＼通常の通勤定期券よりおトク!／

よくわかる

オフピーク定期券

導入をご検討の企業のみなさまへ

2026年3月現在

JR東日本

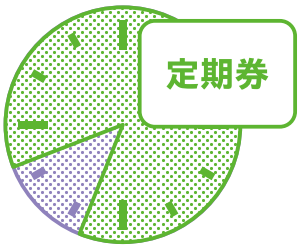
オフピーク定期券

オフピーク定期券とは

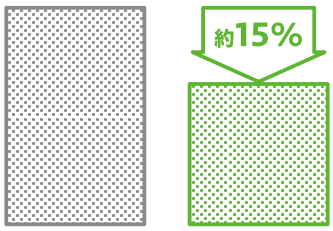
平日朝のピーク時間帯以外にいつでもご利用いただける、
通常の通勤定期券より割安な新しい定期券です。

※平日夕方のピーク、土休日もご利用になれます。

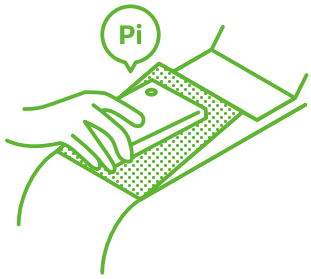
オフピーク定期券



平日朝の
ピーク時間帯以外は、
定期券としてご利用可能



通常の通勤定期運賃より
約15%割安



ピーク時間帯は、
入場時に判定します。

※ピーク時間帯にご利用の際は、IC普通運賃が必要です。(チャージ残額から精算します。)
※ピーク時間帯は、入場駅によって異なります。

対象券種：モバイルSuica・Suica

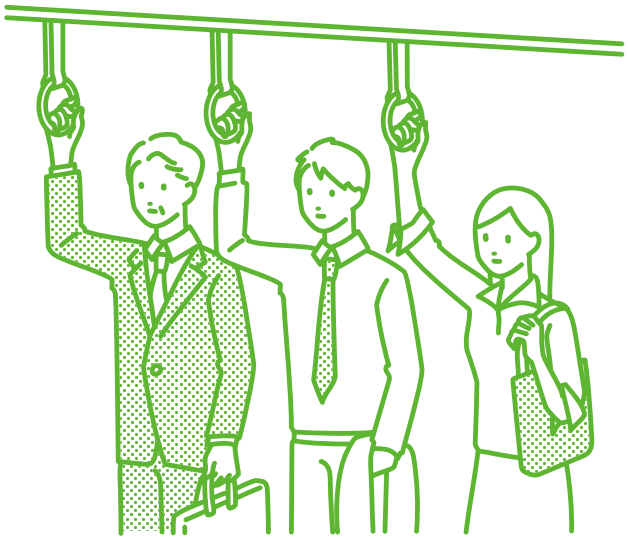
TOPICS

✓ JRE POINT付与でさらにおトクに

オフピーク定期券を購入すると、購入金額の10%分のJRE POINTが付与されます。
付与条件等詳細は、オフピーク定期券WEBサイトをご覧ください。

※2026年3月14日購入分から2027年3月31日購入分が対象です。
※JR東日本区間のオフピーク定期運賃が対象です。
※ポイントを受け取るにはJRE POINT WEBサイトに対象となるSuicaの登録とエントリーが必要です。定期券の有効開始月の末日までに完了してください。

オフピーク定期券



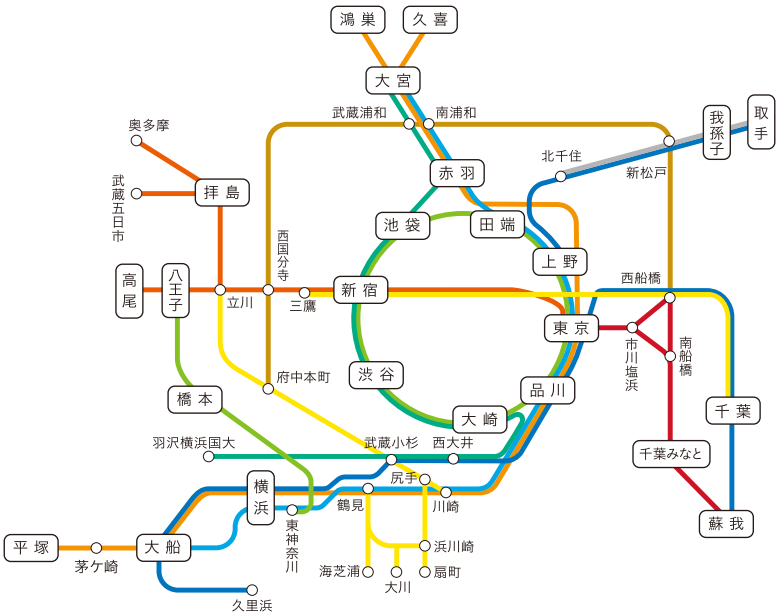
オフピーク定期運賃の適用区間について

下図の対象エリア内のみをご利用の場合、オフピーク定期運賃が適用となります。

※発着駅が対象エリア内であっても経路が対象エリア外の場合、オフピーク定期券として発売いたしません。

JR線と私鉄・地下鉄線にまたがるSuica通勤定期券（連絡定期券）で、
JR線が対象エリア内のみをご利用の場合、オフピーク定期券の発売が可能です。
ただし、オフピーク定期運賃はJR線のみ適用になります。

対象エリア



ピーク時間帯

ピーク時間帯は、平日朝の通勤時間に設定し、各駅によって異なります。ピーク時間帯は、線区や駅ごと、時間ごとのお客さまのご利用状況を踏まえて設定しております。

主な駅のピーク時間帯

横浜	7:00 ～ 8:30
大宮	6:45 ～ 8:15
立川	6:45 ～ 8:15
船橋	6:55 ～ 8:25
新宿	7:30 ～ 9:00
渋谷	7:20 ～ 8:50

各駅のピーク時間帯は特設サイトにてご確認いただけます。
※他社線でもピーク時間帯を設定する駅がございます。

詳しくは、オフピーク定期券WEBサイトをご確認ください

オフピーク定期券 ピーク時間帯

https://www.jreast.co.jp/offpeak_teiki/peak_time_search/

〔導入メリット1〕

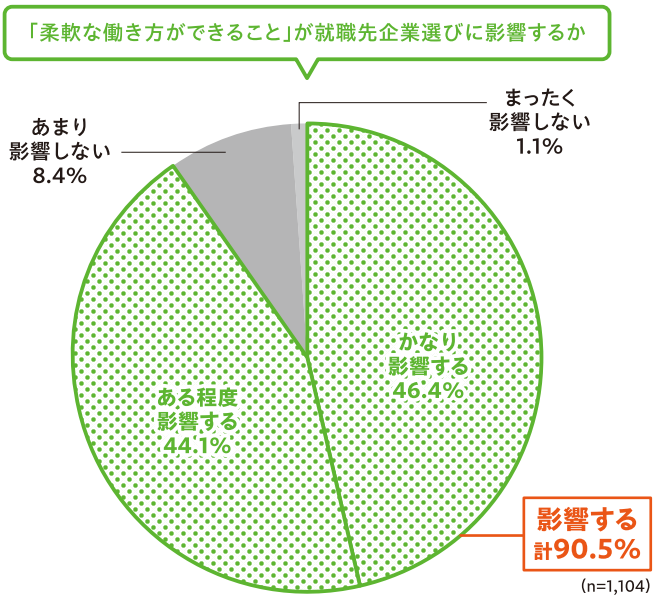
採用競争力の強化

多くの働き手が柔軟な働き方への対応を重視しており、
企業がオフピーク通勤を後押しすることで採用市場における競争力強化につながります。

オフピーク定期券の導入を、時差出勤制度推進の一例として対外的にアピールすることで、採用場面での競争力の強化にもつながります。

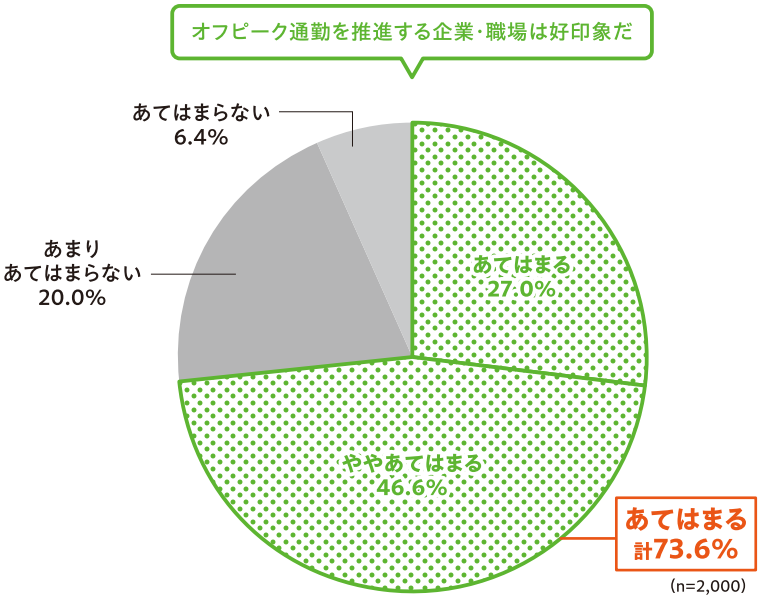
株式会社ディスコの調査では、就活生の9割が「柔軟な働き方ができること」が就職先選びに影響すると回答しています。

2022年1月 株式会社ディスコ「キャリタス就活2023 学生モニター調査」より
※2023年3月に卒業予定の大学3年生（理系は大学院修士課程1年生含む）が対象



オフピーク定期券導入により、オフピーク通勤を推進している企業として企業イメージの向上につながります。

2023年8月 オフピーク定期券非購入者を対象とした当社実施のアンケート調査より



〔導入メリット 2〕

従業員エンゲージメントの向上

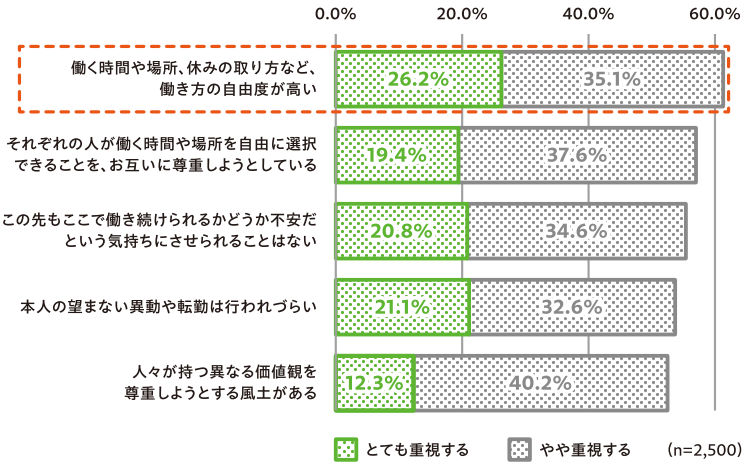
ピーク時間帯の混雑を避けた通勤の実現で、混雑に起因する従業員の負担が軽減されます。
従業員が安心・快適に通勤することにより、労働意欲の向上に寄与します。

オフピーク定期券の導入により、社内で「ピーク時間を避けた出社」を選択しやすい環境が整うと、働き方の自由度が高まり従業員満足度向上につながります。

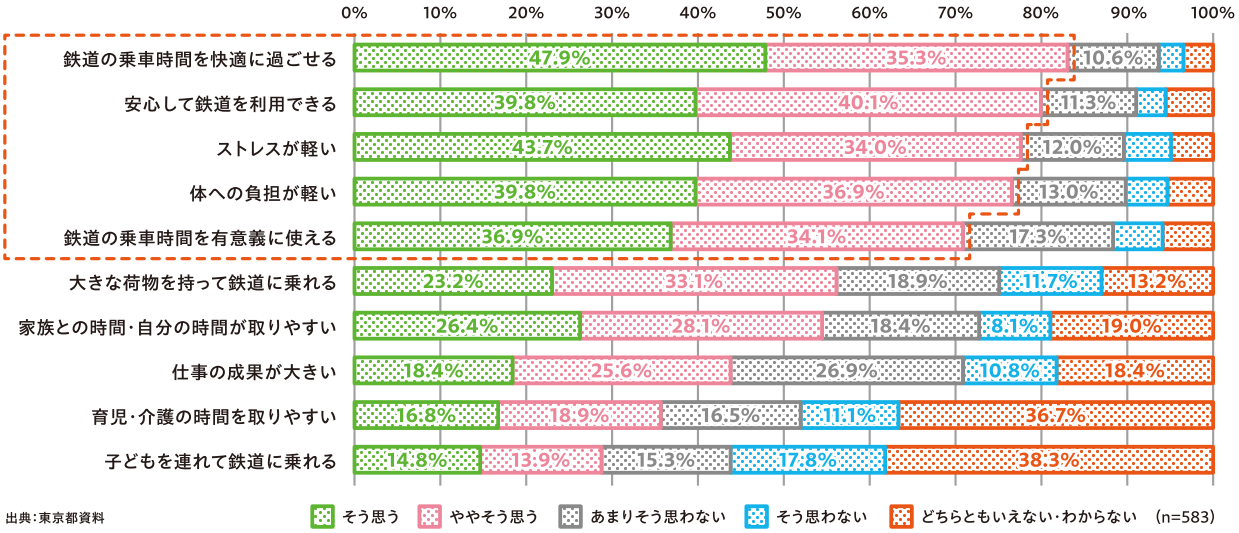
リクルートワークス研究所の調査では、働く個人が仕事や職場で重視することのトップは「働く時間や場所、休みの取り方など働き方の自由度が高い」。次いで高いのが「それぞれの人が働く時間や場所を自由に選択できることをお互いに尊重しようとしている」であり、働き方の自由度への関心の高さがうかがえます。

2021年2月 リクルートワークス研究所「人事と組織の未来に関する意識調査」より
※20-59歳の正社員・パート/アルバイト・契約社員として組織で働く個人が対象
※27の調査項目のうち「重視する計」のスコアが高い上位5項目を抜粋

働く個人が仕事や職場で重視すること



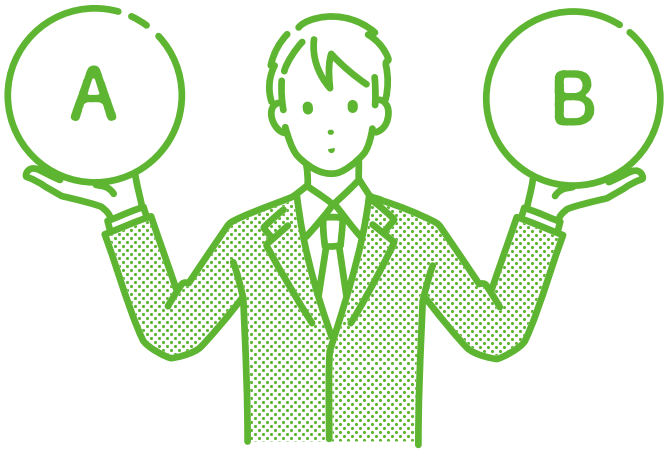
オフピーク通勤による個人のメリット



出典：東京都資料

〔導入メリット3〕

通勤手当を抑制し、経費削減に貢献



オフピーク定期券の運賃は、通常の通勤定期券より約15%割安となるため、通勤手当を抑制し、会社の経費削減につながります。

例えば、対象エリアの定期券を所持している社員数が200名の企業で、
JR区間の6カ月の通常の通勤定期運賃が1人平均79,650円の場合

オフピーク定期券
6カ月定期運賃 1人あたり **11,950円** 減

▶ 全社員では、
年間約5,000,000円の
コスト減

定期券区間のピーク時間帯利用が月3～4回程度であれば
オフピーク定期券の方が割安です。

※オフピーク定期券は、定期券区間であっても、ピーク時間帯に利用をすると定期券は無効となり、別途IC普通運賃が必要となります。

オフピーク定期券導入後

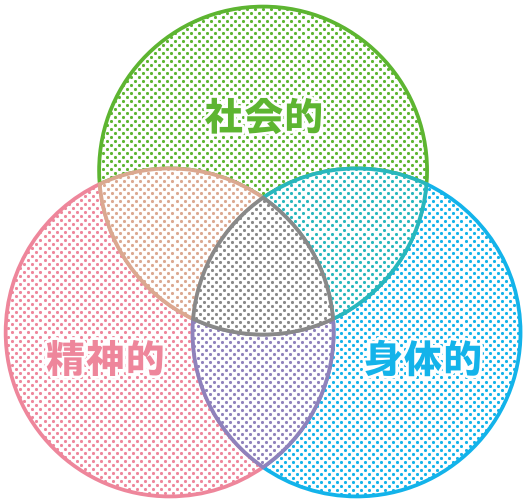
オフピーク定期券	通常の通勤定期券
（6カ月）**67,700円**	（6カ月）**79,650円**

この場合、6カ月の定期運賃はオフピーク定期券の方が**11,950円安く**、ピーク時間帯に立川駅→新宿駅を利用することがあっても、月3～4回（22回/6カ月）までならオフピーク定期券の方が割安です。

導入における効果と事例

オフピーク定期券の導入

「混雑緩和」の推進　**「働き方改革」の推進**



well-being

心も体も健康的になる「ウェルビーイング」な社会づくりに貢献していくとともに、従業員の自分らしい働き方と会社の生産性向上を後押しし、従業員と企業のwin-winな関係の実現を目指していきます。

導入事例

社員にオフピーク定期券の購入を認めている企業の主な導入事例

※当社ヒアリングまとめ

	切替対象者	オフピーク定期券購入者の通勤手当の支給方法	業務でピーク時間帯に利用する場合	記事
事例 A	本社および人事・経理部門勤務者のうち、対象エリア内の通勤定期券所持者	**オフピーク定期券代**を支給	会社負担	育児・介護・その他の事情により切替不可能な場合は除外
事例 B	対象エリア内の通勤定期券所持者	**通常の通勤定期券代**を支給	自己負担	切替可能な場合は従業員の判断で購入することを認めている
事例 C	対象エリア内の通勤定期券所持者、かつ、ピーク時間帯出勤が月3回程度にとどまることが見込まれる社員	**通常の通勤定期券代**を支給	会社負担	対象者にアンケートを実施し、利用可能者から切替

※上記事例は、導入企業が自社の業種・業態および勤務制度などをふまえ、関係箇所に照会した結果によるものです。そのため導入においては、「就業規則」、「賃金規定」、「通勤手当規定」等をご確認いただき、ご担当の社労士や所管の税務署等にご相談いただきますようお願い申し上げます。

オフピーク定期券

JR東日本

お問い合わせ先

企業様向けオフピーク定期券お問い合わせ窓口

offpeakteiki@jreast.co.jp

オフピーク定期券の導入を検討される企業様専用の問い合わせ窓口となります。
その他のお問い合わせはご遠慮下さいますようお願い致します。

※頂いたお問い合わせには、順次回答させていただきます。※お問い合わせ内容によっては、回答までにお時間を頂戴する場合や回答できない場合がございます。予めご了承ください。

※ 本資料の記事・写真等の無断転載、複写、複製を禁じます。