど）を試す予定。 	<ul style="list-style-type: none"> 初回はAirbnbを利用したが高額だったため、以降はホテルを選択している。 友人宅にも滞在し、コストを抑えている。 	<ul style="list-style-type: none"> サクラハウス、オークハウス、シティアパートメントなどが滞在にはよいと感じる。 日本人向けのサブスク「ADDRESS」のようなサービスが、外国人でも利用できるとうい。

被験者のコメントや指摘は示唆に富むものであり、次ページ以降に、テーマ別にまとめた

	1	2	3	4	5
	 Frantz	 Conrad	 Sergio	 Stefanos	 Lara
コミュニティ 情報収集	<ul style="list-style-type: none"> • 現在は、仕事は主にカフェで1日2～3時間程度。時折 coworkingスペースで同僚とミーティングをしている。 • 地域コミュニティとの繋がりを重要視し、そこで関係を持った人と友人関係を築いている 	<ul style="list-style-type: none"> • 東京にはコミュニティがあるが、それを見つけるのが大変。東京では意識的な努力が必要。そうしないと、ただの外国人観光客になってしまう。 • 東京は広すぎて人と繋がりにくい 外国人ノマド向けの統合された情報源がない。 • ホストがいるAirbnbに滞在することで、地元文化の情報収集ができる、 	<ul style="list-style-type: none"> • coworkingスペースの「コミュニティ」とは、仕事以外の交流イベントが定期的にあること。 • もっとコリビング・coworkingスペースが増えるべき。 • MeetupやWhatsApp Groupなど、地元の人も参加する様々なコミュニティがある 	<ul style="list-style-type: none"> • 東京ではただの外国人の一人になってしまい、ビジネスの機会も少なく感じる。 • 積極的に人を繋げる「コミュニティリーダー」が必要。 	<ul style="list-style-type: none"> • ローカルの日本人と、Language Exchangeの機会がある。 • 情報交換のために、Google、Facebook、Meetupなどを活用して情報を得ている。また、友人とのつながりを維持するためにさまざまなアプリも使用。 • 共通の趣味や関心があれば、友人を作るのは比較的簡単だが、そうでないと東京では難しい。シャイなノマド向けのイベントの重要性

5名へのインタビューから可視化された、
東京のノマドライフへの指摘は、主に以下の7点に集約される

1 東京は物価、
とりわけ宿泊費が
高い。

2 スタートアップ向けの
環境が整っていない。

3 東京は長期滞在に
向いていない。

4 宿泊の選択肢が少
ない。コリビングス
ペースなどがもっと
あるとよい。

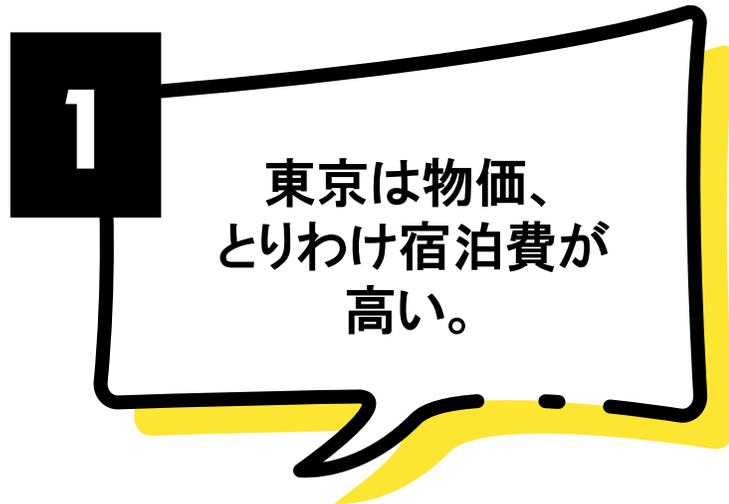
5 東京はコミュニティ
形成が難しく、人と
繋がりにくい。

6 コミュニティ
リーダーがいない。

7 ノマド向けの
情報を
探しにくい。

1点目は「物価が高い」という指摘 欧州の大都市に比べると、必ずしも高いわけではないという意見もあるものの、 とりわけ宿泊費の高さに対するコメントが集中した

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき



- Frantz :「東京は確かに便利で魅力的な都市だが、物価の高さが長期滞在を難しくする要因の一つ。とりわけ家族で滞在するにはコストがかかる。」
- Conrad :「東京は好きだが、長期滞在にはコストがかかる」「ホテルは高級すぎると交流の場になりにくいし、安くても利便性を考えると高くつく。ノマド向けのコリビングスペースがもっと増えれば、コストも抑えられるし、交流しやすくなる」
- Sergio :「宿泊費は高い。ホテルと Airbnb はどちらもそれほど安くない」「長期滞在なら月額レンタルを見つければ少し安くなるが、1週間程度の滞在だとコストがかかる」
- Stefanos :「東京はとても高い。特に宿泊費が高く、長期滞在が難しい。」「福岡では、Colive Fukuokaのイベント後2か月滞在できたが、東京では同じことをするのは難しい。」「東京に行くなら、仕事や明確な目的がないと、コスト面で大変になる」
- Lara :「東京の生活費は高いが、ヨーロッパの大都市と比べると極端に高いわけではない。東京には外国人向けの不動産オプションもあるが、敷金・礼金・保証金の制度があるため、初期費用が高額になりがち」

2点目は、スタートアップ向け環境が整っていないという指摘。
都市が大きすぎるゆえ、競争が激しく、ビジネス機会を作るのが難しい。
一方、過度にノマド向けに迎合するのではなく、東京のオリジナリティを追求すべきという意見も

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき

2

スタートアップ向けの環境が整っていない。

- Frantz:「東京のオリジナリティを維持しながらノマドに対応することが重要で、過度にノマド向けにカスタマイズするのではなく、東京本来の魅力を保つべき。」
- Conrad、Sergio:「福岡にはノマド向けのコミュニティが存在していて、そこの繋がりから広がり、事業へ発展することがある」
- Stefanos :「東京は大都市で、多くの外国人がいるが、スタートアップのコミュニティを見つけるのが難しい」

「東京に行っても、ただの外国人の一人になってしまい、ビジネスの機会を作るのが難しい」「福岡では、COLIVE FUKUOKAのイベントが終わった後も2か月滞在し、自然とビジネスのつながりができたが、東京ではそうはならなかった」

「東京は競争が激しく、何の準備もなしに行くと、スタートアップを始めるのが難しい」

3点目は、東京は長期滞在が難しく、短期滞在向けという指摘。その理由は、費用面、住居面、コミュニティの問題などが主。ノマドビザの制約に関する指摘も

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき

3

東京は長期滞在に向いていない。

- Frantz :「東京は魅力的な都市だが、**長期滞在するには課題が多い**」「東京での生活費は家族向けには高く、ノマド向けの長期滞在オプションがもっとあればいい」
- Conrad :「東京には25回以上訪れているが、1回の滞在は3日～3週間程度」「東京は魅力的な都市だが、**長期滞在にはコストがかかるため、他の都市も視野に入れるべき**」「**短期滞在なら東京を楽しめるが、長期滞在するには努力が必要**」
- Sergio :「東京の**宿泊費は高い**。ホテルと Airbnb はどちらも短期滞在向けで、**長期滞在には不向き**」「**1週間程度の滞在なら問題ないが、長期滞在するなら月額レンタルを見つける必要がある**」「福岡の方が滞在費が安く、デジタルノマドに向いている」
- Stefanos :「東京は大都市で**物価が高く、長期滞在には向いていない**」「福岡では2か月滞在しても**コミュニティが自然にできたが、東京では難しい**」
- Lara :「東京は住みやすいが、**ビザの問題があり、長期滞在は難しい**」「デジタルノマドビザでは6か月ごとに出国しなければならず、銀行口座も開設できないため、不便」

参考：東京と主要都市のノマド滞在の基本情報比較

参考

Nomad Listによると、東京の平均滞在日数は10日、リピーター率は17%

	Asia																	Oceania	Europe										North America	South America												
	Japan										Thailand							Korea	South	Nepal	Indonesia	Singapore	Malaysia	NZ	Australia	Portugal	Romania	Slovenia	Hungary	Spain	Kingdom	France	Germany	Mexico	United States	Argentina	Paraguay					
	Tokyo	Naha	Kobe	Kyoto	Hiroshima	Fukuoka	Osaka	Okinawa-city	Nagoya	Kagoshima	Sapporo	Nagasaki	Sendai	Kitakyushu	Yokohama	Bangkok	Chiang Mai	Hong Kong	Seoul	Pokhara	Canggu, Bali	Ubud, Bali	Singapore	Kuala Lumpur	Auckland	Melbourne	Coimbra	Peniche	Aveiro	Lisbon	Timisoara	Ploiesti	Berlin	Paris	London	Barcelona	Budapest	Ljubljana	Mexico City	NYC	Buenos Aires	Asuncion
📅 日数	10	7	3	5	2	6	6	7	4	3	5	3	3	-	6	9	26	6	13	10	29	16	6	7	15	16	6	9	12	7	-	9	6	9	8	7	5	6	10	28	16	
📶 ネット速度	50	28	28	28	28	21	47	94	26	28	28	43	28	28	22	38	42	70	58	17	31	21	43	71	28	16	24	24	57	41	-	34	59	22	68	19	36	59	34	30	21	
♻️ リピーター率	17%	15%	6%	11%	4%	13%	13%	9%	12%	9%	6%	6%	-	-	9%	18%	16%	15%	14%	6%	16%	13%	14%	17%	11%	13%	6%	11%	16%	10%	-	8%	15%	15%	15%	13%	8%	15%	16%	19%	15%	
📷 訪問者	9,713,500	-	-	3,029,600	-	-	6,133,100	-	-	-	-	-	-	-	-	23,270,600	2,944,600	25,695,800	7,659,100	-	6,238,300	6,238,300	17,618,800	12,843,500	2,625,100	2,782,700	-	-	3,320,300	-	-	-	5,833,100	14,263,000	19,842,800	7,624,100	3,823,900	-	13,100,000	2,241,200	-	
👥 人口	14,000,000	320,000	1,500,000	1,500,000	1,200,000	1,500,000	2,700,000	1,400,000	2,300,000	600,000	2,000,000	430,000	1,100,000	960,000	3,700,000	5,800,000	400,000	7,200,000	9,800,000	260,000	30,000	80,000	5,600,000	1,800,000	1,600,000	4,200,000	110,000	26,000	79,000	550,000	320,000	210,000	1,800,000	1,600,000	8,800,000	8,900,000	3,100,000	510,000				
💳 キャッシュレス	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	only Cash	only Cash	only Cash	only Cash	only Cash	only Cash	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	only Cash	only Cash	

出所: [Nomad List](#) (2024年12月24日時点)

4点目は、コリビングなどの交流機能を持つノマド向け宿泊施設が非常に少ないという点。全員が指摘し、日本特有の、賃貸借契約の複雑さも影響している

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき

4

宿泊の選択肢が少ない。コリビングスペースなどがもっとあるとよい。

- Frantz : 「家族で滞在する場合、東京の**宿泊施設は限られていて、コストもかかる**」「もっと**柔軟な宿泊オプションがあれば、デジタルノマドが滞在しやすくなる**」
- Conrad : 「東京には何度も滞在しているが、**宿泊の選択肢が限られている**」「ホテルは高級すぎるのと交流の場にならず、Airbnb は**価格が高い**」「**コリビングスペースがもっと増えれば、コストも抑えられ、交流しやすくなる**」「ノマド向けの**宿泊施設は、人とつながる場を提供する必要がある**」
- Sergio : 「Airbnbとホテルは、**価格がほぼ同じか、むしろAirbnbの方が高いこともある**」「**月単位で契約できる宿泊施設があれば、もっと長期滞在しやすくなる**」「**コワーキング+宿泊がセットになった施設が理想的**」
- Stefanos : 「**Airbnbを使ったが、とても高かった**」「**結果的にホテルを選んだが、それでも宿泊費が高く、他の選択肢がほとんどなかった**」「**福岡ではコリビングスペースがあり、簡単にコミュニティに入れたが、東京ではそういった場所が少ない**」「**長期滞在がしやすい宿泊施設がもっと必要**」
- Lara : 「東京での長期滞在は、**宿泊や住居の選択肢が限られている**」「**デジタルノマドは、ただのゲストハウスや Airbnb ではなく、ネットワーキングができる宿泊施設を好むが、東京にはそうした場所がまだ少なく、情報を集めるのも難しい**」「**日本人向けのサブスク「ADDress」のようなサービスが、外国人でも利用できる**とよい」

5点目は、コミュニティ形成の難しさで、5人全員が非常に強く指摘。コミュニティがないわけではないが、見つけることが難しく、ノマド同士がつながるための環境が圧倒的に不足している

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき

5

東京はコミュニティ形成が難しく、人と繋がりにくい。

- Frantz :「東京には素晴らしい人がいるが、簡単には繋がれない」
- Conrad :「東京には何度も訪れているが、毎回コミュニティを作るのに努力が必要」「ノマド向けのイベントやスペースが少なく、人と繋がるのが簡単ではない」「東京は忙しい人が多く、一度会った人と継続的に関係を持つのが難しい」「もし東京にもっとオープンなコミュニティスペースがあれば、ノマドにとって魅力的な都市になる」
- Stefanos :「東京は広すぎて、コミュニティを見つけにくい」「多くのスペースは単なるオフィスであり、本当のコミュニティとは言えない。「東京では既存のネットワークに入るのが難しく、ノマドが新しいコミュニティを作るのは大変」
- Sergio :「東京にはノマド向けの WhatsApp コミュニティなどはあるが、見つけるのが難しい」「東京にも、ノマドが最初にアクセスできるような“ハブ”があり、リーダーがそれを運営するとよい」
- Lara :「東京は人とのつながりを作るのが難しいが、共通の趣味や興味があれば友人を作りやすい」「Meetup やイベントを活用すればコミュニティに入りやすいが、それを知らないと孤立しがち」

6点目は、前項にも関係するが、ノマド同士をつなげるコミュニティリーダーが不在である点への指摘。ノマドが最初にアクセスできるハブがあり、リーダーがイベントやワークショップを企画すると交流がしやすくなると多くの人が指摘する

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき

6

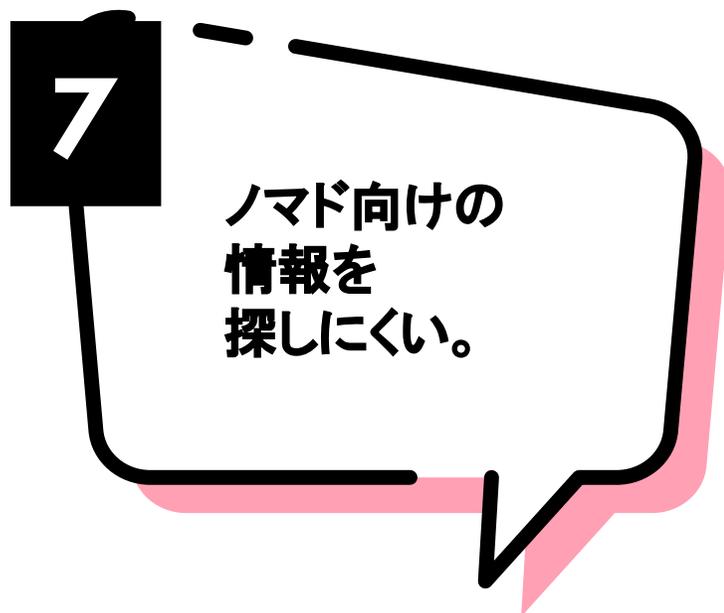
コミュニティ
リーダーがいない。

緑文字: ポジティブ
赤文字: ネガティブ
青文字: その他気づき

- Frantz :「ノマド同士のつながりを作るために、イベントやワークショップを企画できる人が求められる」
- Conrad :「ノマド向けの情報発信や、コミュニティを統括するリーダーがいれば、交流がしやすくなる」「他の都市(福岡など)では、すでにリーダーが活動し、ネットワーキングを促進している」
- Stefanos :「コミュニティというのは、自然にできるのではなく、誰かが意識的に作り、維持しなければならない」「東京では、いくつかのコワーキングスペースやイベントはあるが、それらを統括するリーダーの存在がない」「福岡では、リーダーがいて、定期的なイベントが開催されているが、東京にはそういった仕組みが足りない」
- Sergio :「もし、東京にノマドが最初にアクセスできるような窓口やリーダー的な存在がいれば、もっと交流しやすくなる」「例えば、福岡にはデジタルノマド向けのプログラムがあり、現地のリーダーが案内してくれた。それが東京にもあればいいのに」
- Lara :「シャイなノマドでも入りやすいように、コミュニティに誘導する人がいるとよい」「東京では、単に情報を集めるのではなく、人と人をつなぐ役割の人が必要」

最後7点目に、様々なノマド向けの情報が分散しており、探しづらいという指摘。ノマドが最初にアクセスできるような”ハブ”があり、新しいノマドにも宿泊、イベントなどが、わかりやすく情報提供されていることを求める声強い

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき



- Frantz :「SNSやGoogle Map等を活用して情報収集できるが、観光客向けの情報が溢れていて、本物で地元の人が発信している情報を見極める必要がある。」
- Conrad :「東京に25回以上来ているが、未だに新しいノマド向けのサービスを見つけるのが大変」「ノマドが東京で滞在しやすい場所やコリビングスペースの情報がまとまっていない」「他の都市では WhatsApp や Facebook グループを通じて情報を得やすいが、東京ではそうした情報が断片的で、探しにくい」「東京でノマドが滞在しやすくなるには、情報を整理し、一元化する必要がある」
- Sergio :「東京のノマド向け情報はウェブ上に存在するが、アクセスしにくい」「WhatsApp や Facebook にノマド向けのグループがあるが、知らないと見つけられない」「ノマドが最初にアクセスできるような“ハブ”があるとよい」
- Stefanos :「東京ではノマド向けのコワーキングやコリビングの情報が分かりにくい」「どこでノマドが集まるのかが分からず、福岡のように簡単にネットワーキングができない」
- Lara :「英語対応の不動産会社が少なく、外国人向けの賃貸情報が探しにくい」「Meetup やイベントを利用すれば情報を得られるが、最初から知っているわけではない」

4.取組先進事例

先進地域はどのような取り組みを行っているのか？

4-1 世界各地のデジタルノマドへの取組

多くの国が、ノマドビザを発給し誘客促進を図る。物価や気候などの環境要因に依存する反面、無料コワーキングスペースや、交流イベント開催に取り組む地域も

スペイン

人口減少や過疎化に直面する自治体が、デジタルノマドを誘致して地域活性化を図る取り組みを行う。「Red Nacional de Pueblos Acogedores」に、小規模な町がデジタルノマド向けにコワーキングスペースや生活情報を提供。

カナリア諸島(スペイン)

最大2年のデジタルノマドビザを導入し、ラス・パルマスを中心にコワーキングを拡充。

ポルトガル(リスボン、ポルトなど)

リスボンを中心に、多数のコワーキングスペースが存在し、自治体のコミュニティ支援なども。デジタルノマドビザは1年滞在可能で、5年後に永住権への道も。

マデイラ諸島(ポルトガル)

スタートアップ・エコシステム推進機関が無料のコワーキングスペースや地元企業・住民との交流機会を提供するプロジェクトを実施。この取り組みにより、推定3000万ユーロの経済効果がもたらされ、デジタルノマドビザが地方再生のツールとなる可能性を示した。

出所：トラベルボイス
「デジタルノマド2024レポート」を参考に作成

エストニア(タリンなど)

2014年から居住なしでデジタル市民権を取得できる「e-Residency」を提供。オンラインでの会社設立や銀行口座開設が可能。タリンを中心にスタートアップシーンが活発で、エストニアで起業し、EU市場にアクセス可能なのが強み。

タルサ(アメリカ・オクラホマ州)

米中西部オクラホマ州の地方都市タルサは民間財団と連携し、ノマドに1万ドルの移住奨励金と無料コワーキングを提供。コミュニティ統合と経済活性化を狙う。2020年以降、数百人のノマドが移住し、人口流出に歯止めをかける。

タイ・バンコク

東南アジアのハブとしても、デジタルノマドに人気。タイでは2022年に導入されたDestination Thailand Visa (DTV)は最大180日滞在(更新可)を認める。

チェンマイ(タイ)

「デジタルノマドの首都」として知られ、民間主導でコワーキングスペースが充実。低生活費(月\$1,000程度)、活発なコミュニティ、自然と都市のバランスが魅力。方政府は直接関与せず、民間の自主性に依存。

バリ島(インドネシア)

ウブドやチャングーを中心に、多数のコワーキングスペース、カフェが存在。リゾート環境、低コスト、コミュニティが強み。最大180日滞在可能。政府は観光地としての魅力を活かしつつ、ネット速度向上に注力。

クロアチア

デジタルノマド向けに一時滞在許可(最長1年)を発行。アドリア海沿岸の美しい景観や温暖な気候が魅力。物価も比較的安く、生活費を抑えやすい。

Bansko(ブルガリア)

冬はスキーリゾートとして賑わい、自然環境と西欧並みの生活水準、滞在費の安さから注目を集める。年1回の「Banskoノマドフェスト」は世界中からノマドが集まり交流する。

ジョージア

一定の収入要件を満たせば、最長1年間の滞在が可能。物価が安く、生活しやすい環境。首都トビリシを中心に、コワーキングスペースやカフェが増加中。

4-1-1 海外の事例① チェンマイ(タイ)

チェンマイは、民間主体で発生した「デジタルノマドの首都」 経済効果は年間数十億パーツに上り、飲食業が急成長。 都市インフラの整備にも貢献



チェンマイ県(タイ)

人口:約179.2万人(2022年) 面積:2.0万km²(東京都の約9倍) バンコクから直行便で1時間半

タイ北部に位置し、山に囲まれた静かな環境。寺院、エレファントサングチュアリ、ハイキング、ヨガ、マッサージ、ビーガンカフェなど、観光やアクティビティも充実。低コストで快適な滞在が楽しめる。タイ政府は2022年に「Destination Thailand Visa(DTV)」を導入し、デジタルノマドを含むリモートワーカー向けに最大180日(更新でさらに180日)の滞在を認めた。申請条件は比較的緩く、月\$2,000(約30万円)程度の収入証明があれば取得可。

●状況・取組内容

- 物価・生活コストが安く、ネットインフラ、コミュニティも充実しているチェンマイは「デジタルノマドの首都」として世界的に知られ、デジタルノマドにとって理想的な環境を提供している。
- 中心部や旧市街は海外の起業家がコワーキングスペースを多数作っており、そこを目的にスタートアップ型のノマドワーカーが集まる。例えば、コワーキングスペースにブロックチェーンに詳しい人がいると、その技術を目的にエンジニアが集まり、そこでスキルのシェア、仕事の受託などが発生し、チェンマイに行くことで仕事生まれる、一方、郊外の別荘地には、滞在を目的に癒されに来るリトリート型のノマドが滞在する。
- チェンマイは成熟したデジタルノマドコミュニティを持ち、WhatsAppやFacebookグループで情報交換が活発に行われる。「Nomad Summit」のようなイベントや、カジュアルなミートアップも頻繁に開催され、世界中から集まるノマドとのネットワーキングが容易。スキルシェアやビジネスチャンスも生まれやすく、仕事と社交のバランスが取れるのが満足度が高い大きな理由。
- チェンマイ市政府は直接的な誘致策より、民間主導のエコシステムを後押しする姿勢。コワーキングスペースの拡充や外国人向けサービスの増加は、起業家や技術者の自発的な活動によるもの。政府は医療や教育(インターナショナルスクール)の質向上にも注力し、リトリート型の高所得者層の取り込みを模索中。

©公益財団法人東京観光財団 / トラベルボイス株式会社



●効果と課題

- ノマドワーカーが多く訪れることで、カフェ、コワーキングスペース、ホステル、レストラン、賃貸などのビジネスが急成長。現地の若者が英語を学び、サービス業に進出するなど雇用機会も創出されたことで、国際的な都市としての魅力が向上している。
- また、Wi-Fi環境の整ったカフェや長期滞在型アパートが増加し、市内全体のWi-Fi環境が大幅に改善するなど、都市インフラ整備につながった。
- ITスキルやリモートワークのノウハウが地元住民に伝わり、一部は自身でデジタルワークを始めるきっかけに。特に、起業イベントやワークショップが地元の若者に影響を与えている。
- スタートアップ型ノマドは、生活費を抑えつつ一発当てようという人が多く、経済的な恩恵は少ないとされるが、全体としてノマドが地元経済に与える経済効果は、年間数十億パーツ(1パーツ=約4.5円)を還元していると推定されている。
- 一方、インフラは都市部に集中しており、郊外ではネット接続や生活利便性が落ちることもある。また、観光客やノマドの増加で物価が徐々に上昇しつつあり、地元住民とのバランスが課題となっている。



somchairakin - stock.adobe.com

4-1-2 海外の事例② マデイラ諸島(ポルトガル領)

マデイラ諸島、官民連携のデジタルノマド村づくりで地方再生。 無料コアワーキングスペースや交流イベントで、 1年で6000人以上人口増、€3000万の経済効果



ポルトガル領マデイラ諸島

人口:25.33万人(2022年、[マデイラ地域統計局](#)) 面積:741km² 主都:フンシャル リスボンから飛行機で2時間
アフリカ・モロッコの西沖に浮かぶ4島からなる諸島。ワインと温暖な気候と美しい自然が魅力。生活コストは比較的安く、欧州のノマドに人気。ポルトガル政府のデジタルノマドビザを活用すれば長期滞在が可能。



ポント・ド・ソル

●状況・取組内容

- ・ コロナ禍で観光客が激減していたポルトガル領マデイラ自治地域政府は、2021年2月、エコシステム推進企業[スタートアップ・マデイラ](#)と共同で「[デジタルノマド・マデイラ・アイランド](#)」試験的プロジェクトを開始。デジタルノマドを誘致し、地元企業や住民と融合させ、社会経済に有益なコミュニティ構築を目指した。
- ・ ポンタ・ド・ソルを中心に8つの村があり、コアワーキングスペースの無料利用、Slackでのグループチャット、住居やコアワーキングスペース情報、イベント、地元民ホスト、コミュニティへのアクセスを提供。公式Instagramによると[3000人が登録](#)(WIREDIによると実際は数人からスタート、1年後に1000人規模に増加)。
- ・ この事業の[公式サイト](#)では試験段階の課題として、ニーズの把握、サービスとの適合、コミュニティや民間(ホテル、レストラン、宿泊施設、コンサルタント、弁護士、レンタカー、クリエイター、地域の起業家)を巻き込むことなどを挙げている。

●効果と課題

- ・ マデイラ島の人口8000人の村ポント・ド・ソルが、最初の1年で6000人以上のデジタルノマドを誘致し、推定3000万ユーロの経済効果をもたらした(JETRO)。また、2022年のマデイラ島の居住外国人数は、人口25万3259人のうち1万1793人となり、2008年以来最高値に達した。
- ・ 観光業が主な収入源であった島は、土地を離れる若い世代が後を絶たなかったが「人が行き交うようになり島が活気づいた」といった好意的な地元民の声が聞かれる(PwC)。
- ・ 一方で、WIREDの2022年2月の現地取材記事によると、地元の人との有意義な交流がない、多くの外国人を急に呼び込んだことでコミュニティの実現が複雑化。さらに島では外国人の住宅購入に制限はなく、リモートワーカー需要で価格は上昇、住民は既存の賃貸物件や観光施設を割り当てるか建設かの選択に迫られ、賃貸物件建設のために農園を取り壊す事例もあるといった課題も指摘されている。

出所: トラベルボイス「[デジタルノマド2024レポート](#)」を参考に作成

4-1-3 海外の事例③ バンスコ(ブルガリア)

ノマド滞在先として急成長のバンスコ。 地域とノマドが融合、長期滞在向けに語学プログラムの開催 や、廃業したホテルの再生利用の検討も進む



バンスコ(ブルガリア)

人口:13,161人(2023年、ブルガリア国家統計局) 面積: 148.3 km² 首都ソフィアから車で2時間
冬はスキーリゾートとして賑わい、夏はハイキングやサイクリングなど、四季を通じて様々なアウトドアアクティビティを楽しめる。周辺には温泉もある。物価が安いにもかかわらず、教育、健康、治安、交通などの生活水準が西欧並みであるのが人気の理由。EU加盟のためユーロが使い、シェンゲン協定に部分加盟(陸路を除く)。ヨーロッパのデジタルノマドにとって魅力的な場所。

●状況・取組内容

- ・ 標高900m以上の山岳地にある、人口13,000人ほどの小さな町ながらデジタルノマド達の人気を集めるのがブルガリア南西部にあるバンスコ。ピリン山脈のふもとに位置するスキーリゾートで、夏にはハイキングやサイクリング、音楽フェスティバルもあり、1年中観光客が訪れる場所だが、今ではリモートワークのハブとなっている。
- ・ ここを最初にデジタルノマド向けに開拓したのは、2016年にコワーキングスペース設立のために訪れたドイツ人の起業家。自然環境とWi-Fi設備、生活費と税金の安さから「[COWORKING BASKO](#)」をオープン。スキーシーズンには人口が急増し、毎月300人以上のリモートワーカーが働いているという。世界遺産のピリン国立公園が隣接するロケーションで、ハイキングなどさまざまなアクティビティも楽しめる。
- ・ 2020年にはノマドワーカー向けのイベント「[BANSKO NOMAD FEST](#)」を立ち上げ、年に1回世界中からノマドが集まり交流する。

出所: トラベルボイス「[デジタルノマド2024レポート](#)」を参考に作成

●効果と課題

- ・ 受け入れ側のバンスコの副市長は、外国人の増加で国際的な雰囲気を生み出し、学校が多文化となっていることを好意的に捉えているという。
- ・ 長期のデジタルノマドには、子供たちが語学など教育を受けられる「[Bansko Lab](#)」を組織し、地元コミュニティとのつながりを築いている人もいた(2025年3月現在は閉業中)。
- ・ デジタルノマドの増加によってコワーキングスペースも9つに増え、首都ソフィアや海外にいたブルガリア人がの移住も増加。
- ・ ただしここでも外国人による不動産購入で価格の上昇は起きているものの、共産主義時代の廃墟ホテル再生の可能性も語られている。



4-1-4 海外の事例④ エストニア

デジタル先進国エストニア。 デジタル市民制度「e-Residency(電子居住権)」を組み合わせ、 「エストニアでの起業→EU市場進出」を支援



エストニア共和国

人口:約133万人(2021年) 面積:4.5万km²(日本の約9分の1) 一人当たりの名目GDP:27,282ドル(2021年、IMF)

IT先進国エストニアは、居住権や電子投票など行政サービスの95%がデジタル化されており、国民の99%がデジタルIDを持つ、世界で最もDX化された国として注目されている。

●状況・取組内容

- 2014年から、非エストニア国民でもオンラインで法人設立や銀行口座の開設が行える「e-Residency」を導入しており、同制度を活用した法人設立数は約14,000社以上。Skype、Wise、Starship、Boltなどさまざまなデジタルサービスが生まれている。
- エストニアは2020年7月、世界初のデジタルノマドビザを発給。このビザにより、リモートワーカーは最大1年間の滞在が可能となり、エストニアでの生活と仕事を両立できる。2017年には外国人がエストニアで事業をする起業家向けのスタートアップビザを発給、さらに2020年には、世界で最初にリモートワーカー向けに、最大1年居住できる国外の企業の従業員や雇用主のための「デジタルノマドビザ」の発給を開始した。
- 同ビザで課されている所得下限の月収3504ユーロは、エストニアの平均を超えており、高所得外国人を招き入れることで、継続的なインバウンド需要を期待している。

出所: トラベルボイス「[デジタルノマド2024レポート](#)」を参考に作成

●効果・課題

- e-Residencyは2014年の開始以来、10万人以上が利用し、2万社以上の企業設立を支援。2022年時点で年間約10億ユーロの経済効果を生み、EU市場へのアクセスを提供することで、デジタルノマドや起業家がエストニアを拠点にビジネスを展開しやすくなった。ビジネス志向のノマドワーカーを惹きつけ、地域経済に貢献しています。
- ITや金融など高度スキルを持つノマドをターゲットに、タリンなどの都市でスタートアップエコシステムが活性化。SkypeやWiseなど世界的企業を生んだ土壌がさらに強化され、人口130万人の小国がグローバルな注目を集めている。
- ノマドの経済効果は主にタリンなど都市部に集中し、農村部の恩恵は少ない。過疎地域への誘致策が不足しています。
- 世界中のITエンジニア、デザイナー、起業家がエストニアを拠点に活動デジタルノマドの増加により、タリンを中心とする都市部で国際的なコミュニティが拡大。ノマド向けのイベントやミートアップが開催され、スタートアップ文化が活性化。



4-1-5 海外の事例⑤ スペインの情報提供サイト

スペインの小さな村とノマドをつなぐプラットフォームを介し、スペインの農村を新たな仕事の場として再定義。コミュニティ機能や村のホストへ相談もできる

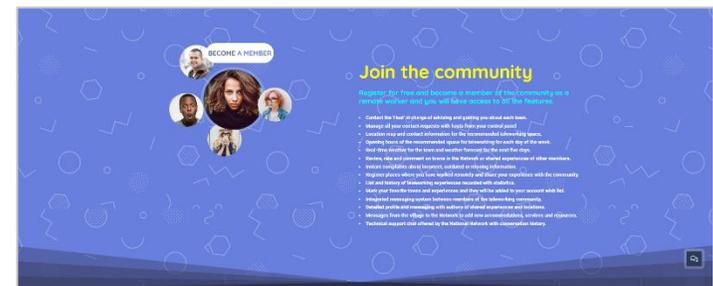
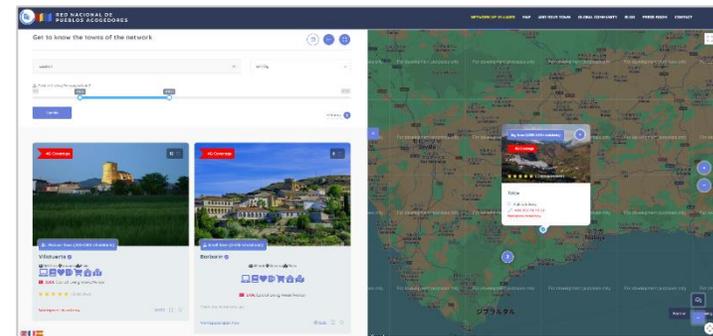


スペイン王国

人口:約4,781万人(2023年) 面積:50.6万平方キロメートル(日本の約1.3倍) 名目GDP:約1兆6,206億ドル(2023年、IMF推定)

観光業が主要産業の一つであるスペインは、多様な文化、温暖な気候、美しい自然環境に加え、充実したインフラとビザ制度が、快適なワークライフバランスを求める人々を惹きつけている。スペイン政府はデジタルノマドや外国人テレワーカー向けのビザを提供しており、EU域外出身で、海外に拠点を置く企業に所属し、リモート勤務を行う人、または個人事業主としてフリーランスで働く人に最大1年間の居住と労働が許可されている。

- 「[Red Nacional de Pueblos Acogedores para el Teletrabajo](#)」は、「テレワークを歓迎する村の全国ネットワーク」の意味。スペインの地方自治体や民間団体が共同で運営するウェブサイトで、リモートワーカーやデジタルノマドに対して、快適なテレワーク環境を提供する地方の村々を紹介する。
- このサイトは、スペインの過疎地域を活性化させるプロジェクトの一環で、都市部から離れた地域への移住や長期滞在を促進し、地域活性化を図ることを目的としている。
- このネットワークは、テレワークに適した条件を備えたスペインの小さな村(人口5,000人未満)をデジタルノマドやリモートワーカーに提供し、地方の人口減少対策と経済活性化を目指す。
- サイト内では、各村の概要、生活費、インターネット環境、ワークスペースの有無、宿泊施設などを紹介し、ユーザーは自分のニーズに合った村を探すことができる。
- コミュニティ機能を持ち、各村の案内やアドバイスを担当するホストに相談を行ったり、ノマドワーカー同士や地元住民と情報交換を行ったり、交流のサポートも行っている。



出所: [Red Nacional de Pueblos Acogedores para el Teletrabajo](#)

4-2 日本国内のデジタルノマドへの取組

日本国内の取り組みは、限定的。各地とも、観光客の質の重視やオーバーツーリズムへの一手として「地域の特色×長期滞在」を掛け合わせた独自スタイルを模索段階で、今後拡大が見込まれる

観光庁令和6年度実証事業

金沢市(石川県)

パナソニックJOB HUBと連携し、デジタルノマドと伝統文化、地域企業とのマッチングを進める。空き家活用や、東京にてアート展「KANAZAWA week」を開催するなどクリエイター向けの誘客PRも展開し、関係人口創出を目指す。

南砺市(富山県)

自然と伝統をアピールし、デジタルノマド向けワークショップを推進。古民家を活用したコワーキングスペースや宿泊施設を整備し、ウェブサイトを整備し告知。地域企業との交流イベントも計画。

長野県(信濃町、白馬村、山ノ内町など)

長野県は2017年より「信州リゾートテレワーク」という新しいライフワークスタイルを提案し、コワーキングスペースなどの受け入れ施設を100カ所以上整備。信濃町はNPOと法人向け貸切オフィス白馬村、山ノ内町などは、スキーと温泉を強みに、リトリート型ノマド向けに整備を進める。体験プログラムも提供。白馬村は2025年1月、金沢大学と協定を締結し、データ活用や人材育成、観光資源創出などの観光イノベーションにも取り組む。

北海道

(登別市、ニセコ町、余市町、洞爺湖町、壮瞥町など)

豊かな自然環境と観光資源を活かし、ノマドの誘致に取り組む。コワーキングスペースや長期滞在者向けの宿泊施設も増えている。ニセコが国際的スキーリゾートとしてノマドを惹きつけ、コワーキング施設を拡充。登別市や洞爺湖町は温泉を活かし、余市町はワイン観光、壮瞥町は自然環境をPRする。

観光庁令和6年度実証事業

和歌山県

熊野古道や温泉を活かし、リトリート型ノマドをターゲットにキッチンハイクとともに実証事業を展開。家族向けの3~6ヶ月の長期滞在プログラム開発やモニターツアーの実施に取り組む。

下関市(山口県)

北九州市とともに「関門海峡エリア」として、デジタルノマドの誘致に取り組む。2024年8月には、クラウドファンディングで、施設整備やイベント出展のための資金調達をおこなった。

観光庁令和6年度実証事業

宮崎県(日向市、宮崎市など)

日向市はサーフィン文化を軸にノマドコミュニティを形成し、宮崎市は温暖な気候を活かしリトリート型を誘致。観光庁事業で受入体制を構築中。

観光庁令和6年度実証事業

沖縄県(名護市、沖縄市、やんばるエリアなど)

スマートシティ化に積極的に取り組む名護市を中心に、リゾート型ノマドを誘致。ITインフラの整備、民間のコワーキング拡充など受入体制整備、滞在プログラム開発、情報発信などを進め、新たな人材や知識の流入を促している。

福岡市

グローバル創業・雇用創出特区に指定されており、ビジネスマッチングや創業支援に積極的。デジタルノマド支援コーディネーターを設置し、コミュニティ構築を推進。「Colive Fukuoka」を2023年から開催、スタートアップビザ発給、インキュベーション施設の活用など多岐に渡る施策に取り組む。2025年春には、世界水準のイノベーションキャンパス「CIC Fukuoka」もオープン。

長崎県(長崎市、五島市など)

福岡市、別府市とともに、観光庁の実証事業に採択され、多文化歴史や離島の自然を活かした、滞在プログラム開発。長崎市では、歴史的建造物を活用したコワーキングスペースや、ノマド向けの宿泊施設も整備。

別府市

「温泉ワークショップ」を推進。コワーキングスペースを併設した温泉旅館や、温泉街でのイベントなどを開催。リトリート型ノマドをターゲットに、癒しと仕事を両立する環境をPR。

観光庁令和6年度実証事業

戦略特区でもある福岡市では、デジタルノマドに、ビジネス創出や産業振興など、多岐に渡る効果を期待。「国際的交流拠点＝福岡」の地位確立を目指す



- 福岡市は、日本国内でデジタルノマドの受け入れに最も積極的に取り組んでいる都市の一つ。コロナ禍を契機にデジタルノマドの誘致を進め、現在9割を超えるアジア依存のインバウンド構造を変革する狙いがあり、欧米の長期滞在・富裕層を取り込むのに、デジタルノマド(欧米層が7割以上)の誘客に取り組むこととなった。2023年から本格的な誘致が始まり、観光庁事業の実証受託や、「Colive Fukuoka」などのイベントを通じ、誘客に取り組んでいる。

- 支援コーディネーターを2名配置し、海外ノマドとの橋渡しを行い、デジタルノマド誘致では、コミュニティを重視。発信力のあるノマドに「Colive Fukuoka」に参加してもらうなどし、福岡の認知が低い欧米ノマド向けへの認知向上を目指している。
- 「リトリート型」(ワークライフバランス重視、癒される滞在を楽しむ、既存の仕事をそこで処理する)と「スタートアップ型」(ビジネスのために飛び交う)のうち、消費額だけでいうと、前者は高所得層、後者は所得水準はまだ高くないが、生活費を抑えつつビジネス拡大を目指す人。
- 福岡市は2014年より「グローバル創業・雇用創出特区」で、税制優遇、スタートアップビザの発給、賃料や設備投資の助成などの優遇措置が可能のため、前者にのみフォーカスし観光だけで終わらせるのではもったいないと認識。後者をターゲットに、ビジネスマッチングの機会提供や創業支援を行い、地域産業への波及効果を狙う方針。市内のエンジニアカフェやエンジニアビザの活用など、IT人材の受け入れ環境整備も進めている。チェンマイを参考にしつつも、福岡独自のビジネスと観光を融合した魅力を打ち出していく方針。

出所：福岡市経済観光文化局へのヒアリング(2024年10月実施)をもとに作成

ノマド向けイベント Colive Fukuoka

2023年から開催されている、デジタルノマドや起業家が福岡に集い、ネットワークを広げることを目的としたイベント。2024年は世界45カ国から430名以上が参加し、参加者は、デジタルノマドやローカルの企業やスタートアップ起業家と直接交流し、国際的な人脈を築き、ビジネスマッチングやコラボの機会を得られる。

開催都市はイベントをきっかけに、ノマドを誘致できるほか、新たなビジネスチャンスやコラボレーションが生まれる可能性もある。また、福岡の快適な生活環境やコミュニティのサポートを実際に体験させることで、長期滞在や移住のきっかけも提供する。

2025年も継続して実施予定。



4-3 観光庁の取組

観光庁では、デジタルノマドの誘客に向け、受入体制の構築、滞在プログラム造成等に取り組む実証事業を公募。令和7年度も、5事業を選定予定

令和6年度 デジタルノマドの誘客に先駆的に取り組むモデル実証5事業

1	日向市	宮崎県日向市	新たなコミュニティ形成に向けたローカル・デジタルノマドワーケーション実証事業
2	株式会社パソナ JOBHUB	石川県金沢市	デジタルノマド×地域企業とのビジネスマッチングによる金沢の文化・観光活性化プロジェクト
3	福岡市／公益財団法人福岡観光コンベンションビューロー	福岡県福岡市、大分県別府市、長崎県長崎市・五島市	福岡市を拠点とした別府市、長崎市、五島市との連携による広域でのデジタルノマド受入実証事業
4	株式会社キッチンハイク	和歌山県、和歌山県西牟婁郡白浜町	デジタルノマド家族向けの3～6ヶ月長期滞在プログラム
5	株式会社 NomadResort	沖縄県名護市・沖縄島北部やんばるエリア・沖縄市	NomadResort in Okinawa 2024

出所：観光庁「[デジタルノマドの誘客に先駆的に取り組むモデル実証5事業を選定](#)」(2024年7月3日)

令和7年度予算でも、同様の誘客モデル実証事業(5地域)と受入環境整備に、1億円の予算が計上されている

令和7年度予算額 100百万円 

質の高い消費と投資を呼び込むためのデジタルノマド誘客促進事業

事業目的・背景・課題

- 世界的なデジタルノマド市場の拡大に呼応し、日本でも令和6年4月よりデジタルノマド向けの在留制度が施行。今後、観光ビザの期間を超えたロングステイのデジタルノマドの増加が予想。長期滞在に起因する滞在期間全体での消費額の高さに加え、デジタルノマドは実業家等も含むビジネスインバウンドであり、対日投資の拡大や日本企業とのビジネスマッチング機会の創出等の効果も期待。
- 他方、デジタルノマドの受入に向けては、『ロングステイのビジネスインバウンド』という特性を踏まえた対応が必要。具体的には、コンシェルジュの整備等の受入体制の構築、デジタルノマドに訴求する観光コンテンツの造成、長期滞在に適した滞在環境の整備、SNSネットワークが中心のデジタルノマド向けプロモーション戦略の策定等、デジタルノマドのニーズに即した観光地域づくりを総合的に進める必要。

事業内容

①調査事業
デジタルノマドの誘客に先進的に取り組むモデル地域を5地域選定し、デジタルノマドの特定に応じた以下の取組を総合的に実施。

- デジタルノマド受入に向けた体制の構築・中長期事業計画の策定
- デジタルノマドに訴求するコンテンツ造成・受入環境整備
- デジタルノマドの特性に応じたプロモーション
- モニターツアーの開催

②補助事業
デジタルノマド受入に必要な環境整備を支援(施設改修・整備、設備導入・物品購入等)

事業イメージ



事業スキーム

- ・事業形態：①直轄事業 ②直接補助事業(補助率1/2、上限5百万円)
- ・補助対象：請負先：地方公共団体・DMO・民間事業者等
- ・事業期間：令和7年度～

お問い合わせ先：観光庁 観光資源課 電話：03-5253-8624

出所：観光庁「[令和7年度観光庁関係予算決定概要](#)」(2024年12月)

4-4 デジタルノマド官民推進協議会の発足

デジタルノマド誘致と受入環境整備を目的とし官民が連携する「デジタルノマド官民推進協議会」も発足

2024年10月16日に東京で開催された「デジタルノマドシンポジウム」において「デジタルノマド官民推進協議会」の設立が宣言された。デジタルノマドの誘致・受け入れに取り組む地方公共団体や関連団体、業界関係者が集まり、情報交換や課題解決を行う。

●設立の目的

デジタルノマドの誘致・受け入れを促進し、持続的な観光地づくりやインバウンドの推進、高度な知識・技能を持つ外国人の受け入れによるイノベーション創出を目指す。

●主な活動内容

- 情報交換**: デジタルノマドの誘致・受け入れに関する施策や事例、ノウハウ、課題などの情報を共有。
- 自治体間連携の促進**: デジタルノマド誘致のための自治体間の連携を強化し、共同で施策を実施。
- 政策の検討・提言**: デジタルノマド受け入れ促進に関する政策を検討し、提言を行う。
- イベントの実施**: 会員間の情報交換会や各種イベントを定期的に行う。

●参加自治体（2024年12月3日現在）

和歌山県、小樽市、金沢市、京都市、下関市、南砺市、登別市、日向市、宮崎市、牡警町、洞爺湖町、ニセコ町、山ノ内町、余市町、白馬村



出所: PR TIMES「[一般社団法人RULEMAKERS DAO: デジタルノマド官民推進協議会の設立 及び デジタルノマドシンポジウムの開催について](#)」、デジタルノマド官民推進協議会「[Note](#)」を参考に作成

5. 受入体制の実態把握

日本・東京の受入体制は整っているのか？

一般的に、デジタルノマドの受け入れのためには、 制度面・ハード面・ソフト面それぞれで、環境整備が必要となる

制度面

●ビザ制度の緩和

- デジタルノマド向けのビザを導入することで、長期滞在を可能にする。

●税制の優遇

- 一定期間の滞在に対して、所得税や消費税の減免などの優遇措置を検討する。

●社会保険制度の整備

- 健康保険や年金制度への加入を容易にするための制度設計が必要。

●行政サービスへのフリーライドへの対応

- 滞在期間が長くなることで、行政サービスへの負荷が高まる。例えば、宿泊税などあらたな費用負担の仕組みを検討する必要がある。

ハード面

●多様な宿泊施設&ワーキングスペース

- 短期滞在から長期滞在まで対応できるよう、コリビング、ホテル、ショートタームレンタル、シェアハウスなど、様々なタイプの宿泊施設が必要。コワーキングスペースなどと連携したプランも魅力的。
- 集中して作業したり、会議に参加できる個人的なスペースと、そこに集う人たちがコミュニティが育まれるような共同スペースの両方が必要。

●コミュニティを形成する交流施設/拠点拠点

- コリビングなどを利用せず、ホテルやショートタームレンタルに滞在するノマド向けに、人との出会い・交流を与えるための、拠点施設が必要。

●長期滞在者向けのサービス

- 医療体制や家族向けにインターナショナルスクールなど。

ソフト面

●コミュニティ形成の支援

- イベントや交流会などを通じて、地域住民や他のデジタルノマドとの交流を促進し、孤独感を解消し、長期滞在を促す。

●ビジネスネットワーキング&スキリング支援

- スタートアップやビジネス上の関係性づくりを求めるノマド向けに、ノマド同士や地元の企業とのネットワーキングを行うことで、イノベーションの創発を促すことができる。

●地域情報の発信や生活サポート

- 観光・イベント情報だけでなく生活に必要な情報(スーパー、病院、ゴミ分別、社会ルール、美容院など)や、トラブルが発生した場合のサポート体制を構築。

●地域住民への理解促進

- 地域住民向けにオーバーツーリズムや、外国人居住者トラブルとは一線を画した層であり、生活を脅かす存在でないことへの理解を促し、良好な関係性を目指す。

2024年4月施行の日本のデジタルノマドビザは、取得メリットが限定的。 ノマドにとっては、観光ビザで訪れ、一度他国に出国し再入国する方が主流

	<h3 style="text-align: center;">デジタルノマドビザ</h3> <p style="text-align: center;">※特定ビザ:特定活動(デジタルノマド・デジタルノマドの配偶者等)</p>	<h3 style="text-align: center;">短期滞在ビザ</h3> <p style="text-align: center;">※通常の観光ビザ</p>
<p>目的</p>	<p>国際的なリモートワーク等を行う者 (配偶者又は子も対象)</p>	<p>観光、商用、知人・親族訪問等</p>
<p>滞在日数</p>	<p>6か月 (更新不可)</p>	<p>90日以内 (更新不可)</p>
<p>国籍</p>	<p>49か国</p>	<p>制限なし (国交樹立国は196か国) ※71の国・地域に対するビザ免除措置を実施</p>
<p>就労</p>	<p>不可</p>	<p>不可</p>
<p>申請に必要な 主な条件</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 申請人の滞在中の活動予定・滞在期間を説明する資料 • 申請人個人の年収が1,000万円以上であることを証する書類 • 本邦滞在中の死亡、負傷、疾病に対応した保険(傷害疾病への治療費用補償額は1,000万円以上)に加入していることを証する書類 	<p>—</p>
<p>日本国内での 就労</p>	<p>× 特定活動(デジタルノマド)に限る。よって、日本国内の公私の機関との雇用契約等に基づく就労活動は不可。</p>	<p>× 収入を伴う事業を運営する活動又は報酬を得る活動を行うことは認められない。</p>
<p>申請方法</p>	<p>オンライン申請できず、最寄りの日本大使館または領事館に申請</p>	<p>ビザ免除措置対象国では手続きの必要がない 10か国はJAPAN eVISA(電子ビザ)で申請可能</p>

出所: 外務省「[特定ビザ:特定活動\(デジタルノマド・デジタルノマドの配偶者等\)](#)」、出入国管理庁「[在留資格「短期滞在」](#)」「[在留資格「特定活動」\(デジタルノマド\(国際的なリモートワーク等を目的として本邦に滞在する者\)及びその配偶者・子\)](#)」「[デジタルノマド向け在留資格について](#)」をもとに作成

5-3 各国のデジタルノマドビザ発給条件の比較

長期滞在可能な「デジタルノマドビザ」などを発給している国・地域の中でも、日本のビザ要件は使いづらさが目立つ

利用しづらい 利用しやすい

	日本	韓国	タイ	バリ島 (インドネシア)	マレーシア	エストニア	ポルトガル	スペイン	イタリア	ドイツ	メキシコ	
ビザの カテゴリー	特定活動(デジタルノマド)	ワーケーションビザ	デスティネーション・タイランド・ビザ(DTV)	リモートワーカーキタス(E33Gビザ)	DE Rantau Nomad Pass	デジタルノマドビザ(滞在許可)	e-Residency(デジタルID)	D7ビザ	デジタルノマドビザ	デジタルノマドビザ	フリーランサービザ(自営業者ビザ)	テンポラリーレジデントビザ(一時居住者用査証)
導入開始年	2024年	2024年	2024年	2023年	2022年	2020年	2014年	2022年	2023	2024年	-	-
対象職種	リモートワーカー全般	リモートワーカー全般(実務経験1年以上)	リモートワーカー全般	リモートワーカー全般(実務経験1年以上)	リモートワーカー全般	リモートワーカー全般	起業家、投資家、フリーランスなど	リモートワーカー全般	リモートワーカー全般	リモートワーカー全般	フリーランサー全般	リモートワーカー全般
最長滞在 可能期間	6カ月(更新不可)	2年(初期は1年)	180日(1度のみ180日延長可)(ビザ有効期限は発行日から5年)	1年(延長申請可能)	2年(1年更新×2回)	1年(延長不可だが、滞在中に再申請が可能)	制限なし	初期は1年(更新可)	最大5年(初期は1年)	初期は1年(更新可)	初期は通常1年(収入状況や事業の継続性に依じて更新可)	最大4年(有効期限は180日更新が必要)
保険加入 義務の有無	必須 海外旅行傷害保険等(治療費用補償額1,000万円以上)	必須 1億ウォン(約1,100万円)以上の医療保険	必須 (医療保険)	(推奨)	(推奨)	必須 (健康保険) * シェンゲン圏内カパー	不要	必須 (健康保険)	必須 (健康保険)	必須 (海外医療保険)	必須 (健康保険、年金保険)	(推奨)
所得 制限等	年収1,000万円以上	前年度の韓国の一人当たりの国民総所得(GNI)の2倍の年収※2024年度の場合8,496万ウォン(約930万円)以上	申請日に50万バーツ(約250万円相当)以上の残高があること	年間6万米ドル(約800万円)以上の収入、過去3か月の銀行口座残高2,000米ドル(約27万円)以上	年間24,000米ドル(約321万円)以上の収入	直近6か月間の平均月収が4,500ユーロ(約72万円)以上あること	特になし	ポルトガルの最低月収の4倍以上に相当する3,280ユーロ(月額約53万円)以上の安定した収入	スペインの最低月収の3倍に相当する3,402ユーロ(月額約55万円)以上の収入	年間約28,000ユーロ(約460万円)以上の安定した収入	安定した収入が見込めること 過去の実績や事業計画に基づいて審査	銀行口座の残高証明など、収入を証明できる書類が必要
その他	* 査証免除国・地域のみが対象。 * 家族の帯同は、国や地域による。		* 年齢制限: 20歳以上			* エストニアでの会社設立、銀行口座を開設が可能	* 戸籍謄本とアポステイユ(公証)が必要	* 学士号以上の学歴、または3年以上の職歴や専門的資格	* 従業員の場合「高度なスキル」が記載された雇用契約書を提出	* 事業計画書の作成が必要		
副業、報酬を得る活動	原則不可	原則不可	可(制限あり)	可(制限あり)	可(制限あり)	可	可	可(制限あり)	可(制限あり)	可(制限あり)	可(制限あり)	
納税義務 控除について	滞在183日以上で納税義務が発生、年収の一部は非課税					滞在183日以上で納税義務が発生 会社設立の場合、配当利益に対してのみ一律20%が課税される		滞在183日以上で納税義務が発生、一定金額までは非課税				

出所: 各国出入国管理庁等の資料より作成(2024年12月時点)

5-4 デジタルノマド向けの宿泊施設

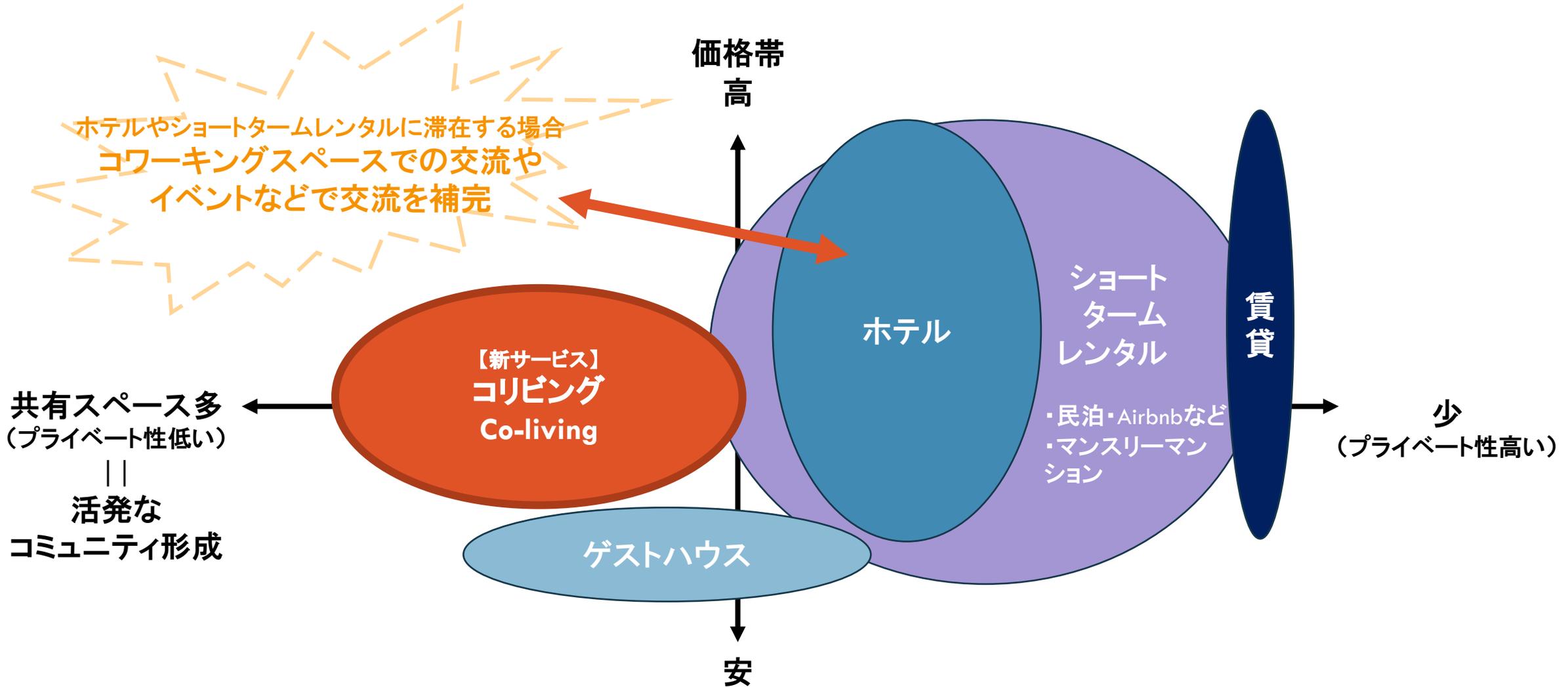
長期滞在に際し、従来型の宿泊施設の区分では、現地での活発なコミュニケーションを重視するデジタルノマドのニーズに十分に答えられない場合も。
⇒ そんな中、新しいサービスも登場してきている

	ゲストハウス カプセルホテル	ホテル	Airbnbなどの ショートタームレンタル (民泊)	ウィークリーマンション マンスリーマンション	通常の賃貸住宅
契約期間		1泊～		短期(1週間～)	長期(2年～)
契約形態		独自の宿泊契約 (宿泊日数、料金、キャンセルポリシー、ハウスルールなどが契約内容に含まれる)		定期借家契約	普通借家契約
費用	日割り計算、光熱費込み				月額制、初期費・敷礼金等あり
関連する主な 規約・法律	利用規約に基づく			借地借家法	
設備	最低限の家具・家電付き キッチンやダイニングスペースは 共有スペース	最低限の家具・家電付き (キッチン・洗濯機・中型以上の冷 蔵庫はない場合が多い)	キッチン・家具・家電付き		設備なし
審査	なし	なし	なし (プラットフォーム上で過去のレ ビュー等からホストが独自に審査す る場合もある)	緩やか ✓日本国内で連絡が取れる人の連絡先が必 要、✓契約内容を理解できる程度の日本 語能力または日本語を理解できる同行者 が必要、✓収入証明、保証人が必要なことも	厳しい ✓観光ビザなどの短期滞在資格では難しい ✓日本語能力が求められる ✓日本人の保証人が必要 ✓収入証明
ゲスト間の 交流	○ ゲスト間の情報交換が盛んだが ビジネスに関する話題ではない	× ラウンジなどのスペースはあるが ゲスト間の交流場ではない	△ シェアハウスタイプの 部屋では交流あり	×	×
外国人の中 ～長期滞在者 向けの適正	○	△	○	○～△ 外国人旅行者や駐在員向けの英語 対応可能な賃貸物件も増えている。	×
都内規模	約1,200施設 (簡易宿所)	約4,400施設 約20.9万室	約19,000件 (Airbnb掲載数)	数万～数十万室	約420万戸 ※借家+賃貸用空き家
データ出所	東京都保健医療局「衛生統計年報」(2023年末時点) ※旅館業法に基づく許可施設		inside Airbnb (2025年1月時点)	民間機用による推計	総務省統計局 「令和5年住宅・土地統計調査」(2023年)

コリビングなどの
新サービス登場

訪日客向けにも使い勝手の良い
新サービス登場

デジタルノマドが利用する宿泊施設のイメージ



5-6 コリビング(Co-living)とは？

コリビング(Co-living)は、単なる宿泊+ワーキングスペースの融合ではない。その神髄は、住人同士の交流による、仕事・生活・人脈形成の場としての機能



コリビング(Co-living)は、デジタルノマドやフリーランス、リモートワーカーが共同生活を送りながら仕事をするための、シェアハウスとワーキングスペースを融合させたような、新しい形の住居スタイル。シェアハウスのように、複数の個室と共用スペースを備え、共同生活を送りますが、仕事に集中できるワーキングスペースも備えている。「コミュニケーションを通じて、仕事・生活・人脈を築く場所」として、豊かな生活体験が得られる点がコリビングの一番の魅力。

●コリビングにおける「コミュニケーション」の役割

コリビングの特徴的な要素は、単なる滞在施設ではなく、住人同士の交流が活発に行われること。デジタルノマドにとっては、単なる快適な宿泊施設よりも「人とのつながりが生まれる環境」があるかどうか、コリビング選びの最大のポイントとなる。

○コリビングを活用するメリット

(1) 仕事上のネットワーキング

世界中のデジタルノマドや起業家が集まるため、自然とビジネスのネットワークが広がる。異業種の人と交流することで、新しいアイデアが生まれることも。

例:

- エンジニア×マーケター → アプリ開発のコラボレーション
- YouTuber×デザイナー → クリエイティブプロジェクトの共同制作

(2) 生活を共にすることで「深い関係」が生まれる

一緒に食事をとり、雑談をすることで、単なる仕事仲間以上の関係を築きやすい。「カジュアルな会話」から生まれる信頼関係が、長期的なビジネスや一生付き合える友情につながる。世界中に「帰れる場所」が増えるのも魅力。

(3) 社交イベントがコミュニティ形成を促進

多くのコリビングでは、住人同士の交流を促すイベントやアクティビティが企画される。

イベント例

- スキルシェア会: 住人が自分の専門スキルをプレゼンする(例:「SEO対策の方法」)
- 週末の共同ディナー: 住人で料理を作り、食事をしながら交流
- スポーツ・アクティビティ: ハイキング、ヨガセッション、サーフィンなど

5-7-1 新しい宿泊施設のかたち① コリビング型ホテル「lyf」

アスコットが展開する、ソーシャル&ライフスタイルホテルブランド「lyf(ライフ)」は、「宿泊」と「共同生活」を組み合わせたコリビング型ホテル



- シンガポールに本社を置くThe Ascott Limitedが展開するソーシャル&ライフスタイルホテルブランドで、デジタルノマドや若い世代の旅行者に向けた宿泊サービスを提供。24時間利用可能なワーキングラウンジ、シェアキッチン、ランドリールーム、ジム、カフェ&バーなど、多彩な共有スペースを備え、宿泊と、ゲストハウスにあるような宿泊者たりが交流できる共同生活が組み合わさったコリビング型ホテル。
- 2025年3月現在、[世界11カ国26プロパティ](#)を展開。日本では、2021年6月に「[lyf天神福岡](#)」が開業、2023年11月に「[lyf銀座東京](#)」、2024年12月に「[lyf渋谷東京](#)」がオープン。各ホテルはシングル～トリプルルームを備え、1泊から宿泊可能。
- 定期的開催されるワークショップや交流会などのMeetupイベントやオンラインコミュニティを通じ、ゲスト同士のネットワーキングやスキルシェアをサポートしている。

lyf渋谷東京の客室

Room Type	Price (USD)
ワンベッドルーム (スタンダード)	150.84
ワンベッドルーム (スタンダード)	158.38
サイドバイサイド (スタンダード)	379.62
オールトゥーザー (クイック)	623.47
2ベッドルーム (スタンダード)	-

lyf渋谷東京の共有スペース

- WASH & HANG (ウォッシュ&ハンク) - ランドリールーム
- BOND (バンド) - シェアキッチン
- BIEN (ビーン) - ソーシャルルーム
- MEETING ROOM

lyf渋谷東京のイベント

Event Name	Date	Time	Price (USD)
lyf Co-Learning Community ~まだまだ...	2025年3月19日	07:00 午後 (UTC +09:00)	13.41 / 名額
Bonding with Mizuhiki Art Work Shop	2025年3月22日	05:00 午後 (UTC +09:00)	20.11 / 名額
Your Soul Fragrance	2025年3月28日	07:00 午後 (UTC +09:00)	36.87 / 名額
Sweet Soap Creations	2025年3月29日	11:00 午前 (UTC +09:00)	36.87 / 名額

出所: [lyf渋谷東京公式ウェブサイト](#)

進化型ドミトリーの「Millennials」、ミレニアル世代向けに共用スペースを充実&高品質化させ、無料ビールのハッピーアワーで利用者同士の交流を促進

THE Millennials

- 「**The Millennials(ザ・ミレニアルズ)**」は、株式会社グローバルエージェンツが運営する、ミレニアル世代向けに特化した宿泊施設ブランド。2017年7月に「**京都・河原町**」に1号店がオープンし、2018年3月に「**東京・渋谷**」、2019年7月に「**福岡**」が開業。カプセルホテルを進化させIoT技術を活用した宿泊ユニットスマートポッドを導入。ラウンジやシャワールームなどの共用スペースやコワーキングスペースを充実&高品質化させるなど、ミレニアル世代のライフスタイルに合わせた特徴を取り入れている。
- 24時間利用可能なラウンジや最新の調理器具を備えたキッチンがあり、他の宿泊者との交流や自炊が可能。ホテル併設のコワーキングスペース「**.andwork**」は24時間利用可能。宿泊者同士の交流を促進する目的で、毎日17:30～18:30の間、無料でビールを楽しむハッピーアワーがある。

ファシリティにチープさはなく、ブティックホテルのような洗練された雰囲気



お部屋と同じ高さの天井
客室側壁にヘッドサイズまでコンソールを設置し、お部屋全体で照明が連動して快適な空間を演出。



幅120cmセミダブルサイズ、25cm厚の横上ベッド
深さ175cmの5段階調節可能なヘッドボードで快適な寝心地を実現。また、ヘッドボードには充電ポートも設置。



シャワールームは、お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。



ラウンジは、お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。



セルフキッチンには、お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。

セルフキッチン
お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。



コワーキングスペースは、お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。



ラウンジは、お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。

ラウンジ
お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。お部屋の天井と同様のデザインを採用し、清潔感のある空間を演出。

出所: [The Millennials東京・渋谷](#) 公式ウェブサイト

5-8 ショートタームレンタルの活用

一方、「民泊新法」の180日ルールやマンション独自の管理規制により、東京でのショートタームレンタルの活用は他都市と比べても限定的

	東京	台北	バンコク	シンガポール	ロンドン	パリ	ニューヨーク
Airbnb掲載数(件)	18,736	5,856	25,079	3,381	96,182	95,461	37,548
内、稼働0日(過去12カ月)	3,111	1,611	11,973	2,613	46,864	44,909	25,325
実質稼働率	83.4%	72.5%	52.3%	22.7%	51.3%	53.0%	32.6%
実質稼働軒数	15,625	4,245	13,106	768	49,318	50,552	12,223
年間平均稼働日数(泊)	84	82	53	19	47	53	49
1泊平均価格(現地通貨)	¥18,148	TW\$3030	฿1993	S\$216	£130	€172	\$131
日本円換算 2025年1月29日時点 参考:みずほ銀行 外国為替公示相場	¥18,148	¥14,362	¥9,347	¥25,060	¥25,692	¥28,184	¥20,525
年間平均収入	¥1,549,955	TW\$216,028	฿101,384	S\$5,021	£6,443	€8,428	\$8,418
日本円換算 2025年1月29日時点	¥1,549,955	¥1,023,973	¥475,491	¥582,536	¥1,273,330	¥1,381,012	¥1,318,932
区分							
ショートタームレンタル(STR)	92.7%	84.6%	87.3%	37.2%	97.3%	82.2%	13.8%
ロングタームレンタル ※30日以上	7.3%	15.4%	12.7%	62.8%	2.7%	17.8%	86.2%
タイプ							
一軒まるごと(アパート含む)	80.6%	68.1%	63.3%	41.9%	63.8%	89.3%	53.1%
プライベートルーム	16.3%	68.1%	32.7%	50.8%	35.6%	9.5%	44.4%
シェアルーム	2.3%	25.5%	2.2%	4.6%	0.5%	0.4%	1.1%
ホテル	0.8%	2.0%	1.8%	2.6%	0.2%	0.8%	1.4%
参考							
人口 資料:総務省統計部「世界の統計2024」	14,190,090	2,595,000	8,421,000	5,637,000	8,136,000	2,206,000	8,336,000
面積	2,191km ²	272km ²	1,569km ²	729km ²	1,572km ²	105km ²	784km ²

出所: [Inside Airbnb](#) (2025年1月29日時点)

参考

民泊事業者 届出住宅数 (2025年1月時点)

総計：12,114

区市町村(特別区)	届出住宅数
千代田区	28
中央区	95
港区	619
新宿区	2,874
文京区	248
台東区	873
墨田区	1,478
江東区	39
品川区	172
目黒区	30
大田区	223
世田谷区	392
渋谷区	1,050
中野区	280
杉並区	330
豊島区	1,379
北区	384
荒川区	27
板橋区	302
練馬区	85
足立区	175
葛飾区	291
江戸川区	277
区部(計)	11,651

区市町村	届出住宅数
八王子市	30
立川市	10
武蔵野市	58
三鷹市	28
青梅市	28
府中市	45
昭島市	1
調布市	25
町田市	28
小金井市	29
小平市	2
日野市	23
東村山市	8
国分寺市	16
国立市	13
福生市	10
狛江市	14
東大和市	1
清瀬市	6
東久留米市	1
武蔵村山市	1
多摩市	8
稲城市	1
羽村市	8
あきる野市	23
西東京市	18
市部(計)	435

区市町村	届出住宅数
瑞穂町	—
日ノ出町	—
檜原村	5
奥多摩町	7
郡部(計)	12

区市町村	届出住宅数
大島町	6
利根村	0
新島村	1
神津島村	1
三宅村	2
御蔵島村	0
八丈町	4
青ヶ島村	0
小笠原村	2
島しょ部(計)	16

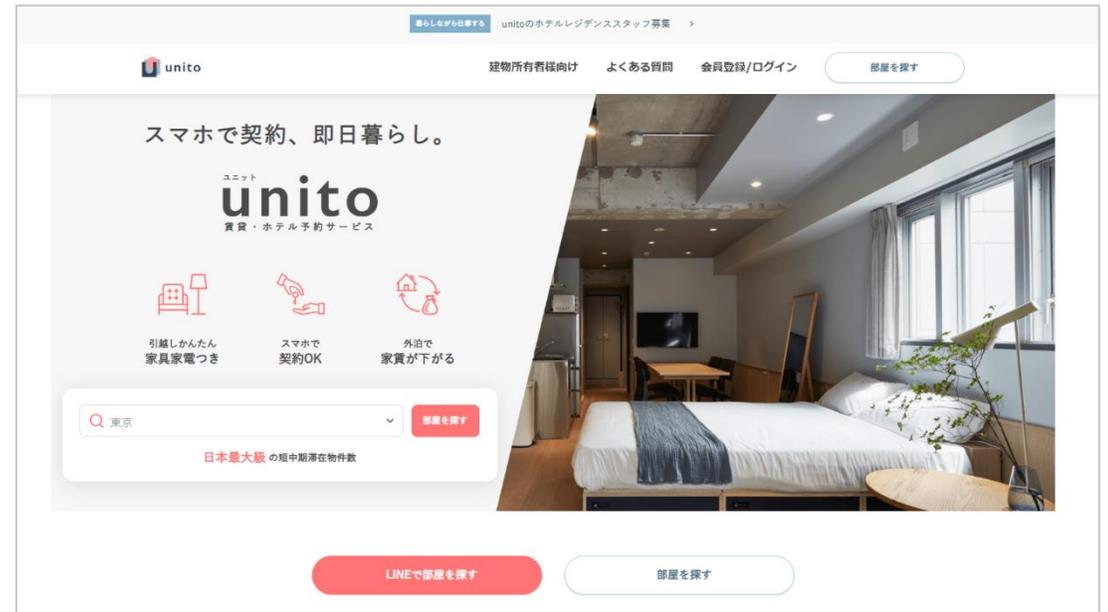
出所：特別区・八王子市・町田市については国土交通省公開データを引用
 その他エリアは【東京都】住宅宿泊事業届出情報一覧で公表中の
 データより作成

※「民間事業者の届出住宅数」と「住宅宿泊仲介業者による掲載数」は一致しない。

5-8-1 新しい宿泊施設のかたち③ 使わない日は民泊で貸し出せるマンスリーマンション「unito」

帰らない日は家賃がかからず、民泊で貸し出すことができるマンスリーマンション「unito」、賃貸の家賃を「固定費」→「変動費」に変えられる画期的サービス

- 「unito(ユニット)」は、スマートフォンで契約が完結し、最短即日暮らし始められる賃貸・ホテル予約サービス。家具・家電・Wi-Fiが完備された部屋を提供しており、1ヶ月以上の入居から1泊の宿泊まで、柔軟な利用が可能。
- 特徴的なのは、通常のマンスリーマンションがと異なり、居住者が不在の日は、民泊として貸し出すことができ、その収入分の家賃を減額する料金システム「リレント(Re-rent)」を導入している点。「民泊新法」が稼働を年間180日間に制限し、民泊だけで事業が成り立ちにくい中、居住者は平均月20日間住み、残りをリレントとして民泊にまわす。これにより民泊としての稼働率は90～95%だという。
- 地方都市にも物件を拡充しており、海外23都市でも展開。これにより、国内外での多拠点生活や出張に対応した柔軟な宿泊・居住サービスを提供。また、企業向けには、出張費の最適化を図る法人向けプランを提供しており、ホテル価格高騰下でも最大約70%のコスト削減が可能とされている。
- 2025年1月現在、会員数は7万7000人。居住者の属性は、20～30代の独身層、30～40代の経営者層がボリュームゾーンだという。



出所: [unito](#)公式ウェブサイト

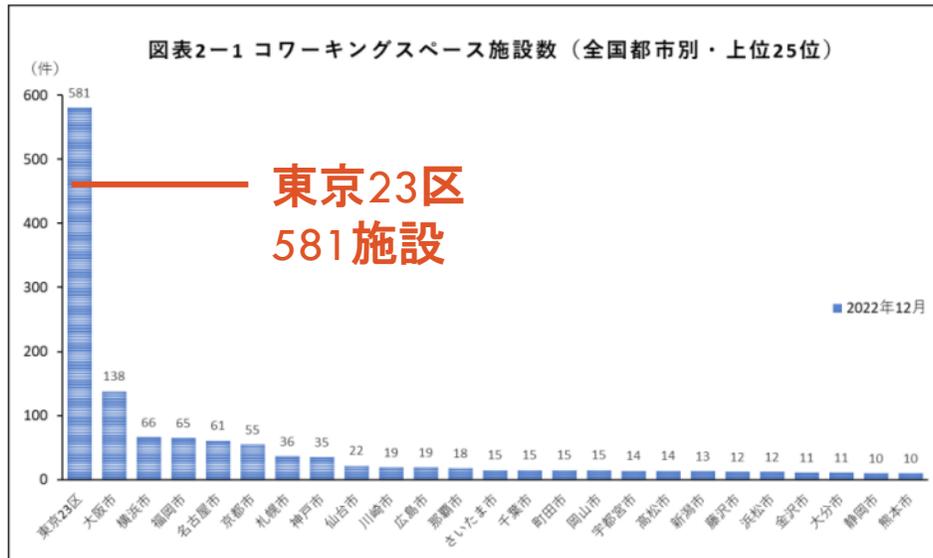
参考:

- unito「スマホで契約、即日暮らし可能な賃貸・ホテル予約サービス「unito」、海外物件の掲載を開始」(2024年3月15日)
- トラベルボイス「急成長の「帰らない日は家賃不要、民泊で貸し出し」の新ビジネス、そのアイデアの原点と、描く未来図を創業者に聞いてきた」(2025年2月28日)
- PRTimes「Unito(ユニット)、法人向け出張プランを開始。他社予約サイトの販売価格に対して最大約70%OFFで提供。ホテル価格高騰に対応」(2025年1月14日)

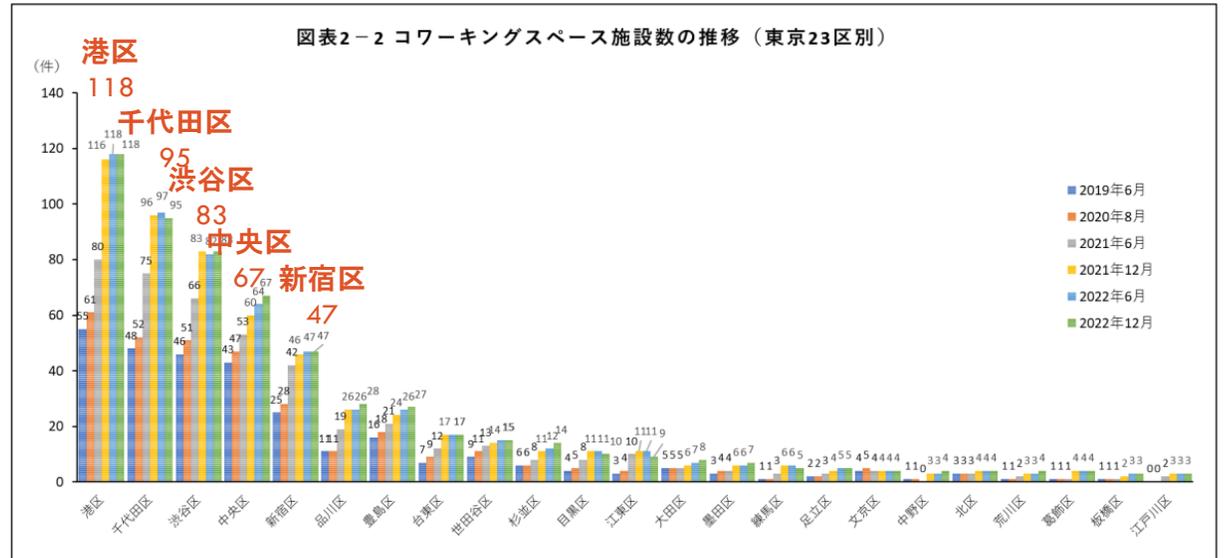
5-9 東京都の coworking space

東京都内には、多くの coworking space がある一方で、外国人ノマドのインタビューで指摘されたのは、「これらは単なるワークスペースで、活発な交流促進機能を持ったものではない」という点

全国都市別
コアワーキングスペース施設数
(2022年12月)



東京23区別
コアワーキングスペース施設数
(2019年6月～2022年12月)



出所：一般社団法人大都市政策研究機構「日本の coworking space の拡大(2022年12月版)」(※ coworking.com に基づきデータ作成)

5-9-1 新しい宿泊施設のかたち④ コミュニティオーガナイザーのいるシェアオフィス「MIDORI.so」

シェアオフィスの「MIDORI.so」、コミュニティオーガナイザーを中心に、働く人と旅人が交わる新たな宿泊＆ワークスペースを提供予定

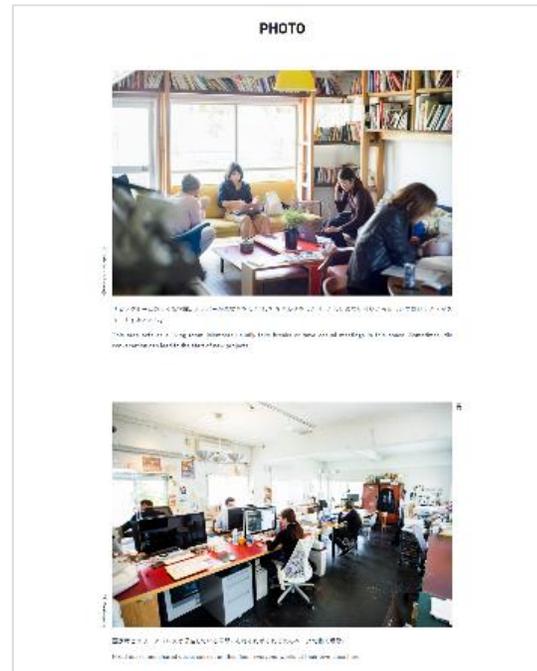
東京・中目黒を中心に、都内に数店舗を展開するシェアオフィス「[MIDORI.so](#)」は、蔦が絡む外観と多様なコミュニティで、多くの海外からのメンバーを惹きつけている。利用者の約50%が海外出身者であり、異文化交流の場として機能している。単なるワークスペースではなく、入居者同士の交流やコラボレーションを促進するコミュニティ形成を重視している。

MIDORI.soでは、2025年春、馬喰横山に、「働く人と旅人が交わる新たな宿泊＆ワークスペース」をスタートする。“コミュニティオーガナイザー”を軸に、利用者を多様なコミュニティや地域、魅力的な場へとつなぐ。

出所：MIDORI.so「[\[NEWS\] New space コミュニティオーガナイザー募集](#)」



出所： [MIDORI.so](#)公式ウェブサイト



6. まとめ ～東京のデジタルノマド戦略について～

東京のデジタルノマド戦略はどうあるべきか？

東京が、他地域と連携しハブ機能を果たすことで、「目的地＝日本」で日本中をホッピングする、デジタルノマドの体験をより価値のあるものにできる

現状

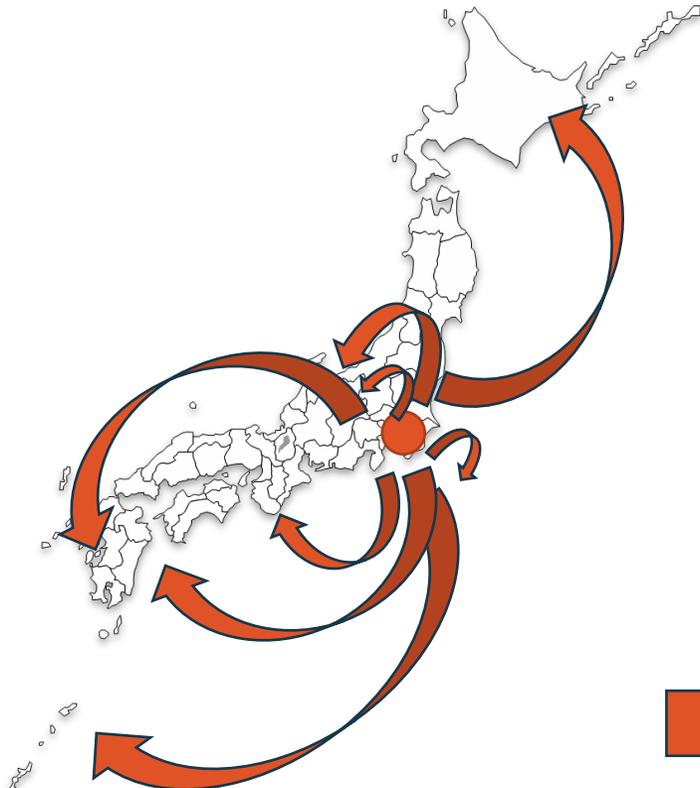
- ・ 東京都心はデジタルノマドにとって魅力的だが、高額な物価とコミュニティの見つけにくさが課題で、短期滞在向け
- ・ 本当の意味で「交流できる」ノマドのための施設(ワーキングスペース、コリビング)が少ない
- ・ スタートアップ向けの環境が整っておらず、ビジネス機会を作るのが難しい
- ・ 程よい規模感のコンパクトシティと競合するのではなく、東京独自のデジタルノマド戦略を目指すべき

日本全体を1つの目的地として、他地域と連携し、ハブの機能を強化する

東京は最初の目的地、かつ、数週間東京に滞在しては、国内のさまざまなエリアをホッピングする人々の“ハブ”になる。

- ・ 日本のゲートウェイ→日本に来るデジタルノマドの最初の窓口となる
- ・ 日本全国どこからでもアクセスしやすい→各地に滞在する合間に、短期で訪れ、大都市ならではの刺激や体験を得る(イベント、コミュニティなど)
- ・ 日本の中心→日本でのデジタルノマドライフに関するあらゆる情報が、東京に集まるといった体制を構築

東京がデジタルノマドを集めることで、日本全体へのシャワー効果が期待できる



東京のデジタルノマド戦略への提言

**東京は日本でのデジタルノマドライフの "ハブ" になり、
日本各地での滞在・周遊をつなぎ、補完する存在として、
そのプレゼンスを確立する**

ハブ機能を強化させるための3つのポイント

- 1. 東京がすでに持っているリソースの情報発信の最適化**
受入環境は既にある程度整っている中、デジタルノマドのニーズをキャッチし、必要な情報を最適にリーチさせる。
- 2. 各地のコミュニティと積極的に連携を図り、関係性づくりを支援する**
コミュニティへの帰属意識を重要視するノマドのニーズを捉え、気軽に参加できるコミュニティを各地で形成し、デジタルノマドとつなぐとともに、スタートアップやスキル向上においてもハブ的な役割を果たす。
- 3. デジタルノマドワーカーに適した宿泊施設の更なる環境整備**
コワーキングスペースを保有するホテルやコリビング等のデジタルノマドに適した滞在施設を整備する。

6-3 具体的な施策(案)

具体的には、デジタルノマドが日本全国の地方都市や東京都の郊外や島しょ部へ足を運ぶ動機を作るための施策を行うことが、今後必要になってくる

◆ 考えられる施策(可能性)

●「Tokyo Nomad Hub」ウェブ/アプリの開発

- ・東京と日本各地の連携地域の情報を一元化し、ノマド向けの特典やイベント情報を発信するプラットフォームを構築。
- ・地域ごとの滞在プランやワークスペース情報、ノマド同士のマッチング機能を搭載。

主な機能

- ・ 宿泊・ワークスペース検索
- ・ ビジネスマッチング/ネットワーキング検索
- ・ イベント情報
- ・ デジタルノマド同士の交流機能

●コーディネーター設置とコミュニティリーダー支援

- ・東京近郊や日本全国でのノマドライフを検討する際、滞在先の要望やビジネススキルに合わせ、地域とのパイプとなるコーディネーターを設置する。
- ・各地域のノマドコミュニティに精通したコミュニティリーダーと連携しながら、東京をハブとした日本のノマド文化を根付かせる。

コーディネーターの主な役割

- ・ 目的地や宿泊先のあっせん
- ・ 各地域のパッケージやプログラムの紹介
- ・ キャリアに基づくビジネスマッチング
- ・ 地域からの要望を受けてのノマドの派遣等

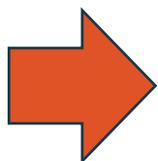
●都心&郊外のセット型「ノマド・デュアルライフパス」の発行

- ・シティ+ネイチャーの滞在を組み合わせた長期滞在向け宿泊パスを提供。
例:「1週間都心+2週間郊外」や「1か月間で3エリア滞在」など
- ・価格を都心滞在のみよりも抑え、多摩・島しょ部での滞在を促す。

パスの付帯特典

- ・ コワーキングスペースのフリーパス(都心&郊外両方で利用可能)
- ・ 都営交通乗り放題(都心主要エリアを中心に広範囲の移動サポート)
- ・ ノマド向けアクティビティ(ハイキング・温泉・禅体験など)

▶ 全国各地域との連携も視野



1. **都心への一極集中緩和:** 渋谷・新宿・浅草などの過密地域の負担を減らす
2. **地域活性化:** 外国人観光客の少ない多摩地区・島しょ部(伊豆諸島・小笠原諸島)をはじめ全国各地への誘導
3. **ノマド向けの新しいワーク&ライフスタイル提案:** 都心+自然エリアのハイブリッド滞在

6-4 東京都内のエリア別ターゲット(案)

また、「東京都」として、デジタルノマドを呼び込むためには、都内のエリアごとの特性を活かしたターゲット設定と戦略が不可欠である

		シティライフ		ネイチャーライフ	
代表的なエリア		都心部 (渋谷・新宿・六本木など)	中央線・私鉄沿線 (荻窪・吉祥寺・三鷹など)	高尾・奥多摩地区 (八王子・立川・奥多摩・高尾など)	島しょ部 (伊豆諸島・小笠原諸島)
特	徴	<ul style="list-style-type: none"> 物価・宿泊費が高く、長期滞在が難しい。 コワーキングスペースは多いが、イベントやネットワーキングの機会が少ない。また、人が多く、埋もれてしまう。 	<ul style="list-style-type: none"> 地域ごとに独特のカルチャーが存在。 鉄道で都心と郊外がつながっている。 都心より家賃は安いですが、コリビングなど、ノマド向けの拠点、ノマドが自然と集まる「場」がない。 	<ul style="list-style-type: none"> 自然を近くに感じつつも、都心へのアクセスも比較的容易。 生活コストは比較的安いですが、ノマド向けの拠点が少ない。 地域にイノベティブなコミュニティが形成されていない。 	<ul style="list-style-type: none"> 交通の不便さが課題。 ノマド向けのインターネット環境、宿泊施設やワークスペースなどの受け入れ態勢が整っていない。 コミュニティ形成が難しい。
ターゲット	ソーシャル型ノマド	○	○	△ 都心滞在与連携しての取り組み	
	ハイエンド型ノマド	◎	-	-	-
	スローマド型ノマド	-	◎	○	-



エリア別の特性を生かしながら、すべてのノマドタイプに対応できるのが東京の強み

具体的には、以下のようなエリア別の戦略が考えられる 注目のエリアは、東京西部などの中央線・私鉄沿線エリア

エリア
戦略

高尾・奥多摩地区 (八王子・立川・奥多摩・高尾など)

都心部及び鉄道沿線部に滞在するノマドに、シティ滞在と合わせたリトリート的な滞在が提供可能。長期滞在には、拠点となるコリビングやコミュニティの整備が必要。

エリア
戦略

中央線・私鉄沿線 (荻窪・吉祥寺・三鷹など)

東京滞在を希望する低予算のソーシャル型ノマドや長期滞在者向けに強く打ち出していくべきエリア。費用を抑えたコリビングの提供や、地域色の強い交流を積極的に行なう。

エリア
戦略

都心部

(渋谷・新宿・六本木など)

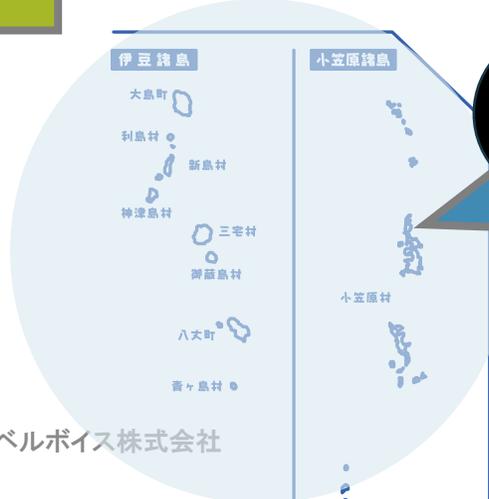
東京の都市の魅力を最大化し、都心と郊外をつなぐハブの役割を担うとともに、企業から滞在援助を受けるエキスパッツに近い滞在を行うハイエンド型ノマドを集客する。

エリア
戦略

島しょ部

(伊豆諸島・小笠原諸島)

ノマド向けのネット環境・宿泊施設、交通など、インフラ面の整備から必要。コミュニティ形成が難しいため、現時点では都心部や鉄道沿線に滞在するノマドに、短期リトリートとして周遊に組み込むのが現実的か。



6-6 エリア別具体的な施策(案)

今後、各エリアの実情に即した、具体的な施策を進めることで、デジタルノマドに対して、地域の訴求力を高め、アプローチすることが実現できる

◆ 考えられる施策(可能性)

シティライフ		ネイチャーライフ	
都心部 (渋谷・新宿・六本木など)	中央線・私鉄沿線 (荻窪・吉祥寺・三鷹など)	高尾・奥多摩地区 (八王子・立川・奥多摩・高尾など)	島しょ部 (伊豆諸島・小笠原諸島)
<p>✓ ノマド向け「拠点」を設置 拠点施設となる「Tokyo Nomad Hub」(仮称)を都心エリアに設置。東京都内に限らず、連携する日本全国のノマド受入都市、コリビングやワーキングスペース等と連携し、宿泊・生活情報・ネットワーキング機会を提供する。また、ノマド同士やスタートアップ企業等とのオン・オフ問わずの交流イベントを定期開催するなど、日本全国に点在するノマドが集える場として位置付ける。</p> <p>✓ 短期滞在向けパスの導入 短期滞在を想定した、都内のホテル・コワーキング利用券・交通機関をセットにした「Nomad Tokyo Pass」を発売。1週間単位で使い、短期ノマドを受け入れることで、ノマドハブとしての東京のプレゼンスを高める。</p> <p>✓ ノマド版ハローワーク 上記拠点施設に、東京と地方、デジタルノマド、それぞれが持つ産業特性やスキルに関わる情報を集め、ビジネス創造のハブとして、マッチング機能を果たす。</p>	<p>✓ 滞在拠点エリアの整備 都心へのアクセスが良好で、都心より安価で、快適な環境を提供できる中央線沿線などのエリアを、東京でのスローマドの拠点エリアとして整備し、ブランディングを行う。</p> <p>✓ コリビング拡充 郊外型のコリビング施設を増やし、ノマド向けの長期滞在を促進。1か月以上の滞在を前提とし、家賃を抑えた住居＋ワーキングとともに、本当の意味での「交流の場」を提供。</p> <p>✓ 地域密着型のコーディネーターの設置やイベントの開催 コミュニティスペースを整備、地域ごとのコーディネーターを設置するなどし、郊外に住むノマドや地元の住民が気軽に交流できるイベントも開催。</p>	<p>✓ アウトドアのワーキングスペースの整備 自然と共生するノマドワークを推進(山や公園を活用したワークスペース)。 例:高尾山の麓に「アウトドア・コワーキングスペース」を設置。都心の喧騒を離れ、リラックスして仕事ができる環境を整備。</p> <p>✓ 長期滞在者向けの補助制度 1か月以上滞在するノマドに対して、家賃補助やリモートワーク支援を提供。 地元企業や自治体と連携し、ノマドを地域活性化の担い手として活用。</p> <p>✓ 「ノマドフェス」の開催 デジタルノマド向けのフェスを企画し、都心滞在与郊外滞在を組み合わせさせたスタイルを試してもらい、魅力を発信する。</p>	<p>✓ デジタルインフラの整備 高速インターネットの整備(5G・光回線の拡張)。「ワークスペース付き宿泊施設」の開発支援。</p> <p>✓ 「アイランド・コワーキングスペース」の設立 離島のリゾートエリアに、専用のノマドワーキングスペースを設置。 例:「Tokyo Remote Islands Hub」(伊豆諸島・小笠原諸島などに展開)。</p>

巻末資料

APPENDIX

収録資料

●働き方の変化に関する考察

- ・ 巻末資料① リモートワークの普及
- ・ 巻末資料② 大手テック系&グローバル企業の勤務形態

●デジタルノマド関連サービス

- ・ 巻末資料③ デジタルノマド向けの関連サービス
- ・ 巻末資料④ デジタルノマドに仕事環境を提供するサービス

●東京の競争力分析

- ・ 巻末資料⑤ Nomad Listからみる多様なニーズ
- ・ 巻末資料⑥ 訪問者の多い国・好まれる国
- ・ 巻末資料⑦ Nomad Listの東京に滞在したデジタルノマドのレビュー
- ・ 巻末資料⑧ Nomad Listによる東京の滞在費用
- ・ 巻末資料⑨ Nomad Listによる東京と主要都市の滞在費比較
- ・ 巻末資料⑩ Nomad Listによる都市別スコア比較

●東京都の受け入れ態勢

- ・ 巻末資料⑪ 訪日外国人の国籍別宿泊数と訪問した場所
- ・ 巻末資料⑫ 東京都における宿泊施設数
- ・ 巻末資料⑬ Coliving.com掲載施設数
- ・ 巻末資料⑭ 東京都内の外国人患者を受け入れる医療機関数

リモートワークへの取組は、 業界や地域、業種、従業員数によって異なる傾向

- 新型コロナウイルス感染症の世界的流行は働き方に大きな変化をもたらし、急速に普及したリモートワークにより、デジタルノマドという働き方も注目されるようになった。
- しかし、エリアはもとより、業種、職種、雇用形態、従業員規模などにより、その傾向は異なる。

リモートワークへの取り組みの違い

業種	テック、コンサルティング、金融業界など、 知識労働が中心の業種ではリモートワークが定着している一方、製造業などでは対面でのコミュニケーションが不可欠なため、オフィス回帰が進んでいるケースもある。 小売業やサービス業など、対面でのサービス提供が求められる業種では、オフィスで勤務が主流。
職種	エンジニア、プログラマー、デザイナー、ライター、コンサルタントなど、 専門知識やスキルを活かして働く専門職やクリエイティブ職では、リモートワークが比較的容易で、企業内でも優秀な人材確保のため積極的にリモートワークが取り入れられている。 営業職、人事・法務・経理などのバックオフィス業務や事務職は、対面でのコミュニケーションやチームワークが求められるシーンも多く、ハイブリットやオフィス回帰の傾向がある。
エリア	一般的に、 北米や欧州では、柔軟な働き方が広がり、リモートワークを基本とする企業が増えている。 一方、 日本や韓国など、東アジアでは従来の働き方が根強い国もあり、変化は緩やか。 東南アジアは、シンガポール政府がハイブリッドワークを推奨していることをはじめ、デジタル化を推進しているマレーシア、ベトナム、フィリピンなどでもリモートワークに積極的です。
雇用形態	会社員よりも、 フリーランス、経営者、契約社員 など、柔軟な働き方ができる雇用形態の人ほど、リモートワークを選択する傾向にある。
従業員規模	大企業では、部門や職種によって働き方が異なるケースが多く、中小企業では、より柔軟な働き方が導入されているケースが多い。

2024年現在、働き方の主流は、リモート+出社を組み合わせた「ハイブリッド」 オフィス回帰を宣言した企業も、現実的にはハイブリッドに落ち着く傾向にある

- 一方、2022年以降、オフィスへの出社を推奨する動きも見られる。社員間のコミュニケーション不足や、新しいアイデアの創出が難しくなるといった課題が浮き彫りになったためである。
- しかし、イーロン・マスク氏の就任後リモートワークの全面禁止を行ったX(旧Twitter)をはじめ、現実的にはハイブリッドワークが認められる会社が多い。Amazon社は、2025年1月より、全面出社を打ち出したが、家族の事情や健康上の問題を抱える社員に対しては、柔軟に対応する。一方で、[Blindによる2024年9月の調査](#)では、従業員の91%が全面出社に不満を抱き、73%が転職を検討していると報告されている。
- リモートワーク=デジタルノマドでは必ずしもないが、企業側の思惑と、従業員の満足度の狭間で、リモートワークを取り入れたハイブリッド勤務が続くという点は大きい。デジタルノマドを取り巻く環境は、現在も模索が続いており、今後も注視が必要である。

テック企業やグローバル企業のリモートワーク導入状況(2025年1月時点)

会社名	全世界従業員数	導入時期	リモートワークの可否	出社日数	例外
Meta	87,000人	2023年～	ハイブリッド	週3日以上の出社を義務化	特定の役割や状況にある従業員、特定のプロジェクトやチームによってはフルリモート可
Twitter (X)	7,000人	2022年秋～	ハイブリッド(基本は出社)	出社	一時期はリモートワークが完全禁止されていたが、その後、一部部署ではハイブリッドワークが導入。また、特定の部署やプロジェクトによっては、リモートワークが認められるケースもあり。
Microsoft	221,000人	2021年～	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可
Amazon	1,540,000人	2025年～	全面出社(一部例外)	週5日の全面出社	家族の事情や健康上の問題を抱える者に対しては柔軟に対応する
Apple	195,000人	2022年～	ハイブリッド	週3日の出社を義務化	新入社員や特定のチームはオフィス勤務を推奨
Google	187,000人	2021年～	ハイブリッド	週数日の出社を推奨	特定の職種やチームによってはフルリモート可
インテル	114,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可
IBM	350,000人	2021年	ハイブリッド	週数日の出社を推奨	特定の職種やチームによってはフルリモート可
アクセンチュア	721,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定のプロジェクトやチームによってはフルリモート可
デロイト	330,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定のプロジェクトやチームによってはフルリモート可
EY	312,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定のプロジェクトやチームによってはフルリモート可
GE	170,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可
サムスン電子	270,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可
NTTデータ	130,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可
日立製作所	300,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可
NEC	100,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可
富士通	130,000人	2021年	ハイブリッド	週の出社日数に柔軟性	特定の職種やチームによってはフルリモート可

出所：各企業の公表資料等をもとに作成(2025年1月時点)

デジタルノマドライフをサポートする、さまざまなサービスが登場している

情報提供、SNSサービス

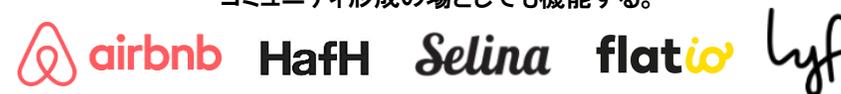
デジタルノマドに関する情報提供、オンラインまたはオフラインで、デジタルノマド同士が交流できる場を提供。情報交換やビジネスチャンスの創出に役立つ。



[Digital Nomad World](#)、[Digital Nomads Daily](#)、[CitizenRemote](#)、[Nomad Soulmates](#)、[Remote OK](#)、[We Work Remotely](#)など

長期滞在宿、コリビング、コアワーキング

高速Wi-Fi、デスクスペース、会議室などを提供するノマド向け宿泊施設、長期滞在に特化したプランや、コアワーキングスペースが併設されている施設など。コミュニティ形成の場としても機能する。



[Yrbo](#)、[Blueground](#)、[Anyplace](#)、[Hostelgeeks](#)、[HiChee](#)、[WeWork](#)、[Regus](#)、[クロススペース](#)、[FabCafe](#)、[Otell](#)、[Outsite](#)など

コミュニティ・イベント参加

デジタルノマド向けのコミュニティやイベントを探すことができるプラットフォームを提供。



[Meetup](#)、[eventbrite](#)、[Couchsurfing Hangouts](#)、[Facebookグループ](#)など

ツアー／旅行プログラム

デジタルノマド向けの、リトリートツアーや、体験プログラムなどを提供。



[Boundless Life](#)、[Nomad Collective](#)、[nomadcruise](#)など

保険

海外旅行保険に加え、リモートワーク中の事故や病気に対する補償、荷物紛失補償などを提供。



[Heymondo](#)、[Genki](#)など

ネットワーキング／ビジネスマッチング／求人

仕事上の関係性づくりや、仕事の発注・受注、求人など。



[Remote OK](#)、[Lancers](#)、[CitizenRemote](#)、[We Work Remotely](#)など

金融／FinTech

海外送金、多通貨管理、海外での口座開設などをサポート。



※2025年3月18日時点

ビジネス面や、企業の従業員マネジメントの視点からも、リモートワークのデメリットを克服する新しいデジタルワークスペースが登場

デジタルワークスペース

To-Doリスト/タスク分析

プロジェクトの進捗状況を可視化し、タスクを管理するツール。



プロジェクト管理

プロジェクトの進捗状況を可視化し、タスクを管理するツール。



パフォーマンス分析/感情分析

AIを活用した生産性向上ツール。



タイムトラッキング

プロジェクトの進捗状況を可視化し、タスクを管理するツール。



チャット・ビデオ会議・コミュニケーション

プロジェクトの進捗状況を可視化し、タスクを管理するツール。



ファイル共有・ストレージ

プロジェクトの進捗状況を可視化し、タスクを管理するツール。



VRオフィス・オンラインコミュニティ

仮想的なオフィス空間や、従業員同士が気軽に交流できるオンラインコミュニティを提供。



セキュリティツール (ZTNA(ゼロトラストネットワーク)、エンドポイントセキュリティ)

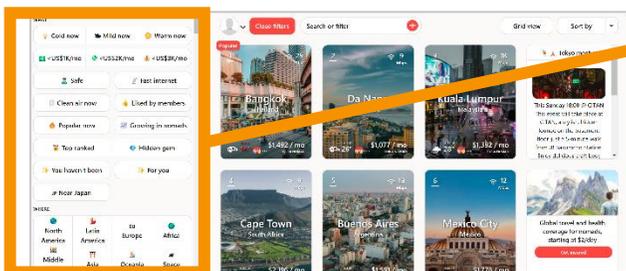
アクセス許可を細かく管理するセキュリティモデルZTNAや、従業員のデバイスを保護し、データ漏洩を防ぐサービス。



巻末資料⑤ Nomad Listからみる多様なニーズ(1/3)

デジタルノマド向けに情報提供を行うサイト「Nomad List」では、滞在先を決めるための多様な絞り込み条件を用意しており、人によって、求める情報が多様であることを語っている

Nomad List



賃貸物件情報サイトさながらの、“賃貸都市”を探すための情報フィルターを持っている。

WHAT

🧊 今寒い	🌤️ 今穏やか	☀️ 今暖かい
🏠 <US\$1,000/月	🏠 <US\$2,000/月	🏠 <US\$3,000/月
🛡️ 安全	🌐 高速インターネット	
🌬️ 今きれいな空気	👤 メンバーに好かれる	
🔥 今人気	📈 ノマドで成長	
🏆 ランキング上位	💎 隠れた宝石	
🌟 まだ行ったことがない	👉 あなたにお勧め	

WHERE

🌐 北米	🌎 ラテンアメリカ	🇪🇺 ヨーロッパ	🌍 アフリカ
🌍 中東	🌏 アジア	🌏 オセアニア	🌠 宇宙
🇺🇸 US 米国	🌴 カリブ海		
🇪🇺 EU 欧州連合	🇪🇺 シェンゲン協定加盟国以外		
👤 友達を作りやすい	🔥 トップ Tinder		

WHEN

❄️ 冬	🌱 通年				
1月	2月	3月	4月	5月	6月
7月	8月	9月	10月	11月	12月

REVIEWED BY MEMBERS

👤 格別 (4.75+)	👤 とても良い (4.5+)
👤 良い (4+)	👤 オッケ (3+)

VISA FREE FOR (>30 DAYS) FOR THESE PASSPORTS

HOW

🌧️ 9月は湿度が低い	☔️ 9月は雨が降らない
😊 楽しさ	🌃 良いナイトライフ
🏖️ ビーチの近く	😊 フレンドリーな人々
👩 女性にも安全	🌈 LGBTQ+に優しい
👥 人種差別が少ない	💻 リモートワークビザ
👋 多くの出会い	

HEALTH

🌬️ 空気がきれい (通年)	🏥 良い病院
🏥 良い医療	🚭 禁煙
🚫 アルコール類なし	🚫 太りすぎではない
🚫 肥満ではない	🩸 糖尿病発症率の低さ

MEMBERS DATA

👤 最高評価	📍 既に行っている
❤️ お気に入り	🔄 高リターン率
📅 長期滞在	📅 短期滞在
👤 男性向け	👤 女性向け

SIZE

🏠 村 (<10K)	🏘️ 街 (10K-100K)	🏙️ 都会 (100K-1M)
🏙️ 大都市 (1M-10M)	🏙️ 巨大都市 (10M+)	

GREAT

👤 ノマド向け	👤 リモートワーカー向け
👤 バックパッカー向け	👤 フラッシュパッカー向け
👤 起業向け	👤 家族向け
👤 子育てのため	👤 イスラム教徒に優しい
👤 ユダヤ人に優しい	👤 駐在員向け
👤 退職者向け	👤 犬に優しい
👤 ♀ スピリチュアルな人々向け	

巻末資料⑤ Nomad Listからみる多様なニーズ(2/3)

(続き)

CLIMATE

🌴 熱帯気候	🏜️ 砂漠気候	🌱 温暖気候
🏔️ 大陸性気候	❄️ 寒帯気候	
🌧️ 9月の良い湿度	🔥 良い紫外線指数	

INVESTMENT

🏠 外国の土地所有	🏠 外国の不動産所有
🏠 Airbnbホストは非常に有益	🏠 Airbnbホストは有益

COST

🏠 格安ホテル	🏠 格安Airbnb
🏠 安い家賃	🏠 格安不動産
🏠 安上がりな生活	🏠 格安バックパッキング

DEVELOPMENT

💡 開発済み	💡 低開発
✈️ 素晴らしい航空会社	📦 荷物の紛失がない
🗣️ 言論の自由	🗳️ 民主的
🏪 自由経済	⚡ No停電がない
🌐 主要な経済都市	🌐 OECD加盟国
🌐 NATO加盟国	🌐 ASEAN加盟国
🌐 Eurasian/CIS加盟国	🎓 高学歴
🧠 とても知的	🧠 知的
💰 高所得	💰 裕福な国
📊 所得格差が低い	📊 平均寿命が高い
🏠 高品質の製品	🗣️ GB 英語が話せる
👩 男女間の賃金格差が低い	🏠 ホームレス率が低い
🎮 XboxクラウドまたはGeForce Nowがある	👩 ビジネスがしやすい
👥 人口密度が高い	👥 ♀ 人口密度が低い
🏠 合法的な中絶	🔪 性器切除はしない

QUALITY OF LIFE

🌱 清潔な都市	🍷 食中毒がない
🌳 静かな場所	🐛 虫がない
💡 光害が少ない	🏠 CO2排出量が少ない
🌳 サステナブル	🚰 飲める水道水
🏢 24時間年中無休の都市	👗 ZARAの店舗がある
🏢 大型モールがある	🍏 アップルストアがある
🏢 Stripeがある	🚗 Uberがある
😊 幸せな人々	😊 楽しさ
🌿 合法大麻	🌿 医療用合法大麻
🍷 合法的なポルノ	🍷 合法的なOnlyFans
🚗 交通量が少ない	🚗 安全な交通
🕊️ 平和	🕊️ 無宗教
🔥 今人気がない	👥 観光客が少ない
🌸 花粉が少ない(花粉症がない)	🌡️ ジカ熱がない
🦠 少ないCOVID症例	🦠 少ないCOVID死亡例
🔫 低い殺人発生率	🔫 銃が少ない

DATING + SOCIAL

🔥 トップ Tinder	🔥 トップ Bumble
🌈 トップ Grindr	👦 多くの若い男性
👩 多くの若い女性	👦 多くの男性
👩 多くの女性	👦 魅力的なノマドの男性
👩 魅力的なノマドの女性	👦 魅力的な男性
👩 魅力的な女性	👦 長身の男性
👩 長身の女性	👦 背の低い男性
👩 背の低い女性	👦 健康的な男性
👩 ♀ 健康的な女性	👦 太りすぎではない
👩 肥満ではない	👦 友達を作りやすい
🌈 合法的な同性婚	👩 合法的な性労働
👥 誰とでも	👥 誰とでもではない
👥 人口 > 10M	👥 良いナイトライフ

GEOGRAPHY

🌊 海面より下	🏔️ 高度が低い	🏔️ 高度が高い
🌪️ 気候変動の証明	🚫 自然災害がない	
🌋 地震のリスクがない	🚫 テロの脅威がない	
🚫 テロ攻撃は一度もない	🚫 武力紛争がない	
🌋 内乱がない	🏝️ 島	
🏝️ 島ではない	🏔️ 山	
✈️ 空港の近く	🌳 ヤシの木	
🚊 電車で行く		

ENTERTAINMENT

🎰 ギャンブル	🎧 EDMミュージック
🎮 良い夜遊び	🎮 大人の夜遊び
♨️ スパ	🌳 公園の近く

CULTURE

👦 若者の人口	👦 高齢者の人口
👦 ユダヤ人に優しい	👦 ユダヤ人に優しくない
👦 イスラム教徒に優しい	👦 イスラム教徒に優しくない
👦 仏教徒またはキリスト教徒	👦 非仏教徒
👦 仏教徒	👦 非キリスト教徒
👦 キリスト教徒	👦 非イスラム教徒
👦 イスラム教徒	👦 オルタナ右翼はいない
👦 過激な左翼はいない	🏛️ 寺院 / 教会
🏛️ 博物館	📖 歴史的
🎨 芸術的	👤 歩きやすい
🏛️ 文化的	🏝️ 旧植民地
☕ 美味しいスペシャルコーヒー	🏝️ 旧植民地(先住民族)
	🏝️ 旧植民地(先住民族でない)
	🏝️ 植民地化されたことがない
	👥 多くの難民
	👥 難民が少ない

WORK

🏢 ワーキングプレス	🔥 立ち上げ
💰 低い税金	📶 無料WiFi

巻末資料⑤ Nomad Listからみる多様なニーズ(3/3)

(続き)

CHARACTER

ヒップスターコミュニティ	旅行者コミュニティ
大学コミュニティ	裕福なコミュニティ
ビジネス街	一般的なコミュニティ

CULTURAL ENCLAVES

CN チャイナタウン	JP ジャパンタウン
KR コリアタウン	VN リトルサイゴン
IN リトル インディア	RU リトル ロシア
リトル アラビア	TR リトル イスタンブール
MX リトル メキシコ	PH リトル マニラ
FR リトル パリ	IT リトル イタリア
CU リトル ハバナ	US アメリカ陸軍

SPORTS

ゴルフ	サーフィン
ダイビング	スキー
今雪がある	アウトドア
ハイキング	♀ クロスフィット

FOOD

美味しい料理	屋台料理
ヴィーガン料理	

CULTURAL TRAITS

フェミニンな文化	男性的な文化
平等な文化	階層文化
個人主義文化	集団主義文化
リスクを追求する文化	リスクを避ける文化
短期的な文化	長期的な文化
ルーズな文化	厳格な文化

TIMEZONE

LANGUAGE

英語を話す	スペイン語を話す
フランス語を話す	アラビア語を話す
ヒンディー語を話す	中国語を話す
ロシア語を話す	ポルトガル語を話す
オランダ語を話す	

MISK

合法的なビットコイン	蚊がいない
急成長する観光業	急成長する旅行 (5年)
旅行で急成長 (2年)	旅行で安定した成長 (5年)
急成長する経済	ノマドがほとんどいない

OAKARISMS

アルファ+ 都市	アルファ 都市
アルファ- 都市	アルファ 都市 (全て)
ベータ+ 都市	ベータ 都市
ベータ- 都市	ベータ 都市 (全て)
自由経済	ほぼ自由経済
抑圧された経済	

NEGATIVES

EU 欧州連合に加盟していない	OECD加盟国ではない
NATO加盟国ではない	ユーラシア/CIS加盟国ではない
気候変動の影響を受けやすい	停電の多発
ノマドの減少	たくさん喫煙
たくさんのアルコール	>\$2,000 / 月
とても寒い	とても暖かい
今ノマドが少ない	悲しい人々
低速インターネット	安全ではない
今汚染された空気	汚染された空気 (通年)
今湿度が高い空気	メンバーに嫌われる
女性にとって安全でない	所得格差が大きい
低学歴	テロの脅威が高い
以前テロ攻撃を受けたことがある	言論の自由がない
民主的ではない	低所得
貧しい国	平均寿命が低い
低品質の製品	進行中の武力紛争
市民の不安が高い	LGBTQ+に優しくない
人種差別が多い	生殖器切除の有病率
合法的な同性婚	合法大麻
合法ポルノ	合法的な性労働
合法的な中絶	多くのコロナ症例
多くのコロナ死亡例	高い殺人発生率
多くの銃	友達を作るのが難しい
ビジネスがやりにくい	ジカ熱/マラリア
蚊	空港の近くではない
CN 中国ではない	バリ島
ハワイ	南極大陸

巻末資料⑥ 訪問者の多い国・好まれる国

デジタルノマドは米国出身者が多く、母国から近いメキシコや欧州の各都市を多くの人々が訪れていたが、2024年以降、アジアなどさらに遠方に足を伸ばす傾向もみられる

訪問者の多い国



最も好まれている都市



出所: Nomad List「[The 2025 State of Digital Nomads](#)」、A Brother Abroad「[63 Surprising Digital Nomad Statistics](#)」、Flatio「[Digital Nomad Report 2023](#)」をもとに作成

出所: Nomad List「[The 2025 State of Digital Nomads](#)」をもとに作成

東京に滞在したデジタルノマドのレビューを見ると、共通項もみられる

東京には**見どころも、やることもたくさんあります**。すぐに圧倒されてしまいます。通常、最初の1週間はどこかを探索するのに使いますが、東京では見どころが尽きません。隠れ家的なカクテルバーに行ったり、1メートルのマルガリータを飲みながら屋上でメキシコ料理のパーティーをしたり、1日中フランス料理店ばかりに行っていたり、中古のヒップホップアパレルだけを輸入している店を訪れたり、その間ずっとミシュランの星付きラーメンを食べたりしたのを覚えています。終わりがなく、全く関係がなく、**信じられないほど楽しかったです**。6週間があつという間に過ぎました。

お金の面では、東京は特にアジアでは高く、住宅や携帯電話などの一部の地域では高く、交通機関やチケットの(信じられないほどの)値段を考えるとまあまあですが安くはありません。**素晴らしい食べ物や飲み物が安く手に入ります。ほとんどのものの品質とサービスは一流です**。

大きな公園を除けば、東京はコンクリートが多く、緑を見つけるのにいつもより少し苦労しました。人にぶつからずに走るのに適した場所を見つけるのも難しかったです。でも、**探せば静かで落ち着いた場所やお寺、庭園がたくさんあります**。東京では**自転車**での移動は簡単なので、自転車を借りて近所を1、2か所探検してみても

いかがでしょうか。**コミュニケーションは決して難しくありませんが、少しぎこちない**ことも多々あります。一般的に日本人はあなたを**放っておこうとしたり、礼儀正しくてうわべだけの態度**を取ったりします。お酒を飲み始めるとすぐに、あるいはシラフでも共通の興味が見つかり、状況は一変します。私は社交の場では日本人が好奇心旺盛で話しやすいと感じましたし、学生や若い日本人が近づいてきて話しかけてくることもありました。**本を読んでいたたり仕事をしているときは、誰も邪魔をしません**。人々はただ信じられないほど**礼儀正しい**です。社会的には、主に**外国人駐在員と付き合っています**。コワーキングスペースは高額だったので、私は主に**ミートアップ**に行き、人と会っていました。

住居については、**中心部から外れて地下鉄の線路の近くに滞在することをお勧め**します。私は**吉祥寺**に滞在しましたが、渋谷と新宿から15分で、より手頃で混雑も少ないです。ほとんどの人はこの街に数日しか滞在せず、日本を徹底的に計画することでやりくりしています。日本に行く予定の人に、どんな計画か聞いてみると、地図や時刻表を描き始めるでしょう。東京に長く滞在する価値は十分にあると思います。**1週間長く滞在すれば、見どころを巡り、思いがけない場所に行き、楽しく思い出に残る**でしょう。

最後に、**地下鉄は0:00に止まる**ので、見逃さないでください。**タクシーは高い**です(最後の地下鉄はそれ自体が魅力です:)。東京は、人生で体験できるものとはまったく異なります。さあ、ラーメンを食べに行きましょう!

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき

西洋人がアジアを訪れる場合、東京はおそらく**最も簡単に移住できる大都市**だと思います。インフラは素晴らしく、どこへ行っても大都市は清潔で、人々はフレンドリーで、アメニティ、食事、ショッピングなどはすべて比較的アクセスしやすいです。私たちは何度も訪れていますが、東京は今でも世界で一番好きな都市の1つです。英語話者にとっては、漢字は基本的に読みどおりに発音されるため、言語に簡単に慣れることができます。食べ物は驚くほど美味しく、時にはバラエティに欠けることもありますが、素晴らしい味と巧みな調理法で補われます。働く場所もたくさんあり、インターネットも充実しています。

滞在場所を探す際の私の提案は、**典型的な新宿、六本木、渋谷、原宿、銀座、上野以外のコミュニティに目を向けること**です。誤解しないでください。これらの場所はすべて素晴らしく、訪れる価値がありますが、いったんそこから離れると、**観光客の少ない大都市の中に多くの素晴らしい都市があることに気付く**でしょう。出費も少なくなります。個人的には、訪問中は常に総武線沿線にとどまるようにしています。私のお気に入りの地区は、同線沿いの**高円寺と吉祥寺**です。さらに南にある**下北沢**も特筆すべき場所です。

まだ日本を体験したことがないなら、ぜひ行ってみてください。**東京は世界でも類を見ない場所**ですし、**国全体が驚異的**です。きつと気に入るはず。これ以上探す必要はありません。

(続き)

本当に楽しい街です。西洋人が快適に過ごせるアジアの大都市の中で一番だと思います。人々は表面的には概してとてもフレンドリーで、すぐに笑顔で笑い、助けてくれます。残念ながら、日本人と本当の友達になるのははるかに難しく、ほとんどの人は英語が話せません。店員はロボットのように機械的に礼儀正しく、失礼よりはましですが、少し奇妙でもあります。少し値段が高く、1年間居住するとさらに高くなります(前年の給与に基づいて課税された後、健康保険料も同様です)。公共の場でいつでも飲酒できますが、ヨーロッパの都市のように酒飲みの街ではありません。残念ながらクラブや音楽イベントは高価ですが、選択肢はかなりあります。公共交通機関は優れていますが、さまざまな名前が並んでいて少し混乱することがあります。通りのレイアウトは完全に混沌としていて、楽しいこともありますが、方向感覚が失われます。巨大な迷路にいるかのように、自分がどの方向を向いているのかわからないことがよくあります。ほとんどの主要な国際料理の選択肢は見つかりますが、数は多くありません。もちろん、日本料理はどこにでもあります。厳密に言えば海沿いですが、内陸部に住むことになるでしょう。それでも、1時間ほどで湾に着くことができ、さらに南の神奈川にある実際のビーチまで90分以内です。日本自体にもチェックすべきクールなものがたくさんあります。一年で一番良い時期は春(桜)と秋(涼しく、紅葉も涼しい)ですが、8月から始まる一連の夏祭りは素晴らしいです(人々が伝統的な衣装を着て、至る所に屋台が出店し、たくさんの花火が打ち上がるなど)。12月にはクリスマスのイルミネーションやディスプレイがたくさんあります。男性同士のデートは悪くありませんが、すべての女性があなたを欲しがっていると期待しないでください。前述したように、ほとんどの男性は英語を話せず、全体的にやや保守的で、カジュアルなセックスには興味がありません。あなたが英語教師でなければ、デートの場で有利になるかもしれません。なぜなら、ほとんどの西洋人の外国人男性は英語教師であり、その仕事はそれほど給料が良くないことで知られているからです。日本語をほぼ流暢に話せれば間違いなく有利になります。すでに述べたこと以外にも、いくつかのマイナス面があります。湿度が高く、カビがすぐに生えます。夏にはカラスがたくさんいて気味が悪く、セミの鳴き声がとてもうるさいです。英語も話せる適切な専門医を見つけるのは難しい場合があります。他の国から来た友達が絶えず入れ替わっています。問題を抱えた男性がたくさん来ます(社交性が苦手、女好き、右翼の狂信者、母国から何かを逃げてきた、典型的なアニメ狂など)。日本人男性は女性ほどフレンドリーではなく、外国人嫌いである可能性が高いです(他の国とほぼ同じです)。住居スペースは値段の割にとっても狭いです。野菜の選択肢はかなり限られていて高価です。多くの食品に大豆が含まれています。ラッシュアワーには地下鉄がとて混雑します。人気のエリアは週末には非常に混雑します。特に契約や政府関連のことに関しては英語があまり通じません(電話で対応してくれる無料の外国人ヘルプサービスがあり、通常、あなたが関わる政府関連のことであれば、英語を理解して対応できる人が少なくとも1人はいます)。

出所: [Nomad List](#)

緑: ポジティブ 赤: ネガティブ 青: その他気づき

東京旅行の大半は杉並区の荻窪という地区で過ごしました。これは本当に私にとっては単なる休暇で、ほとんどの時間を原宿、渋谷、新宿、上野でのショッピングに費やしました。これらの場所は広大で、密集していて、活気があり、非常に裕福です。荻窪は、都市のほぼあらゆる定義においてダウンタウンとして通用しますが、東京では郊外と呼ばれることがあります(それでも23区の一部ですが)。私は東京からも出かけました。日光の寺院で1日、福岡で中洲と相撲で1日 過ごしました。私は荻窪が大好きです。ほとんど片側1車線の道路と複数の家族が住む周囲は、静かでありながら都会的です。荻窪だけでなく、東京全体が西洋のどの都市よりもきれいです。数か月間ラテンアメリカの都市でその反対側を見てきた後では、母国の都市よりもはるかにきれいな大都市を目にするのは正直驚きでした。安いもの(コーヒー、質素な/普通の食事)もあれば、高いもの(タクシー/JR、ファッション)もあります。服装や習慣では、さまざまな意味でより堅苦しくもよりくだけた感じが同時に感じられるフォーマルさと表現力のニュアンスが見られます。本当に違うだけです。私にとって、荻窪は静かで贅沢な暮らし、そしてより一般的に完璧な都市密度を体現しています。私が訪れる世界の他の地域では、これほど狭く歩きやすい通りと、それほどの密度がありながら、静かで手頃な価格の傾向があるのだろうか疑問に思います。私のアパートは改築された家の1階で、約125平方メートルで、約150万ドルの価値があるようです...私には1メートル多すぎ、理想よりも少し大きいだけです。

東京のノマドの生活費は、3,013ドル/月(約45万円)と、全体平均より高め

 ノマドの生活費 Cost of living for nomad	\$3,013 / month	 海外駐在員の生活費 Cost of living for expat	\$2,080 / month
 家族の生活費 Cost of living for family	\$4,012 / month	 現地での生活費 Cost of living for local	\$1,146 / month
 ホテル(平均価格) Hotel (median price)	\$1,843 / month	 Airbnb(平均価格) Airbnb (median price)	<u>\$3,751 / month</u>
 中心部の1ベッドルームスタジオの家賃 1 br studio rent in center	\$949 / month	 ホテル(平均価格) Hotel (median price)	\$86 / night
 Airbnb(平均価格) Airbnb (median price)	<u>\$123 / night</u>	 コワーキングホットデスク Coworking hot desk	\$351 / month
 夕食 Dinner	\$5.03	 コカコーラ(0.3L) Coca-Cola (0.3L)	\$1.18
 カフェのビール(0.5L) Beer in cafe (0.5L)	\$3.35	 カフェのコーヒー Coffee in café	\$2.91
 国際スクール International school	\$14,576 / year	 モバイルデータ(~10GB) Mobile data (~10GB)	\$33 / month
 タクシー料金(平均移動距離約3km) Taxi price (avg trip ~3km/2mi)	\$9.39 / trip		

出所: [Nomad List](#) (2024年12月24日時点)

東京と主要都市の滞在費用の比較(アジア・オセアニア)

Low High

		Asia										Oceania	
		Japan	Thailand			South Korea	Nepal	Indonesia		Singapore	Malaysia	New Zealand	Australia
		Tokyo	Bangkok	Chiang Mai	Hong Kong	Seoul	Pokhara	Canggu, Bali	Ubud, Bali	Singapore	Kuala Lumpur	Auckland	Melbourne
🏠 ノマドの生活費	\$ / month	2,944	1,512	1,146	3,211	2,588	768	1,931	1,862	4,412	1,352	2,968	3,553
🏠 海外駐在員の生活費	\$ / month	1,935	1,148	730	2,542	1,410	458	1,984	1,771	4,412	982	2,064	2,479
🏠 家族の生活費	\$ / month	3,996	2,728	1,581	8,179	3,535	875	5,862	4,604	9,046	2,629	4,532	5,485
🏠 現地での生活費	\$ / month	1,142	779	452	2,337	1,010	250	1,675	1,315	2,585	751	1,295	1,567
🏠 ホテル(平均価格)	\$ / month	2,059	595	684	2,391	2,539	478	733	659	2,404	523	1,314	1,706
🏠 Airbnb(平均価格)	\$ / month	3,192	1,561	1,185	1,315	1,466	773	1,766	2,233	3,887	994	2,138	2,872
🏠 中心部の1ベッドルームスタジオの家賃	\$ / month	945	629	326	2,097	733	124	1,650	1,279	2,348	517	937	1,249
🏠 ホテル(平均価格)	\$ / night	96	28	32	112	119	22	34	31	113	25	62	80
🏠 Airbnb(平均価格)	\$ / night	105	51	39	43	48	23	58	73	127	33	70	94
🏠 コワーキング ホットデスク	\$ / month	350	199	182	240	190	75	211	223	483	165	186	343
🍽️ 夕食	\$	5.01	3.22	1.61	7.08	6.18	1.79	1.7	2.16	9.57	3.56	13	12
🍷 コカコーラ(0.3L)	\$	1.17	0.66	0.53	1.09	1.25	0.35	1.5	0.86	1.47	0.45	1.69	1.87
🍷 カフェのビール(0.5L)	\$	3.34	2.27	1.99	6.44	3.26	1.95	3.47	2.31	7.73	4.12	6.78	6.24
☕ カフェのコーヒー	\$	2.9	2.31	1.55	4.89	3.54	1.14	2.01	2.06	4.42	2.67	2.82	3.12
🎓 インターナショナルスクール	\$ / year	14,515	13,388	8,199	20,139	16,554	1,101	11,419	6,172	26,342	8,539	12,343	19,849
📶 モバイルデータ(~10GB)	\$ / month	33	5.04	4.04	9.53	14	1.89	7	-	15	10	25	42
🚗 タクシー料金(平均移動距離約3km/2マイル)	\$ / trip	9.36	4.01	4.63	4.25	2.4	1.93	2.65	-	2.94	4.01	6.78	6.87
💰 50,000ドルに対する推定税額		-	-	-	4,321	-	-	-	-	4,500	-	-	9,580
💰 100,000ドルに対する推定税額		-	-	-	12,821	-	-	-	-	9,000	-	-	27,512
💰 250,000ドルに対する推定税額		-	-	-	37,500	-	-	-	-	22,500	-	-	91,425

出所: [Nomad List](#) (2024年12月24日時点)

東京と主要都市の滞在費用の比較(ヨーロッパ・北米・南米)

Low High

		Asia													Europe			North America			South America						
		Japan													Portugal			Romania	Slovenia	Hungary	Spain	United Kingdom	France	Germany	Mexico	United States	Argentina
		Tokyo	Coimbra	Peniche	Aveiro	Lisbon	Timisoara	Ploiesti	Ljubljana	Budapest	Barcelona	London	Paris	Berlin	Mexico City	New York City, NY	Buenos Aires										
🏠 ノマドの生活費	\$ / month	2,944	2,274	2,635	2,482	2,889	1,749	1,775	3,199	2,746	3,736	5,545	4,677	3,466	1,821	7,469	1,587										
🏠 海外駐在員の生活費	\$ / month	1,935	1,512	1,607	1,578	2,068	1,033	957	1,779	1,263	2,421	4,175	2,814	2,483	1,132	4,981	923										
🏠 家族の生活費	\$ / month	3,996	2,997	3,094	3,146	4,727	1,905	1,752	2,932	2,418	6,014	10,176	5,142	5,530	2,819	12,187	1,725										
🏠 現地での生活費	\$ / month	1,142	856	884	899	1,351	544	500	838	691	1,718	2,908	1,469	1,580	805	3,482	493										
🏠 ホテル(平均価格)	\$ / month	2,059	1,354	2,220	1,887	1,687	1,227	1,133	2,464	2,974	2,752	3,507	3,352	1,842	1,157	5,594	1,068										
🏠 Airbnb(平均価格)	\$ / month	3,192	1,950	2,271	2,261	2,082	1,704	1,515	2,807	1,536	1,998	4,014	4,082	2,842	1,247	3,840	994										
🏠 中心部の1ベッドルームスタジオの家賃	\$ / month	945	693	821	789	1,294	387	334	572	507	1,526	2,683	1,047	1,320	618	3,145	330										
🏠 ホテル(平均価格)	\$ / night	96	63	104	88	79	57	53	115	139	129	164	157	86	54	262	50										
🏠 Airbnb(平均価格)	\$ / night	105	64	74	74	68	56	50	92	50	66	132	134	93	41	126	33										
🏠 コワーキング ホットデスク	\$ / month	350	176	187	231	247	168	272	240	181	353	251	312	228	254	305	66										
🍷 タ食	\$	5.01	8.32	8.32	6.76	11	5.01	5.01	10	9.07	12	21	16	12	4.33	32	7										
🍷 コカコーラ(0.3L)	\$	1.17	1.04	1.04	1.04	1.04	0.52	0.84	2.08	1.18	2.08	1.25	2.6	2.08	1.04	3.5	1.5										
🍷 カフェのビール(0.5L)	\$	3.34	4.16	1.04	3.12	2.6	1.78	1.46	3.12	1.64	5.2	7.52	7.28	4.16	2.23	6	2										
🍷 カフェのコーヒー	\$	2.9	1.04	1.04	1.04	1.04	1.88	1.88	2.08	1.84	2.08	3.76	3.12	3.12	2.57	5	1										
🎓 インターナショナル スクール	\$ / year	14,515	6,377	3,561	12,476	10,659	5,021	3,482	10,403	9,022	10,987	23,691	17,081	6,985	8,061	12,352	6,383										
📶 モバイルデータ(~10GB)	\$ / month	33	15	16	12	15	4.6	7.31	9.36	7.74	24	15	21	11	9.9	30,278	35										
🚗 タクシー料金(平均移動距離約3km/2マイル)	\$ / trip	9.36	3.12	3.12	3.12	2.08	2.3	7.31	4.16	3.75	7.28	7.52	7.28	7.28	1.58	71,127	2										
💰 50,000ドルに対する推定税額		-	21,514	21,514	21,514	21,514	-	-	-	15,501	11,365	6,986	21,172	11,133	-	-	17,500										
💰 100,000ドルに対する推定税額		-	52,994	52,994	52,994	52,994	-	-	-	27,701	33,727	24,341	55,016	34,508	-	-	35,000										
💰 250,000ドルに対する推定税額		-	145,334	145,334	145,334	145,334	-	-	-	64,301	110,442	91,526	137,061	100,974	-	-	87,500										

出所: [Nomad List](#) (2024年12月24日時点)

巻末資料⑨ Nomad Listによる東京と主要都市の滞在費比較(3/3)

東京と主要都市の滞在費用の比較(日本国内)

Low High

		Japan															
		Tokyo	Naha, Okinawa	Kobe	Kyoto	Hiroshima	Fukuoka	Osaka	Okinawa -city	Nagoya	Kagoshi ma	Sapporo	Nagasaki	Sendai	Kitakyus hu	Yokoha ma	
🏠	ノマドの生活費	\$ / month	2,944	2,155	2,453	3,161	2,333	3,606	2,551	2,793	2,444	2,017	3,175	2,556	2,474	2,685	2,853
🏠	海外駐在員の生活費	\$ / month	1,935	1,564	1,336	1,716	1,268	2,340	1,390	1,573	1,478	1,133	1,414	1,264	1,478	1,911	1,810
🏠	家族の生活費	\$ / month	3,996	4,038	2,486	2,456	2,548	2,474	2,578	2,307	3,256	2,726	2,439	3,081	2,774	4,101	3,820
🏠	現地での生活費	\$ / month	1,142	1,154	710	702	728	707	737	659	930	779	697	880	793	1,172	1,091
🏠	ホテル(平均価格)	\$ / month	2,059	945	1,628	2,620	1,660	2,118	1,787	2,055	1,416	1,601	3,165	2,002	1,365	1,365	2,076
🏠	Airbnb (平均価格)	\$ / month	3,192	1,614	2,354	3,916	1,892	6,307	2,369	3,446	1,973	1,035	2,524	1,424	2,541	2,835	2,853
🏠	中心部の1ベッドルームスタジオの家賃	\$ / month	945	911	447	451	429	1,802	496	440	686	511	378	500	513	765	921
🏠	ホテル(平均価格)	\$ / night	96	44	76	123	78 / nigh	99	84	96	66	75	148	94	64	64	97
🏠	Airbnb (平均価格)	\$ / night	109	53	77	128	62	207	78	113	65	34	83	47	83	93	94
🏠	コワーキングホットデスク	\$ / month	350	307	388	388	307	388	388	388	415	159	388	388	388	170	389
🍽️	夕食	\$	5.01	5.31	5.33	4.85	5.78	5.44	5.73	4.61	5.94	6.74	6.94	5.44	5.73	6.45	5.06
🍷	コココーラ(0.3L)	\$	1.17	1.1	0.88	0.98	0.99	0.8	1.04	1.06	0.86	0.89	0.84	1.74	0.76	1.74	0.89
☕	カフェのビール(0.5L)	\$	3.34	4.98	2.62	2.86	4.55	3.5	2.7	3.12	4.98	4.55	3.8	3.82	4.55	6.08	3.61
☕	カフェのコーヒー	\$	2.9	2.86	3.18	2.9	2.79	2.53	2.77	2.23	2.39	2.41	3.24	4.28	2.8	4.28	2.44
🎓	インターナショナルスクール	\$ / year	14,515	4,815	9,543	8,588	9,397	15,692	9,397	-	12,724	-	9,415	-	7,634	-	12,739
📶	モバイルデータ(~10GB)	\$ / month	33	76	22	9.22	17	24	17	-	21	-	45	-	13	-	9.55
🚗	タクシー料金(平均移動距離約3km/2マイル)	\$ / trip	9.36	8.46	5.86	7.13	6.68	13	9.23	-	10	12	4.97	6.68	3.9	12	8.68
💰	50,000ドルに対する推定税額		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
💰	100,000ドルに対する推定税額		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
💰	250,000ドルに対する推定税額		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

出所: [Nomad List](#) (2024年12月24日時点)

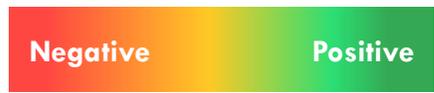
Nomad Listでの都市スコア(アジアの各都市との比較)



		Asia									
		Japan	Thailand			South Korea	Nepal	Indonesia		Singapore	Malaysia
		Tokyo	Bangkok	Chiang Mai	Hong Kong	Seoul	Pokhara	Canggu, Bali	Ubud, Bali	Singapore	Kuala Lumpur
★ Total score	★ 総合スコア	3.37/5 (Rank #3)	4.32/5 (Rank #1)	3.62/5 (Rank #2)	3.12/5 (Rank #12)	3.11/5 (Rank #16)	3.11/5 (Rank #14)	3/5 (Rank #40)	2.82/5 (Rank #174)	2.81/5 (Rank #191)	3.02/5 (Rank #34)
👍 Liked by members	👍 メンバーに好まれている	1895 reviews	3643 reviews	2358 reviews	1163 reviews	1157 reviews	98 reviews	1993 reviews	1437 reviews	1913 reviews	1746 reviews
👍 Quality of life score	👍 生活の質スコア	38 liked it 0 disliked it	68 liked it 23 disliked it	49 liked it 4 disliked it	4 liked it 0 disliked it	25 liked it 2 disliked it	2 liked it 0 disliked it	38 liked it 27 disliked it	17 liked it 5 disliked it	25 liked it 5 disliked it	37 liked it 10 disliked it
👍 Family score	👍 家族スコア	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Okay	Okay	Good	Okay
👍 Community score	👍 コミュニティスコア	Good	Great	Good	Okay	Good	Okay	Good	Good	Good	Good
💰 Cost	💰 コスト	👎 Pricey: \$3,013 / mo	👍 Affordable: \$1,455 / mo	👍 Affordable: \$1,088 / mo	👍 Okay: \$2,888 / mo	👍 Okay: \$2,531 / mo	👎 Cheap: \$905 / mo	👍 Affordable: \$1,898 / mo	👍 Affordable: \$1,944 / mo	👎 Very expensive: \$4,370 / mo	👍 Affordable: \$1,325 / mo
🌐 Internet	🌐 インターネット	👍 Super fast: 60Mbps (avg)	👍 Good: 45Mbps (avg)	👍 Good: 47Mbps (avg)	👍 Super fast: 72Mbps (avg)	👍 Super fast: 61Mbps (avg)	👍 Good: 16Mbps (avg)	👍 Good: 28Mbps (avg)	👍 Good: 19Mbps (avg)	👍 Good: 45Mbps (avg)	👍 Super fast: 80Mbps (avg)
😄 Fun	😄 楽しさ	Great	Good	Okay	Great	Good	Great	Great	Great	Good	Bad
🌡️ Temperature (now)	🌡️ 気温 (現在)	👍 Nice: 18°C (feels 18°C)	👎 Too hot: 32°C (feels 40°C)	👎 Hot: 29°C (feels 33°C)	👍 Perfect: 24°C (feels 24°C)	👎 A bit cold: 17°C (feels 17°C)	👍 Nice: 19°C (feels 19°C)	👎 Hot: 29°C (feels 34°C)	👎 Too hot: 30°C (feels 37°C)	👎 Hot: 29°C (feels 34°C)	👎 Hot: 29°C (feels 35°C)
💧 Humidity (now)	💧 湿度 (現在)	👍 Comfy: 58%	👎 Comfy: 69%	👎 Sweaty: 75%	👍 Comfy: 92%	👍 Comfy: 59%	👍 Comfy: 67%	👎 Sweaty: 77%	👎 Sweaty: 78%	👎 Sweaty: 77%	👎 Sweaty: 82%
🌬️ Air quality (now)	🌬️ 空気の質 (現在)	👍 Great: 34 US AQI	👎 Unhealthy for some: 130 US AQI	👎 Moderate: 78 US AQI	—	👍 Good: 70 US AQI	—	👍 Great: 50 US AQI	👍 Great: 50 US AQI	—	👍 Good: 52 US AQI
🌬️ Air quality (annual)	🌬️ 空気の質 (年間)	👍 Great: 41 US AQI	👍 Good: 55 US AQI	👍 Good: 58 US AQI	👍 Good: 71 US AQI	👍 Good: 75 US AQI	👍 Great: 39 US AQI	—	—	👍 Good: 54 US AQI	👍 Great: 39 US AQI
🛡️ Safety	🛡️ 安全性	Great	Good	Good	Great	Good	Good	Great	Great	Great	Good
🍴 Food safety*	🍴 食品の安全性*	Great	Good	Bad	Good	Good	Okay	Okay	Okay	Good	Good
👩 Lack of crime*	👩 犯罪の少なさ*	Great	Good	Good	Great	Great	Good	Great	Great	Great	Good
👤 Lack of racism*	👤 人種差別の少なさ*	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	—	Great	Great	Good	—
🎓 Education level*	🎓 教育水準*	High	Mediocre	Mediocre	High	High	Low	Mediocre	Mediocre	High	Mediocre
⚡ Power grid	⚡ 電力網	Great	Great	Great	Great	Great	Bad	Great	Great	Great	Great
🌡️ Vulnerability to climate change	🌡️ 気候変動に対する脆弱性	Bad	Okay	Okay	—	Good	Bad	Good	Good	Very bad	Good
💰 Income level*	💰 所得水準*	Very high: \$3,220 / mo	Very low: \$493 / mo	Very low: \$493 / mo	Very high: \$3,662 / mo	High: \$2,315 / mo	Very low: \$60 / mo	Very low: \$298 / mo	Very low: \$298 / mo	Very high: \$4,401 / mo	Low: \$792 / mo
🗣️ English speaking*	🗣️ 英語圏*	Bad	Bad	Bad	Okay	Bad	Okay	Okay	Bad	Great	Okay
👤 People density	👤 人口密度	👍 Low density: 4k ppl/km² (1 per 15x15m)	👍 Low density: 5k ppl/km² (1 per 14x14m)	👍 Low density: 3k ppl/km² (1 per 17x17m)	—	👎 Dense: 17k ppl/km² (1 per 8x8m)	—	👍 Low density: 8k ppl/km² (1 per 11x11m)	👍 Low density: 4k ppl/km² (1 per 16x16m)	👎 Busy: 11k ppl/km² (1 per 9x9m)	👍 Low density: 4k ppl/km² (1 per 17x17m)
🚶 Walkability	🚶 歩きやすさ	Great	Great	Great	Great	Bad	Great	Okay	Great	Great	Okay
🚦 Traffic safety*	🚦 交通安全*	Okay	Bad	Bad	Okay	Okay	Bad	Bad	Bad	Okay	Bad
✈️ Airline scores*	✈️ 航空会社スコア*	Good	Good	Good	Good	Good	Okay	Good	Good	Good	Okay
🧳 Lost luggage*	🧳 荷物紛失*	Great	Okay	Okay	Great	Good	Great	Great	Great	Okay	Okay
🏥 Hospitals	🏥 病院	Great	Great	Great	—	Great	—	—	—	Great	Great
😊 Happiness*	😊 幸福度*	Okay	Good	Good	Okay	Okay	Bad	Okay	Okay	Bad	Bad
🌃 Nightlife	🌃 ナイトライフ	Great	Great	Bad	Great	Great	Bad	Great	Okay	Okay	Bad
📶 Free WiFi in city	📶 市内での無料WiFi都市	Bad	Great	Okay	Bad	Great	Good	Great	Okay	Okay	Good
🏢 Places to work from	🏢 仕事ができる場所	Great	Great	Great	Great	Great	Bad	Great	Great	Great	Great
❄️ A/C or heating	❄️ エアコンまたは暖房	Great	Great	Okay	Great	Great	—	Good	Okay	Great	Okay
👤 Friendly to foreigners	👤 外国人に優しい	Okay	Great	Okay	Okay	Good	—	Okay	Good	Okay	Okay
🗣️ Freedom of speech*	🗣️ 言論の自由*	Good	Okay	Okay	Bad	Good	Good	Okay	Okay	Okay	Okay
👩 Female friendly	👩 女性に優しい	Good	Good	Good	Okay	Great	Okay	Good	Good	Great	Bad
🌈 LGBTQ+ friendly	🌈 LGBTQ+に優しい	Good	Great	Great	Good	Okay	Great	Good	Good	Bad	Bad
🚀 Startup Score	🚀 スタートアップスコア	Okay	Bad	Bad	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay

出所: Nomad List (2024年11月15日時点) ※スコアは、リアルタイムで変動 ※一部指標は国全体の統計から算出された値で、都市自体の評価と異なる場合あり

Nomad Listでの都市スコア(ヨーロッパの各都市との比較)



		Asia					Europe							
		Japan	Portugal				Romania		Slovenia	Hungary	Spain	United Kingdom	France	Germany
		Tokyo	Coimbra	Peniche	Aveiro	Lisbon	Timisoara	Ploiesti	Ljubljana	Budapest	Barcelona	London	Paris	Berlin
		3.37/5 (Rank #3)	3.12/5 (Rank #13)	3.16/5 (Rank #7)	3.11/5 (Rank #17)	2.96/5 (Rank #64)	3.26/5 (Rank #4)	3.18/5 (Rank #5)	3.17/5 (Rank #6)	2.75/5 (Rank #248)	3.04/5 (Rank #27)	2.67/5 (Rank #320)	2.55/5 (Rank #405)	2.86/5 (Rank #136)
★ Total score	★ 総合スコア	1895 reviews	78 reviews	75 reviews	35 reviews	3342 reviews	117 reviews	2 reviews	391 reviews	1839 reviews	3000 reviews	3416 reviews	2877 reviews	2598 reviews
♥ Liked by members	♥ メンバーに好まれている	38 liked it 0 disliked it	1 liked it 0 disliked it	2 liked it 0 disliked it	2 liked it 0 disliked it	82 liked it 91 disliked it	7 liked it 0 disliked it	2 liked it 0 disliked it	7 liked it 0 disliked it	41 liked it 8 disliked it	41 liked it 9 disliked it	39 liked it 8 disliked it	25 liked it 8 disliked it	30 liked it 8 disliked it
👍 Quality of life score	👍 生活の質スコア	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good
👨‍👩‍👧 Family score	👨‍👩‍👧 家族スコア	Okay	Good	Good	Good	Good	Okay	Okay	Good	Okay	Okay	Good	Okay	Good
👥 Community score	👥 コミュニティスコア	Good	Okay	Okay	Okay	Good	Okay	Okay	Okay	Okay	Good	Good	Okay	Good
💰 Cost	💰 コスト	🔴 Pricey: \$3,013 / mo	🟢 Affordable: \$2,465 / mo	🟡 Okay: \$2,634 / mo	🟡 Okay: \$2,554 / mo	🔴 Pricey: \$3,060 / mo	🟢 Affordable: \$2,007 / mo	🟢 Affordable: \$1,802 / mo	🔴 Pricey: \$3,148 / mo	🟢 Affordable: \$2,405 / mo	🔴 Pricey: \$3,860 / mo	🔴 Extremely expensive: \$5,561 / mo	🔴 Very expensive: \$4,858 / mo	🔴 Pricey: \$3,812 / mo
🌐 Internet	🌐 インターネット	👍 Super fast: 60Mbps (avg)	🟢 Good: 27Mbps (avg)	👍 Super fast: 67Mbps (avg)	🟢 Good: 27Mbps (avg)	👍 Fast: 55Mbps (avg)	👍 Super fast: 80Mbps (avg)	🟢 Good: 37Mbps (avg)	🟢 Good: 39Mbps (avg)	🟢 Good: 48Mbps (avg)	👍 Super fast: 65Mbps (avg)	🟢 Good: 24Mbps (avg)	👍 Super fast: 80Mbps (avg)	👍 Super fast: 70Mbps (avg)
😄 Fun	😄 楽しさ	Great	Okay	Great	Good	Great	Okay	Okay	Okay	Okay	Great	Great	Good	Great
🌡️ Temperature (now)	🌡️ 気温 (現在)	🟡 Nice: 18°C (feels 18°C)	🔴 A bit cold: 15°C (feels 15°C)	🔴 A bit cold: 16°C (feels 15°C)	🔴 A bit cold: 17°C (feels 18°C)	🔴 A bit cold: 16°C (feels 16°C)	🔴 Too cold: 5°C (feels 4°C)	🔴 Too cold: 7°C (feels 7°C)	🔴 Too cold: 3°C (feels 3°C)	🔴 Too cold: 5°C (feels 5°C)	🔴 A bit cold: 16°C (feels 16°C)	🔴 Too cold: 11°C (feels 9°C)	🔴 Too cold: 10°C (feels 9°C)	🔴 Too cold: 8°C (feels 6°C)
💧 Humidity (now)	💧 湿度 (現在)	🟢 Comfy: 58%	🔴 Damp: 86%	🔴 Damp: 79%	🔴 Damp: 73%	🔴 Damp: 77%	🟢 Comfy: 70%	🟢 Comfy: 69%	🔴 Damp: 83%	🟢 Comfy: 64%	🟢 Comfy: 67%	🔴 Damp: 82%	🔴 Damp: 79%	🔴 Damp: 80%
🌬️ Air quality (now)	🌬️ 空気の状態 (現在)	🟢 Great: 34 US AQI	—	—	—	🟢 Great: 22 US AQI	🟢 Great: 20 US AQI	🟢 Great: 31 US AQI	🟢 Moderate: 76 US AQI	🟢 Good: 57 US AQI	🟢 Great: 38 US AQI	🟢 Good: 72 US AQI	🟢 Good: 75 US AQI	🟢 Moderate: 78 US AQI
🌬️ Air quality (annual)	🌬️ 空気の状態 (年間)	🟢 Great: 41 US AQI	🟢 Good: 61 US AQI	—	🟢 Great: 34 US AQI	🟢 Great: 31 US AQI	🟢 Great: 24 US AQI	🟢 Great: 14 US AQI	🟢 Great: 16 US AQI	🟢 Great: 34 US AQI	🟢 Great: 22 US AQI	🟢 Good: 56 US AQI	🟢 Good: 56 US AQI	🟢 Great: 23 US AQI
🛡️ Safety	🛡️ 安全性	Great	Great	Great	Great	Great	Good	Good	Good	Good	Good	Great	Great	Great
🍴 Food safety*	🍴 食品の安全性*	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Good	Good	Great	Great	Great	Great
♀️ Lack of crime*	♀️ 犯罪の少なさ*	Great	Great	Great	Great	Great	Good	Good	Good	Good	Great	Great	Good	Great
👤 Lack of racism*	👤 人種差別の少なさ*	Bad	Okay	Great	Okay	Good	Bad	Bad	—	Bad	Bad	Great	Okay	Good
🎓 Education level*	🎓 教育水準*	High	Mediocre	Mediocre	Mediocre	Mediocre	High	High	High	High	High	High	High	High
⚡ Power grid	⚡ 電力網	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
🌡️ Vulnerability to climate change	🌡️ 気候変動に対する脆弱性	Bad	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Great	Good	Good	Good	Good	Okay
💰 Income level*	💰 所得水準*	Very high: \$3,220 / mo	Mediocre: \$1,646 / mo	Mediocre: \$1,646 / mo	Mediocre: \$1,646 / mo	Mediocre: \$1,646 / mo	Low: \$787 / mo	Low: \$787 / mo	Mediocre: \$1,793 / mo	Low: \$1,075 / mo	High: \$2,225 / mo	Very high: \$3,354 / mo	Very high: \$3,069 / mo	Very high: \$3,538 / mo
🗣️ English speaking*	🗣️ 英語圏*	Bad	Great	Great	Good	Great	Good	Good	Great	Okay	Great	Great	Okay	Great
👤 People density	👤 人口密度	🔴 Low density: 4k ppl/km² (1 per 15x15m)	—	—	—	🔴 Low density: 6k ppl/km² (1 per 12x12m)	—	—	—	—	🔴 Dense: 16k ppl/km² (1 per 8x8m)	🔴 Low density: 6k ppl/km² (1 per 13x13m)	🔴 Dense: 21k ppl/km² (1 per 7x7m)	🔴 Low density: 4k ppl/km² (1 per 16x16m)
🚶 Walkability	🚶 歩きやすさ	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
🚗 Traffic safety*	🚗 交通安全*	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay
✈️ Airline scores*	✈️ 航空会社スコア*	Good	Good	Good	Good	Good	Great	Great	Great	Good	Okay	Good	Good	Good
🧳 Lost luggage*	🧳 荷物紛失*	Great	Okay	Okay	Okay	Okay	Great	Great	Great	Bad	Bad	Bad	Bad	Okay
🏥 Hospitals	🏥 病院	Great	Good	—	Bad	Bad	Good	Bad	Great	Good	Good	Great	Great	Great
😊 Happiness*	😊 幸福度*	Okay	Bad	Bad	Bad	Bad	Okay	Okay	Okay	Okay	Bad	Bad	Bad	Bad
🌃 Nightlife	🌃 ナイトライフ	Great	Okay	Great	Okay	Great	Okay	Bad	Good	Good	Great	Great	Great	Great
📶 Free WiFi in city	📶 市内での無料WiFi都市	Bad	Okay	Good	Bad	Okay	Okay	Great	Okay	Bad	Okay	Bad	Okay	Great
🏢 Places to work from	🏢 仕事ができる場所	Great	Great	Good	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
🔥 A/C or heating	🔥 エアコンまたは暖房	Great	Great	—	Okay	Okay	Okay	Okay	Great	Good	Bad	Good	Great	Bad
👤 Friendly to foreigners	👤 外国人に優しい	Okay	Good	Great	Great	—	Good	Great	Great	Okay	Okay	Good	Okay	Great
🗣️ Freedom of speech*	🗣️ 言論の自由*	Good	Great	Great	Great	Great	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Great
👩 Female friendly	👩 女性に優しい	Good	Great	Great	Good	Okay	Okay	Okay	Bad	Okay	Okay	Good	Good	Great
🏳️‍🌈 LGBTQ+ friendly	🏳️‍🌈 LGBTQ+に優しい	Good	Great	Great	Great	Great	Bad	Bad	Great	Bad	Great	Great	Great	Great
🚀 Startup score	🚀 スタートアップスコア	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Good

Nomad Listでの都市スコア(環太平洋(北米・南米・オセアニア)の各都市との比較)



		Asia	Oceania	North America	South America
		Japan	New Zealand	Mexico	Argentina
		Tokyo	Auckland	Melbourne	Buenos Aires
		3.37/5 (Rank #3)	3.13/5 (Rank #11)	3.09/5 (Rank #18)	3.11/5 (Rank #15)
		1895 reviews	433 reviews	713 reviews	1591 reviews
		38 liked it 0 disliked it	9 liked it 0 disliked it	11 liked it 1 disliked it	36 liked it 18 disliked it
		Good	Good	Good	Good
		Okay	Good	Good	Okay
		Good	Okay	Good	Good
		Pricey: \$3,013 / mo	Pricey: \$3,276 / mo	Pricey: \$3,542 / mo	Extremely expensive: \$6,723 / mo
		Super fast: 60Mbps (avg)	Good: 30Mbps (avg)	Good: 18Mbps (avg)	Good: 31Mbps (avg)
		Great	Okay	Great	Good
		Nice: 18°C (feels 18°C)	Perfect: 20°C (feels 21°C)	A bit cold: 15°C (feels 15°C)	Too cold: 7°C (feels 6°C)
		Comfy: 58%	Comfy: 87%	Comfy: 58%	Comfy: 47%
		Great: 34 US AQI	Great: 31 US AQI	Great: 47 US AQI	Great: 23°C (feels 23°C)
		Great: 41 US AQI	Great: 33 US AQI	Great: 25 US AQI	Comfy: 31%
		Great	Great	Great	Moderate: 97 US AQI
		Great	Great	Great	Great
		Great	Great	Great	Great
		Great	Great	Great	Great
		Bad	Great	Great	Great
		High	Very high	Very high	High
		Great	Great	Great	Great
		Bad	Good	Good	Good
		Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,353 / mo	Very high: \$4,506 / mo	Low: \$1,037 / mo
		Bad	Great	Great	Bad
		Low density: 4k ppl/km² (1 per 15x15m)	♀ Sprawling: 2k ppl/km² (1 per 22x22m)	—	Low density: 9k ppl/km² (1 per 11x11m)
		Great	Great	Great	Great
		Great	Great	Great	Great
		Okay	Okay	Okay	Okay
		Good	Good	Good	Good
		Great	Great	Great	Great
		Great	Great	Great	Great
		Okay	Okay	Bad	Okay
		Great	Great	Great	Great
		Okay	Okay	Bad	Bad
		Great	Okay	Good	Great
		Bad	Bad	Bad	Bad
		Great	Great	Great	Great
		Bad	Bad	Bad	Bad
		Great	Great	Great	Great
		Great	Great	Great	Great
		Great	Great	Great	Great
		Okay	Good	Good	Good
		Good	Great	Good	Good
		Good	Great	Great	Good
		Good	Great	Great	Great
		Okay	Okay	Bad	Okay

出所: Nomad List (2024年11月15日時点) ※スコアは、リアルタイムで変動
 ※一部指標は国全体の統計から算出された値で、都市自体の評価と異なる場合あり

巻末資料⑩ Nomad Listによる都市別スコア比較(4/4)

Nomad Listでの都市スコア(日本国内の各都市との比較)

Negative Positive

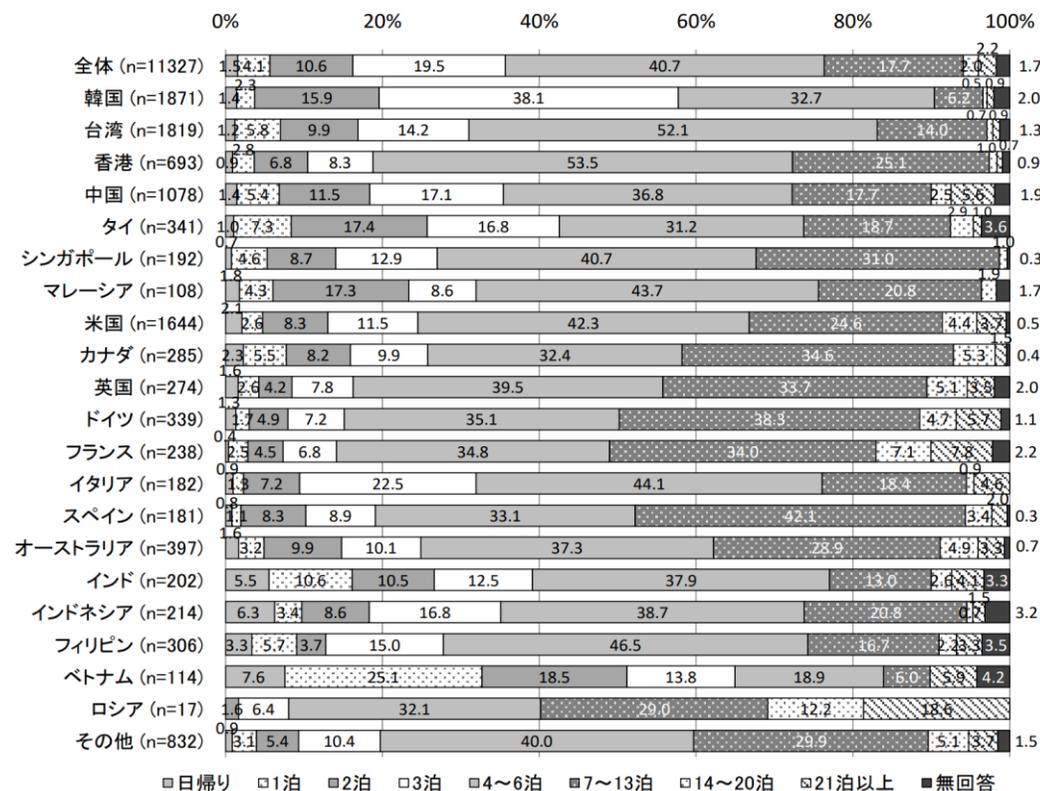
		Tokyo	Naha, Okinawa	Kobe	Kyoto	Hiroshima	Fukuoka	Osaka	Okinawa-city	Nagoya	Kagoshima	Sapporo	Nagasaki	Sendai	Kitakyushu	Yokohama
★ Total score	★ 総合スコア	3.37/5 (Rank #3)	3.15/5 (Rank #9)	2.98/5 (Rank #54)	2.91/5 (Rank #94)	2.88/5 (Rank #117)	2.64/5 (Rank #345)	2.64/5 (Rank #344)	2.42/5 (Rank #452)	2.28/5 (Rank #546)	2.26/5 (Rank #563)	2.19/5 (Rank #721)	2.18/5 (Rank #742)	2.15/5 (Rank #820)	2.14/5 (Rank #844)	2.14/5 (Rank #843)
👑 Liked by members	👑 メンバーに好まれている	1895 reviews 👍 38 liked it 👎 0 disliked it	91 reviews 👍 2 liked it 👎 0 disliked it	46 reviews 👍 1 liked it 👎 0 disliked it	662 reviews 👍 5 liked it 👎 0 disliked it	153 reviews 👍 3 liked it 👎 0 disliked it	193 reviews 👍 8 liked it 👎 0 disliked it	719 reviews 👍 5 liked it 👎 2 disliked it	31 reviews	77 reviews	27 reviews	96 reviews	27 reviews	16 reviews	2 reviews	27 reviews
🔥 Quality of life score	🔥 生活の質スコア	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Okay	Good	Okay	Good	Good
👨‍👩‍👧 Family score	👨‍👩‍👧 家族スコア	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay
👥 Community score	👥 コミュニティスコア	Good	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay
💰 Cost	💰 コスト	👎 Pricey: \$3,013 / mo 👉 Super fast: 60Mbps (avg)	👍 Affordable: \$2,003 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👍 Affordable: \$2,230 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👎 Pricey: \$3,436 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👍 Affordable: \$2,215 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👎 Very expensive: \$4,677 / mo 👉 Good: 21Mbps (avg)	👍 Okay: \$2,574 / mo 👉 Fast: 50Mbps (avg)	👍 Okay: \$2,651 / mo 👉 Super fast: 95Mbps (avg)	👍 Affordable: \$2,345 / mo 👉 Good: 28Mbps (avg)	👍 Affordable: \$1,947 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👎 Okay: \$2,853 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👍 Affordable: \$2,352 / mo 👉 Good: 45Mbps (avg)	👎 Okay: \$2,633 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👍 Affordable: \$2,414 / mo 👉 Good: 29Mbps (avg)	👎 Pricey: \$3,134 / mo 👉 Good: 23Mbps (avg)
🌐 Internet	🌐 インターネット	Great	Great	Great	Great	Okay	Good	Okay	Great	Good	Okay	Good	Good	Okay	Okay	Good
😄 Fun	😄 楽しさ	Great	Great	Great	Great	Okay	Good	Okay	Great	Good	Okay	Good	Good	Okay	Okay	Good
🌡️ Temperature (now)	🌡️ 気温 (現在)	👍 Nice: 18°C (feels 18°C)	👎 Hot: 26°C (feels 29°C)	👍 Nice: 19°C (feels 20°C)	👍 Nice: 18°C (feels 18°C)	👎 A bit cold: 16°C (feels 16°C)	👍 Perfect: 21°C (feels 21°C)	👍 Perfect: 20°C (feels 21°C)	👎 Hot: 26°C (feels 29°C)	👎 A bit cold: 17°C (feels 17°C)	👍 Perfect: 22°C (feels 22°C)	👎 Too cold: 6°C (feels 5°C)	👍 Perfect: 20°C (feels 20°C)	👎 Too cold: 12°C (feels 13°C)	👍 Perfect: 21°C (feels 21°C)	👎 A bit cold: 17°C (feels 18°C)
💧 Humidity (now)	💧 湿度 (現在)	👎 Comfy: 58%	👍 Comfy: 86%	👍 Comfy: 64%	👍 Comfy: 72%	👎 Damp: 82%	👍 Comfy: 74%	👍 Comfy: 63%	👍 Comfy: 86%	👎 Comfy: 59%	👍 Comfy: 82%	👍 Comfy: 69%	👎 Comfy: 72%	👍 Comfy: 70%	👍 Comfy: 73%	👎 Comfy: 57%
🌬️ Air quality (now)	🌬️ 空気の質 (現在)	👍 Great: 34 US AQI	—	👍 Good: 68 US AQI	👍 Good: 68 US AQI	👍 Great: 38 US AQI	👍 Good: 55 US AQI	👍 Good: 68 US AQI	—	👍 Great: 21 US AQI	👍 Good: 57 US AQI	👍 Great: 46 US AQI	👍 Great: 50 US AQI	👍 Great: 9 US AQI	—	—
🌬️ Air quality (annual)	🌬️ 空気の質 (年間)	👍 Great: 41 US AQI	👍 Great: 31 US AQI	👍 Good: 51 US AQI	👍 Great: 43 US AQI	👍 Good: 61 US AQI	👍 Good: 57 US AQI	👍 Great: 43 US AQI	👍 Great: 26 US AQI	👍 Good: 61 US AQI	👍 Good: 57 US AQI	👍 Great: 46 US AQI	—	👍 Great: 46 US AQI	👍 Good: 64 US AQI	👍 Good: 56 US AQI
🛡️ Safety	🛡️ 安全性	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
🍴 Food safety*	🍴 食品の安全性*	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
👮 Lack of crime*	👮 犯罪の少なさ*	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
🚫 Lack of racism*	🚫 人種差別の少なさ*	Bad	Good	Okay	Good	Okay	Okay	Bad	Good	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay
🎓 Education level*	🎓 教育水準*	High	High	High	High	High	High	High	High	High	High	High	High	High	High	High
⚡ Power grid	⚡ 電力網	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
🌪️ Vulnerability to climate change	🌪️ 気候変動に対する脆弱性	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad
💰 Income level*	💰 所得水準*	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo	Very high: \$3,220 / mo
🗣️ English speaking*	🗣️ 英語圏*	Bad	Okay	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Okay	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad
👤 People density	👤 人口密度	👍 Low density: 4k ppl/km² (1 per 15x15m)	—	—	—	—	👍 Low density: 4k ppl/km² (1 per 16x16m)	👍 Low density: 6k ppl/km² (1 per 13x13m)	—	👍 Low density: 3k ppl/km² (1 per 18x18m)	—	👍 Low density: 5k ppl/km² (1 per 14x14m)	—	—	—	—
🚶 Walkability	🚶 歩きやすさ	Great	Great	Great	Great	Bad	Great	Great	Bad	Great	Great	Great	Great	Okay	Bad	Okay
🚦 Traffic safety*	🚦 交通安全*	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay
✈️ Airline scores*	✈️ 航空会社スコア*	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good
🧳 Lost luggage*	🧳 荷物紛失*	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
🏥 Hospitals	🏥 病院	Great	Good	Good	Great	Good	Good	Great	—	Good	Good	Good	Great	Great	Good	Good
😊 Happiness*	😊 幸福度*	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay
🌃 Nightlife	🌃 ナイトライフ	Great	Good	Bad	Good	Good	Okay	Okay	Good	Okay	Okay	Okay	Okay	Bad	Okay	Okay
📶 Free WiFi in city	📶 市内での無料 WiFi都市	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad
🏢 Places to work from	🏢 仕事ができる場所	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Bad	Great	Great	Great
❄️ A/C or heating	❄️ エアコンまたは暖房	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great	Great
👤 Friendly to foreigners	👤 外国人に優しい	Okay	Great	Okay	Bad	Bad	Bad	Okay	Great	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad
🗣️ Freedom of speech*	🗣️ 言論の自由*	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good	Good
👩 Female friendly	👩 女性に優しい	Good	Great	Good	Good	Good	Good	Okay	Great	Good	Okay	Okay	Good	Okay	Good	Okay
🌈 LGBTQ+ friendly	🌈 LGBTQ+に優しい	Good	Good	Okay	Okay	Okay	Okay	Good	Good	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Okay	Bad
📈 Startup Score	📈 スタートアップスコア	Okay	Okay	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Okay	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad	Bad

巻末資料⑪ 訪日外国人の国籍別宿泊数と訪問した場所

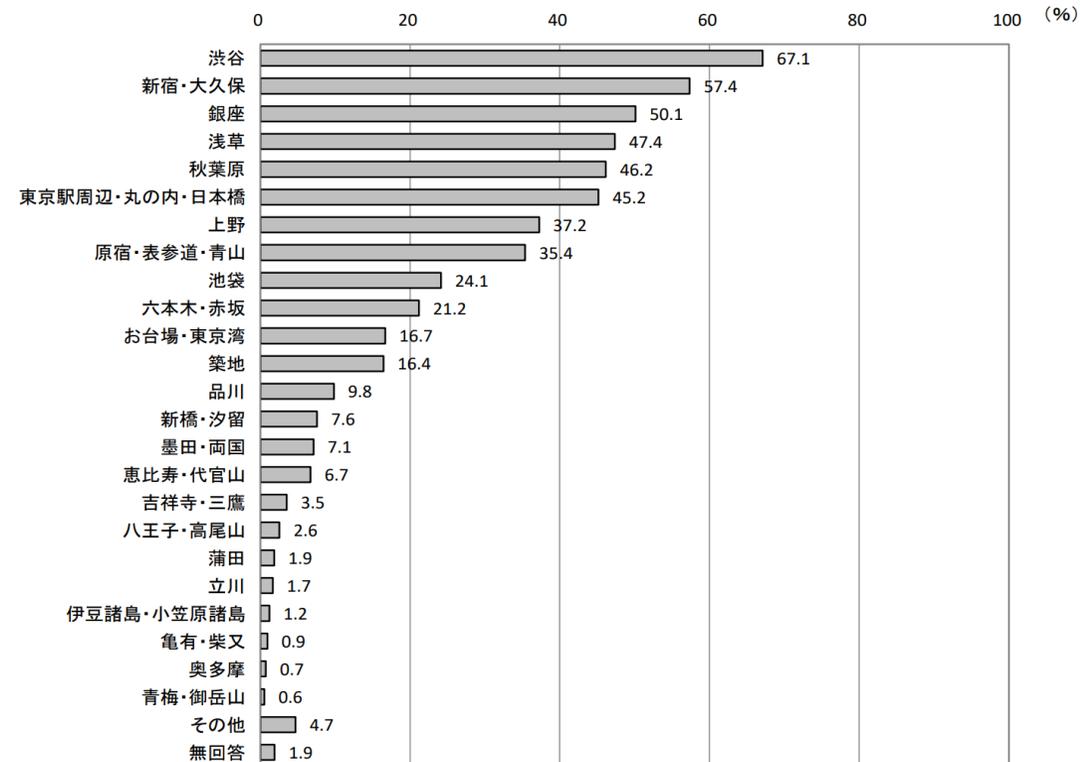
東京に2週間以上の滞在をする外国人は、フランス、ドイツ、(ロシア※)を除き10%未満、また訪問した場所でも郊外訪問は限定的

※ロシアはサンプル数が17と少ないため参考値

訪都における宿泊数



訪問した場所(複数回答)



出典：東京都産業労働局「令和5年国・地域別外国人行動特性調査結果」

出典：東京都産業労働局「令和5年国・地域別外国人行動特性調査結果」

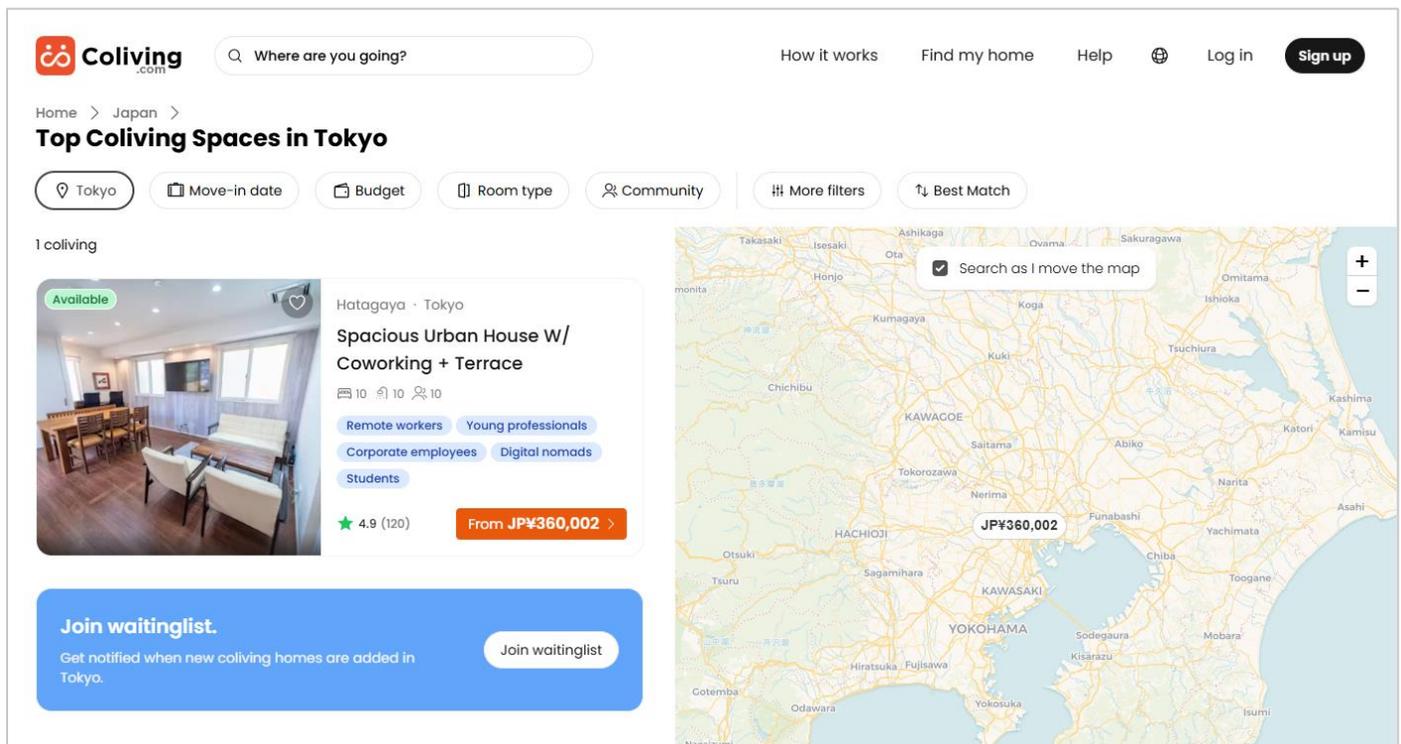
新区分ともいえる「コリビング」の数については、把握ができていない状況で、東京都としても今後実態把握の検討を要する

宿泊旅行統計調査での宿泊施設タイプ(6区分)別外国人延べ宿泊者数

		計	旅館	リゾート ホテル	ビジネス ホテル	シティ ホテル	簡易宿所 (ゲストハウスなど)	会社・団体の宿 泊所
全国	実宿泊者数	650,275,390	81,188,020	75,770,180	311,852,940	103,309,460	35,055,250	5,881,520
	うち外国人	163,598,990	9,202,250	12,712,460	73,793,450	45,784,580	8,377,360	111,860
	%	25.16%	11.33%	16.78%	23.66%	44.32%	23.90%	1.90%
埼玉県	実宿泊者数	5,682,350	388,810	177,610	4,247,160	752,380	84,880	7,050
	うち外国人	234,630	10,430	9,960	158,540	52,060	3,200	240
	%	4.13%	2.68%	5.61%	3.73%	6.92%	3.77%	3.40%
千葉県	実宿泊者数	28,038,600	2,272,550	11,941,860	9,162,510	3,021,660	1,036,400	173,480
	うち外国人	4,400,220	33,050	1,520,720	1,362,770	1,398,920	63,910	2,050
	%	15.69%	1.45%	12.73%	14.87%	46.30%	6.17%	1.18%
東京都	実宿泊者数	110,977,440	1,032,450	887,560	63,452,340	34,329,620	5,568,100	978,440
	うち外国人	57,200,120	262,510	551,920	29,741,070	21,492,380	2,036,580	19,890
	%	51.54%	25.43%	62.18%	46.87%	62.61%	36.58%	2.03%
神奈川県	実宿泊者数	25,300,190	2,331,870	3,232,240	11,438,770	4,367,010	1,318,300	800,980
	うち外国人	4,433,800	512,500	714,340	1,442,640	1,157,270	51,290	5,490
	%	17.52%	21.98%	22.10%	12.61%	26.50%	3.89%	0.69%

出所：観光庁「[宿泊旅行統計調査](#)」(2024年(令和6年)年間値(速報値)集計結果)

コリビングを紹介するウェブサイト「Coliving.com」に掲載されている東京都のコリビングは1件のみ



出所: [Coliving.com](https://coliving.com) (2025年3月14日時点)

掲載施設数

東京	1	ニューヨーク	189
福岡	0	バルセロナ	42
		チェンマイ	4
		ホーチミン	3

参考: Coliving.com利用者数とアクセス元

月間約20万 visits

Country	Traffic Share	Change
United States	20.66%	↑ 29.60%
Spain	12.65%	↑ 36.13%
United Kingdom	7.34%	↑ 11.21%
Japan	6.52%	↑ 82.10%
Italy	4.75%	↓ 21.57%

出所: [SimilarWeb](https://similarweb.com) (2025年2月)

— 本報告書について —

＜作 成＞ **トラベルボイス株式会社**
鶴本 浩司（代表取締役社長）
公益財団法人東京観光財団（総務部企画調査）

＜協 力＞ **株式会社マーケティング・ボイス**
清木 淳子（ディレクター）