

《 注意 》

本データは、東京2020大会延期前に発刊された旧版です。最新版のハンドマップデータは下記よりダウンロードください。

最新版はこちら▼

[https://www.tokyo-
cci.or.jp/page.jsp?id=1024749](https://www.tokyo-cci.or.jp/page.jsp?id=1024749)

公認プログラム

2020交通対策 ハンドマップ

1000万人の
友だちがTOKYOにやってくる！

あなたにできる、企業にできる。
東京2020の交通混雑対策。

2020TDM推進プロジェクト事務局
2020TDM推進プロジェクト・当プロジェクトは、東京都・内閣官房・
東京2020組織委員会が事務局となり、推進しています。

東京商工会議所
The Tokyo Chamber of Commerce and Industry

1000万人の友だちがTOKYOにやってくる

東京オリンピック・パラリンピック競技大会期間中は選手や大会関係者、メディア、観光客等、世界中から約1000万人の人が東京を訪れるため、道路や公共交通機関の深刻な混雑が懸念されています。東京2020大会を機に世界各国から東京を訪れる人々が、スムーズに観戦・観光を楽しんでいただけるよう快適な交通環境を整えることも、私たちにできる“おもてなし”のひとつ。東京2020大会はもうすぐそこ。あなたにできる、企業にできる。東京2020の交通混雑対策をはじめよう。



大会概要	オリンピック	パラリンピック
期間	2020年 7月24日(金)～8月9日(日)	2020年 8月25日(火)～9月6日(日)
競技数	33競技	22競技
来訪者	選手 約11,000人 観客 約780万人 メディア 約28,500人	選手 約4,400人 観客 約230万人 メディア 約7,000人

はじめに 交通対策の必要性

東京2020大会期間中は、交通量の大幅な増加が見込まれ、何も対策をしないと道路や鉄道が混雑し、経済活動に影響を及ぼす恐れがあります。(図1)

交通混雑の影響を最小限に留め、経済活動の停滞を防ぐためには、企業や個人による混雑緩和に向けた取組が欠かせません。東京2020大会の成功に向けて、選手のために、観客のために、東京で生活する私たちのために、快適な交通環境を目指して準備を進めていきましょう。

図1：例えば大会期間中、特に交通対策を行わなかった場合

首都高の渋滞は**2倍**に悪化

1日あたり道路を走る車が約7万台ほど増加する見込み

鉄道利用者が**1割**増加

1日あたり最大約80万人の観光客・観戦客が鉄道を利用

大会期間中の交通対策

1 大会期間中に実施される交通対策

大会期間中は、以下の交通対策の実施が確定しています。

・競技会場周辺の交通対策

・大会ルートの設置

・首都高料金施策(夜間割引・日中時間帯の料金上乘せ)

まずは自社への影響を確認！

交通対策の詳細(P2)
2020交通対策ハンドマップ
裏面マップをご覧ください

2 企業・個人による混雑緩和に向けた取組(TDM)

広く企業や個人が少しずつ協力し、交通量の抑制・分散・平準化をする交通需要マネジメント(TDM)の実施により、削減目標の達成を目指します。

大会期間中の実施目標

※東京都・大会組織委員会により設定

一般交通：大会前交通量の一律10%減をめざす

重点取組地区：出入りする交通量の30%減をめざす

首都高速道路：最大30%減の交通量をめざす

(TDMおよび追加対策等により実現)

自社で取り組める対策を確認！

対策を検討する(P3)
2020アクションプランを
作成する(P4)

3 交通状況に応じた交通対策の実施

大会期間中、当日の交通状況に応じて弾力的な交通対策が実施されます。(高速道路における入口閉鎖・本線料金所の流入調整、一般道における信号調整等)

当日の交通量によって交通対策の程度が変わります。TDMへの協力により、スムーズな交通環境を目指しましょう！

1

1 大会期間中に実施される交通対策

① 競技会場周辺の交通対策

▼詳細はこちら

競技会場周辺の一般道における交通混雑を緩和するため、進入禁止エリアや通行規制エリア、迂回エリアが設けられるほか、大会関係車両専用レーンや優先レーン等が設置されます。

② 大会ルートの設置

▼詳細はこちら

大会ルートとは、選手や大会関係者が競技会場等へ向かうために車で通るルートです。選手村から競技会場等をつなぐ高速道路・一般道に設置されます。

③ 首都高料金施策(夜間割引・日中時間帯の料金上乘せ)

▼詳細はこちら

大会期間中の首都高速道路の流動性を確保するため、下記の期間で夜間割引、ならびに料金上乘せが実施されます。

適用期間：7/20～8/10ならびに8/25～9/6

夜間割引：5割引(0～4時 首都高全線・ETC搭載全車種が対象)※現金車は除く

料金上乘せ：1,000円上乘せ(6～22時首都高都内区間・ETC搭載マイカー等が対象)

※対象外車種/中型車、大型車、特大型車、事業用(小型貨物、タクシー等)、自家用(小型貨物)、障害者等(要事前登録)

※現金車の場合 首都高全線・普通車以下の全車種が対象

2020交通対策ハンドマップを確認！

裏面のマップには、関東近郊に所在する競技会場や交通対策情報等が記載されています。マップを参考に、社業への影響を確認しましょう。

あわせて確認！ 2020TDM推進プロジェクトホームページにてご確認ください。

重点取組地区(16地区)

特に交通への影響が懸念されるエリアとして、新宿や渋谷をはじめとした16地区が、関係当局により「重点取組地区」として設定されています。交通混雑の影響を最小限に留めるために、このエリアに事業所等が所在する企業は特に対策を講じる必要があります。

▼詳細はこちら

TDMハンドブック

大会期間中の交通への影響をはじめ、高速道路や一般道における交通対策・交通規制情報や、それに向けた対策、各社の取組事例、活用できる支援策等について詳細に解説しています。

▼詳細はこちら

本ハンドマップと合わせてご活用ください。

2-1 企業・個人による混雑緩和に向けた取組(TDM)

2020TDM推進プロジェクトでは、以下の取組への協力を企業の皆様をお願いしています。

01.時差出勤

時差出勤制度や、フレックスタイム制度等の活用により、通勤時間をずらし、朝の通勤ラッシュを回避することで、満員電車の混雑緩和を促進します。

例えば…

・会社近くの競技会場で午前中に競技が実施される場合
→ 出勤時間を朝10時に変更し、混雑を回避

・会社近くの競技会場で夕方から競技が実施される場合
→ 出勤時間を朝7時に変更し、16時には退社

活用できる支援策

《無料》大会輸送影響度マップ(鉄道)

大会期間中に発生する交通混雑が鉄道に及ぼす影響について日ごと・時間帯ごとに表示しています。また、会場周辺における観客の徒歩ルート等も日ごと・時間帯ごとに公開しています。

02.テレワーク

テレワークとは、ICT(情報通信技術)を利用し、時間や場所を有効に活用できる柔軟な働き方のことです。在宅勤務やサテライトオフィス勤務に切り替えることで、従業員の通勤ラッシュを回避し、生産性向上を目指します。

活用できる支援策

《無料》ワークスタイル変革コンサルティング(東京都)

都内の中堅・中小企業を対象に、業務改善やICTに関する専門家を最大5回まで無償で派遣し、テレワーク導入に向けた支援を行っています。

はじめてテレワーク(テレワーク導入促進整備補助金/東京都)

東京都が実施するテレワーク導入に向けたコンサルティングを受けた都内の中堅・中小企業等に対して、テレワークをトライアルするための環境構築経費および制度整備費を補助します。

03.夏期休暇

通常であればお盆休みに付与している夏期休暇を大会期間中の混雑が予想されている日に変更したり、有給休暇の取得を促したりすることで、期間中の混雑を回避するとともに、従業員の働き方改革を促進します。

例えば…

・大会期間中の有給休暇取得を奨励する

・通常はお盆休みに取得する夏期休暇を、大会期間中の混雑が予想される期間に変更する

・混雑が予想される期間に一斉休業日を設定する

活用できる支援策

《無料》働き方・休み方改善コンサルタント(厚生労働省)

専門家が事業所に伺い、労働時間や休暇制度の状況を診断した上で、課題解決に向けた具体的な提案や資料の提供等を行います。

04.道路迂回

交通混雑が予想される道路を事前に確認し、迂回ルートを検討することによって、渋滞を回避し快適な交通環境を確保します。

活用できる支援策

《無料》大会輸送影響度マップ(道路)

大会期間中に発生する交通混雑が道路に及ぼす影響について日ごと・時間帯ごとに表示しています。自社や取引先がどのような影響を受けそうか、あるいは影響の少ない時間帯等を確認しましょう。

▲大会輸送影響度マップ(例)

同じ会場でも、日によって実施する競技や時間帯が異なるため、混雑状況も変わってきます。こまめなチェックが大切です。

05.物流軽減

まとめ配送や在庫の調整など、物資の移動について効率化を図ることで、スムーズな物流の実現を目指します。

例えば…

発荷主

まとめ納品・共同配送の実施/パレット・クレート・段ボール規格化への協力/納品時期の調整(大会前後に変更)等

通荷主

まとめ発注・リードタイム(発注間隔)の延長/検品の簡素化への協力/在庫の調整(大会期間中を避けた発注など)/時間指定の変更(昼間オフピークに受取)

物流業者

車両の集積、大型化/積載効率の向上(共同配送、積み荷の確保)/幹線輸送の夜間シフト

活用できる支援策

TDM対応支援助成金(東京都)

TDM実施に伴い、中小企業者が滞りなく事業を継続するための取組について、要件を満たす場合に経費の一部を助成します。

重点的な交通対策の取組が必要な期間

日	月	火	水	木	金	土
7/19	20	21	22	23	24開会式	25
26	27	28	29	30	31	8/1
自転車競技	トライアスロン	トライアスロン				トライアスロン
2	3	4	5	6	7	8
9閉会式	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25開会式	26	27	28	29
トライアスロン	31	9/1	2	3	4	5
6閉会式 マラソン	7	8	9	10	11	12

※記載されている自転車競技・トライアスロン・マラソンは都内路上で競技が開催されます。

3

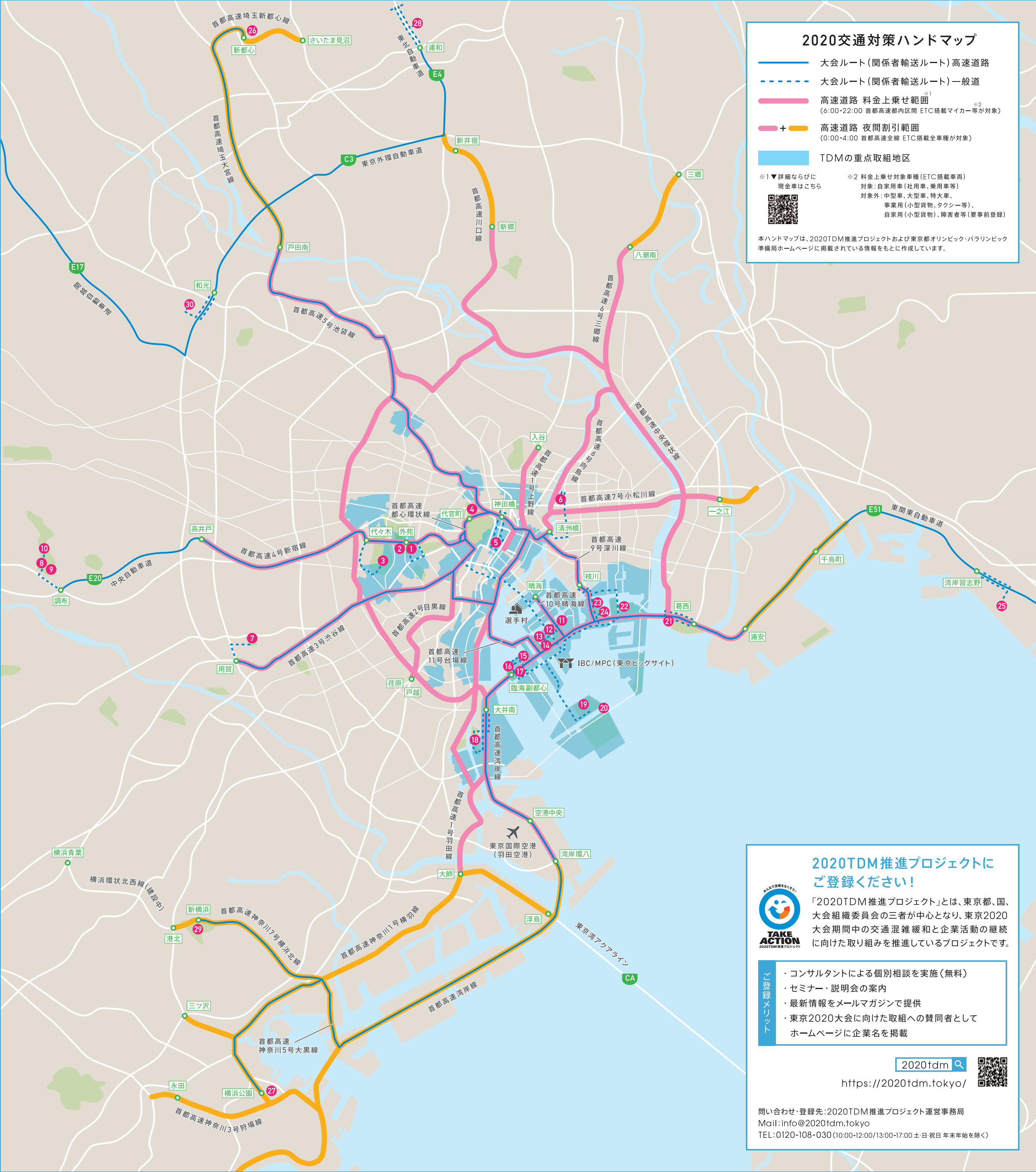
2-2 2020アクションプランを作成する

以下のチェックリストを活用して、オリンピック・パラリンピック期間中に自社で実施できる交通対策の計画を立てましょう。さらに詳しい情報をご希望の方は、TDMハンドブックをご確認ください。

社内への周知を図るとともに取組内容や担当者を決めるなど具体的な行動計画を作成しましょう！

	取組	取組内容	実施対象者	担当部署・担当者
例	☐ 夏期休暇時期の調整	夏期休暇期間をお盆からオリンピック期間に変更	従業員全員	人事部
01.時差出勤	☐ 時差出勤制度の導入			
	☐ フレックスタイム制度の導入			
02.テレワーク	☐ テレワーク制度の導入			
	☐ シェアオフィス・サテライトオフィスの活用			
03.夏期休暇	☐ 一斉休業(特に混雑が予想される期間)			
	☐ 夏期休暇時期の調整			
	☐ 有給休暇の取得奨励			
04.道路迂回	☐ 影響が懸念されるルートを回避した走行ルートの設定			
	☐ 公共交通機関の利用(鉄道、バス)			
	☐ 車通勤の自粛			
05.物流軽減	☐ 納品時期の前倒し、後ろ倒し/在庫の調整			
	☐ 余裕を持った発注への協力(リードタイムの確保)			
	☐ 発注回数の減少(共同配送等)/検品の簡素化			
	☐ 時間指定の変更/早朝・夜間配送への変更			
その他	☐ 会議・打ち合わせ・イベント等の開催時期・場所を変更			

4



2020交通対策ハンドマップ

大会ルート(関係者輸送ルート) 高速道路
大会ルート(関係者輸送ルート) 一般道
高速道路 料金上乗せ範囲
高速道路 夜間割引範囲
TDMの重点取組地区

※1 詳細ならびに現金車はこちら
※2 料金上乗せ対象車種(ETC搭載車両)
対象: 自家用車(社用車、乗用車等)
対象外: 中型車、大型車、特大型車、事業用(小型貨物、タクシー等)、自家用(小型貨物)、障害者等(要事前登録)

本ハンドマップは、2020TDM推進プロジェクトおよび東京都オリンピック・パラリンピック準備局ホームページに掲載されている情報をもとに作成しています。

会場情報一覧				
会場周辺交通対策情報は2次元コードからアクセスしてご確認ください。				
(入) …会場入場時に利用を想定している駅 (退) …会場退場時に利用を想定している駅				
1 オリンピックスタジアム ■ 開会式・閉会式/陸上/サッカー 7/24-8/9(9:00-23:00) ■ 開会式・閉会式/陸上 8/25-9/6(6:30-23:00) ・最大収容人数: 68,000 〈観客利用想定駅〉 青山一丁目駅 外苑前駅 国立競技場駅 信濃町駅 千駄ヶ谷駅 北参道駅	2 東京体育館 ■ 卓球 7/25-8/7(9:00-22:40) ■ 卓球 8/26-9/4(9:00-22:00) ・最大収容人数: 7,000 〈観客利用想定駅〉 国立競技場駅 千駄ヶ谷駅	3 国立代々木競技場 ■ ハンドボール 7/25-8/9(9:00-23:30) ■ 車いすラグビー/バドミントン 8/26-9/6(9:00-22:00) ・最大収容人数: 10,200 〈観客利用想定駅〉 原宿駅 明治神宮前駅	4 日本武道館 ■ 柔道/空手 7/25-8/8(10:00-21:30) ■ 柔道 8/28-8/30(10:30-19:40) ・最大収容人数: 11,000 〈観客利用想定駅〉 九段下駅	5 東京国際フォーラム ■ ウェイトリフティング 7/25-8/5(9:20-22:00) ■ パワーリフティング 8/27-8/31(11:00-20:00) ・最大収容人数: 5,000 〈観客利用想定駅〉 有楽町駅
6 国技館 ■ ボクシング 7/25-8/9(11:00-20:45) ・最大収容人数: 7,300 〈観客利用想定駅〉 両国駅	7 馬事公苑 ■ 馬術 7/25-8/8(8:00-22:45) ■ 馬術 8/27-8/31(15:00-22:35) ・最大収容人数: 9,300 〈観客利用想定駅〉 用賀駅 桜新町駅 経堂駅 千歳船橋駅 上町駅 成城学園前駅(退) ※夜間のみ	8 武蔵野の森総合スポーツプラザ ■ バドミントン/近代五種 7/25-8/6(9:00-23:00) ■ 車いすバスケットボール 8/26-8/30(9:00-22:15) ・最大収容人数: 7,200 〈観客利用想定駅〉 飛田給駅	9 東京スタジアム ■ サッカー/ラグビー/近代五種 7/22-8/8(9:00-22:30) ・最大収容人数: 48,000 〈観客利用想定駅〉 飛田給駅 西調布駅 調布駅 多磨駅 狛江駅 武蔵境駅	10 武蔵野の森公園 ■ 自転車競技 7/27-7/26(11:00-18:15) ・最大収容人数: 規定なし 〈観客利用想定駅〉 多磨駅
11 有明アリーナ ■ バレーボール 7/25-8/9(9:00-23:45) ■ 車いすバスケットボール 8/27-9/6(9:00-22:15) ・最大収容人数: 15,000 〈観客利用想定駅〉 豊洲駅 新豊洲駅 東雲駅(退) 国際展示場駅(退)	12 有明体操競技場 ■ 体操 7/25-8/9(9:30-22:00) ■ ボッチャ 8/29-9/5(9:30-21:05) ・最大収容人数: 12,000 〈観客利用想定駅〉 有明テニスの森駅	13 有明アーバンスポーツパーク ■ 自転車競技/スケートボード 7/26-8/6(9:00-13:55) ・最大収容人数: 7,000 〈観客利用想定駅〉 国際展示場駅 有明テニスの森駅	14 有明テニスの森 ■ テニス 7/25-8/2(11:00-20:00) ■ 車いすテニス 8/28-9/5(11:00-20:00) ・最大収容人数: 19,900 〈観客利用想定駅〉 国際展示場駅	15 お台場海浜公園 ■ 水泳/トライアスロン 7/27-8/6(6:30-10:00) ■ トライアスロン 8/29-8/30(6:30-11:10) ・最大収容人数: 5,500 〈観客利用想定駅〉 東京テレポート駅 台場駅(入) お台場海浜公園駅(退)
16 潮風公園 ■ バレーボール 7/25-8/8(9:00-22:50) ・最大収容人数: 12,000 〈観客利用想定駅〉 東京テレポート駅 台場駅	17 青海アーバンスポーツパーク ■ バスケットボール/スポーツクライミング 7/25-8/7(10:15-23:25) ■ 5人制サッカー 8/30-9/5(9:00-21:00) ・最大収容人数: 8,400 〈観客利用想定駅〉 東京テレポート駅	18 大井 Hockey 競技場 ■ ホッケー 7/25-8/7(9:30-22:45) ・最大収容人数: 15,000 〈観客利用想定駅〉 大井競馬場前駅 立会川駅	19 海の森クロスカントリーコース ■ 馬術 8/2(8:30-11:55) ・最大収容人数: 16,000 〈観客利用想定駅〉 東京テレポート駅 新木場駅	20 海の森水上競技場 ■ カヌー/ボート 7/24-8/8(8:30-13:15) ■ カヌー/ボート 8/28-9/5(9:30-12:30) ・最大収容人数: 16,000 〈観客利用想定駅〉 東京テレポート駅 新木場駅
21 カヌー・スラロームセンター ■ カヌー 7/26-7/31(13:00-17:00) ・最大収容人数: 7,500 〈観客利用想定駅〉 葛西臨海公園駅	22 夢の島公園アーチェリー場 ■ アーチェリー 7/24-8/1(9:00-19:55) ■ アーチェリー 8/28-9/5(9:00-21:25) ・最大収容人数: 5,600 〈観客利用想定駅〉 新木場駅	23 東京アクアティクスセンター ■ 水泳 7/25-8/8(10:00-21:30) ■ 水泳 8/26-9/4(9:00-21:05) ・最大収容人数: 15,000 〈観客利用想定駅〉 辰巳駅 潮見駅	24 東京辰巳国際水泳場 ■ 水泳 7/25-8/9(9:30-21:00) ・最大収容人数: 4,700 〈観客利用想定駅〉 辰巳駅(入) 潮見駅(入) 新木場駅(退)	25 幕張メッセ Aホール ■ レスリング/テコンドー 7/25-8/8(10:00-22:40) ■ シットイングバレーボール 8/28-9/6(10:00-22:00) ・最大収容人数: 10,000 Bホール ■ フェンシング 7/25-8/2(9:00-22:20) ■ 車いすフェンシング/テコンドー 8/26-9/5(9:00-22:10) ・最大収容人数: 8,000 Cホール ■ ゴールボール 8/26-9/4(9:00-21:55) ・最大収容人数: 5,500 〈観客利用想定駅〉 海浜幕張駅
26 さいたまスーパーアリーナ ■ バスケットボール 7/26-8/9(10:00-23:00) ・最大収容人数: 21,000 〈観客利用想定駅〉 さいたま新都心駅 北与野駅	27 横浜スタジアム ■ 野球/ソフトボール 7/25-8/8(10:00-22:30) ・最大収容人数: 35,000 〈観客利用想定駅〉 関内駅 日本大通り駅	28 埼玉スタジアム2002 ■ サッカー 7/25-8/7(17:00-23:00) ・最大収容人数: 64,000 〈観客利用想定駅〉 浦和美園駅 浦和駅 北越谷駅 東浦和駅	29 横浜国際総合競技場 ■ サッカー 7/23-8/8(17:30-23:30) ・最大収容人数: 72,000 〈観客利用想定駅〉 小机駅 新横浜駅	● 地図外競技会場(10会場) 釣ヶ崎海岸サーフィンビーチ (千葉県長生郡) 霞ヶ関カンツリー倶楽部 (埼玉県川越市) 江の島ヨットハーバー (神奈川県藤沢市) 伊豆ペロドローム (静岡県伊豆市) 伊豆MTBコース (静岡県伊豆市) 富士スピードウェイ (静岡県駿東郡) 福島あづま球場 (福島県福島市) 札幌ドーム (北海道札幌市) 宮城スタジアム (宮城県宮城郡) 茨城カシマスタジアム (茨城県鹿嶋市)
30 陸上自衛隊朝霞訓練場 ■ 射撃 7/25-8/3(8:30-18:00) ■ 射撃 8/31-9/6(8:30-16:45) ・最大収容人数: 3,200 〈観客利用想定駅〉 朝霞駅 和光市駅 光が丘駅	● その他 選手村 IBC/MPC (東京ビッグサイト)	詳細はこちら▶		

2020TDM推進プロジェクトにご登録ください!

「2020TDM推進プロジェクト」とは、東京都、国、大会組織委員会の三者が中心となり、東京2020大会期間中の交通混雑緩和と企業活動の継続に向けた取り組みを推進しているプロジェクトです。

・コンサルタントによる個別相談を実施(無料)
・セミナー・説明会の案内
・最新情報をメールマガジンで提供
・東京2020大会に向けた取組への賛同者としてホームページに企業名を掲載

2020tdm
https://2020tdm.tokyo/

問い合わせ・登録先: 2020TDM推進プロジェクト運営事務局
Mail: info@2020tdm.tokyo
TEL: 0120-108-030(10:00-12:00/13:00-17:00 土日・祝日・年末年始を除く)