ver.2.0

なるほど!

公共交通から見た中野

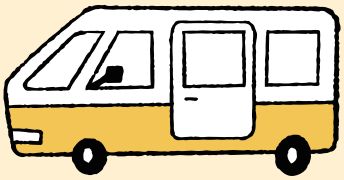
約10%
減少

外出人口
（中野区）



約91%
満足度

交通の便
（中野区）



約30%
不足

バス運転士
（全国）

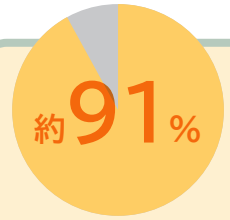


中野区公共交通ガイド

令和8(2026)年版

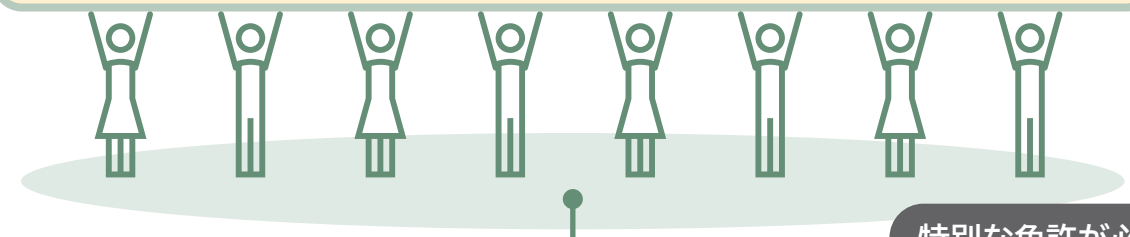
1 表紙の数字

出典：2025中野区区民意識・実態調査（N=1,105）



交通の便：満足・概ね満足の回答率（中野区民）

公共交通は、みんなが支える移動手段です。



特別な免許が必要！

区民の公共交通利用

が支えていますが…





平成20～30年で、外出する区民が約10%減っています。

出典：東京都市圏パーソントリップ調査（H20,H30）

公共交通の利用が減少すると、支える力が弱まるため、減便や路線が廃止する可能性が高まります。

運転士の安全な運転

が支えていますが…

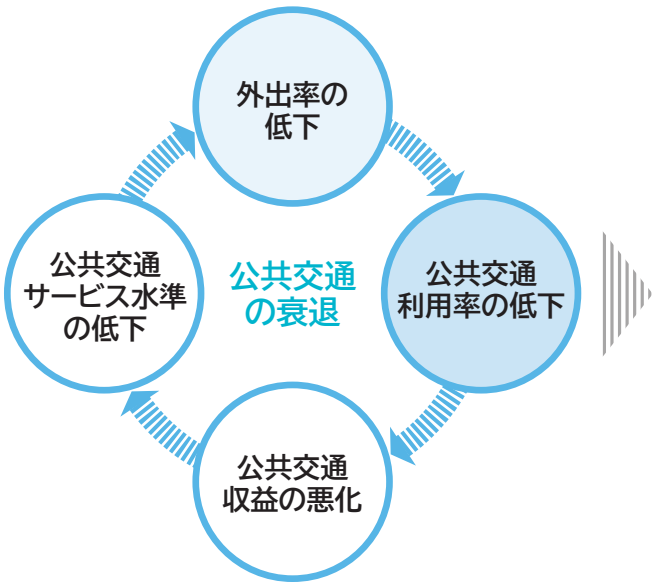


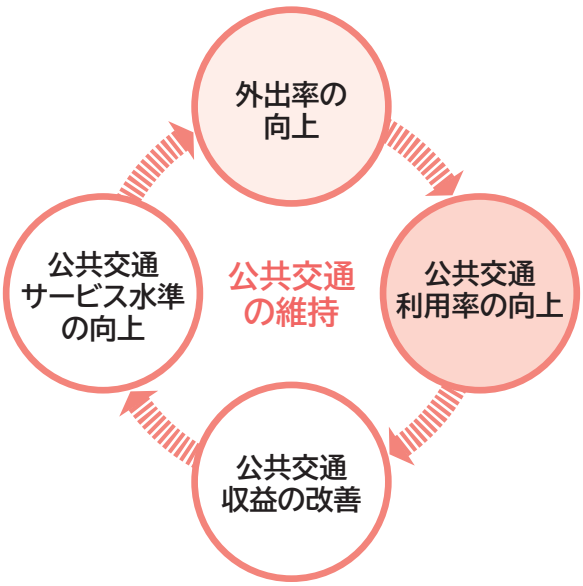


2030年度に、全国でバス運転士が約30%不足すると予測されています。

出典：公益社団法人日本バス協会資料

バス運転士の平均年齢は、56.0歳（令和7年交通白書）で、新規採用が見込めないと、今のサービスを維持することが困難になります。



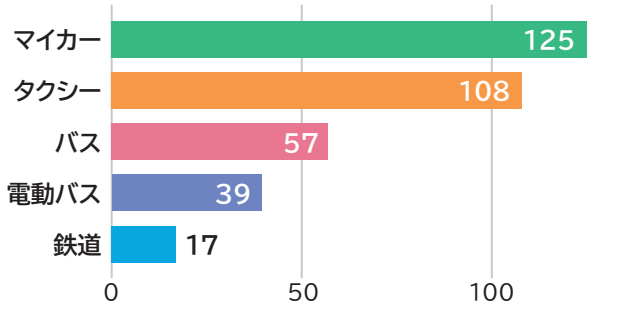


公共交通の利用が減ると事業者の収益が悪化し、サービスが低下することで、さらに利用が減るという悪循環を招きます。お出かけの機会を増やし、公共交通を維持していきましょう。

2 公共交通のメリット

環境にやさしい

輸送量あたりの二酸化炭素の排出量（令和6年度）



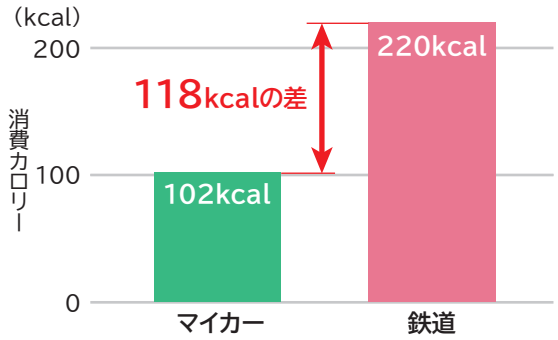
1人が1km移動する際に排出されるCO₂の量（g-CO₂/人km）

バスはマイカーより約46%のCO₂削減が可能に！

出典：令和8年版交通政策白書（国土交通省）などにより作成

健康によい

移動に伴う消費カロリー比較

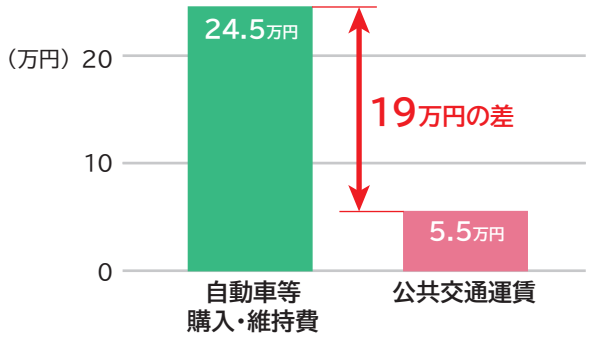


15km離れた地点への移動での消費カロリーを比較すると…

出典：日本モビリティ・マネジメント会議より作成

家計にやさしい

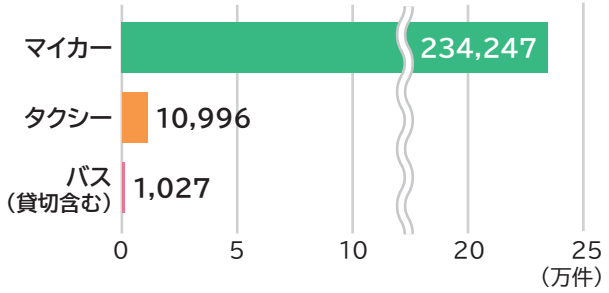
1年間の1世帯あたりの自動車等購入・維持費と公共交通運賃の比較（令和7年・全国）



出典：令和8年版交通政策白書（国土交通省）より作成

事故の確率が減少

交通事故件数（令和6年・全国）

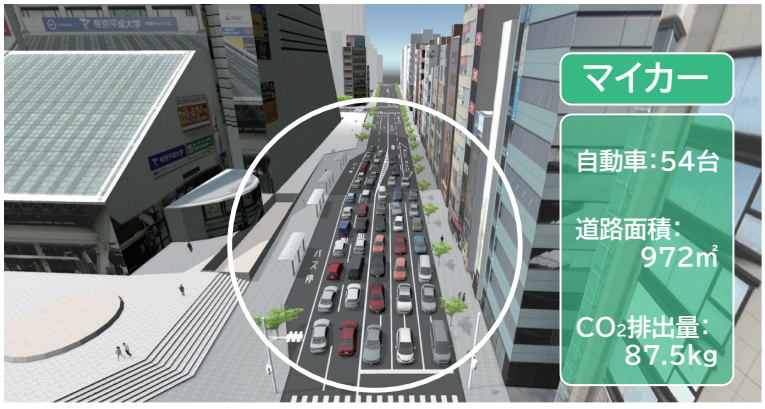


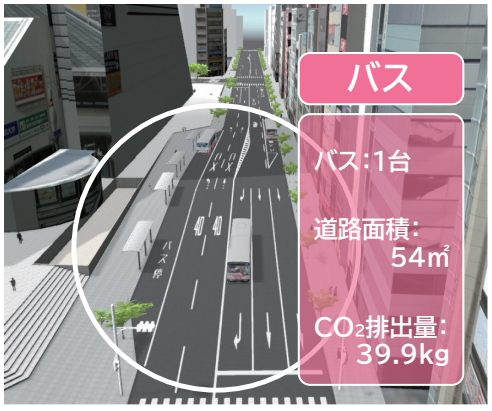
マイカーを毎年1万キロ、50年間利用し続けると、3分の2がケガを伴う事故を起こしてしまう！

出典：事業用自動車の交通事故統計 令和6年版（国土交通省）

渋滞の緩和に効果あり！

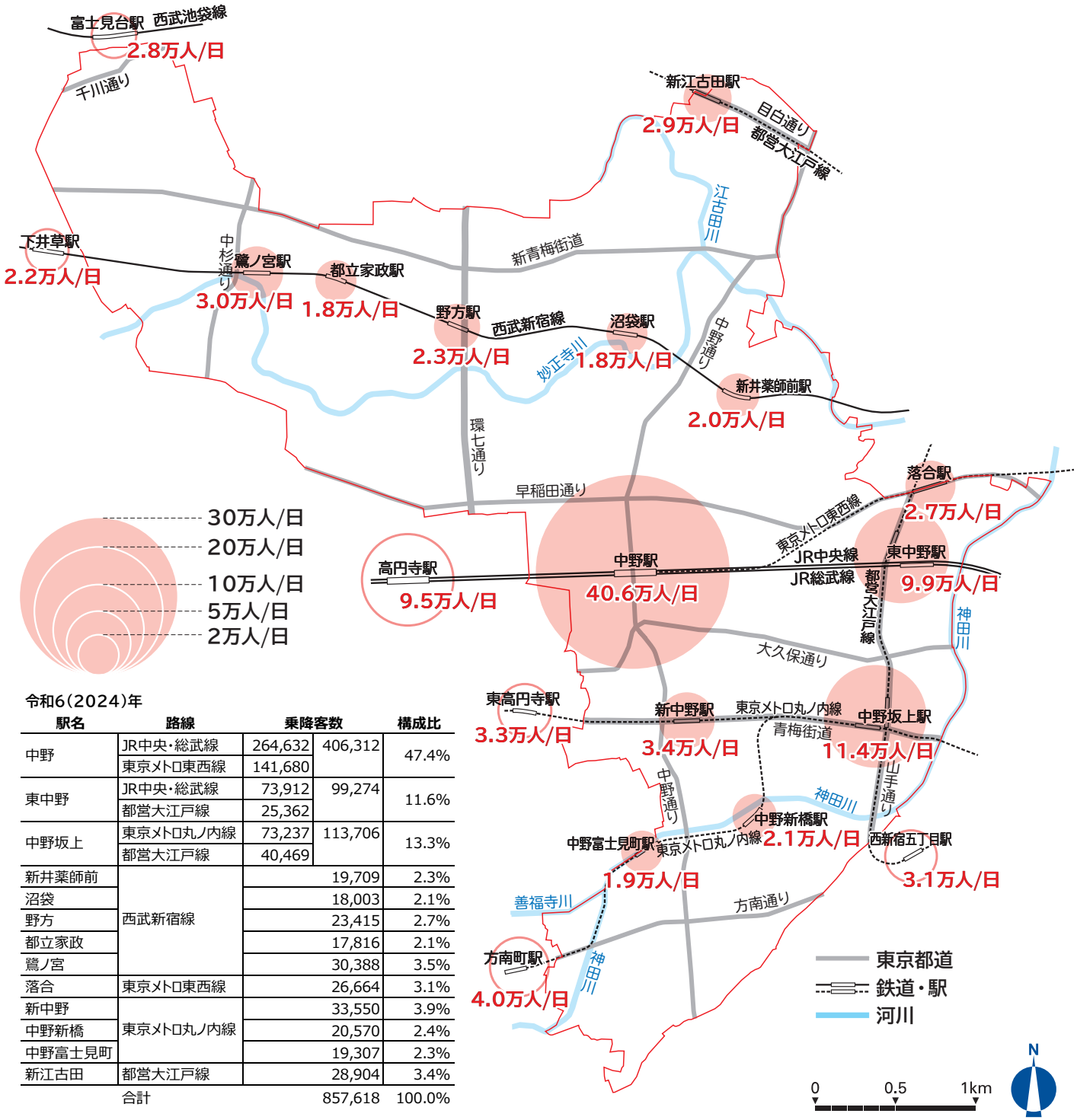
大型路線バス1台（乗車人数70人）とその人数をマイカー（平均乗車人数1.3人）に換算した台数54台で、使用される道路の面積やCO₂排出量を比較





※CO₂排出量は10km移動する際の排出量

3 中野区の鉄道



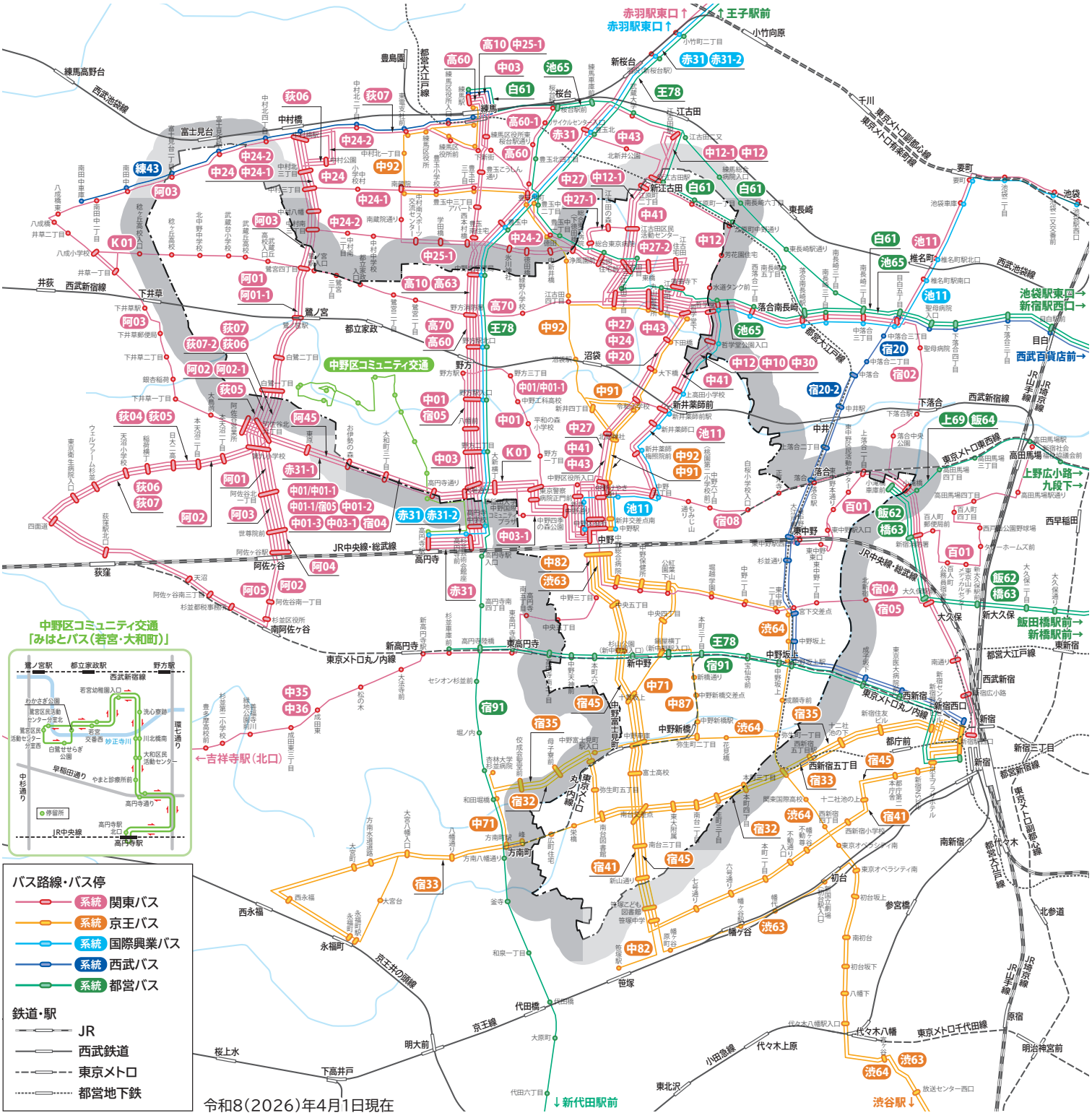
令和6(2024)年

駅名	路線	乗降客数		構成比
中野	JR中央・総武線	264,632	406,312	47.4%
	東京メトロ東西線	141,680		
東中野	JR中央・総武線	73,912	99,274	11.6%
	都営大江戸線	25,362		
中野坂上	東京メトロ丸ノ内線	73,237	113,706	13.3%
	都営大江戸線	40,469		
新井薬師前	西武新宿線		19,709	2.3%
沼袋			18,003	2.1%
野方			23,415	2.7%
都立家政			17,816	2.1%
鷺ノ宮			30,388	3.5%
落合	東京メトロ東西線		26,664	3.1%
新中野	東京メトロ丸ノ内線		33,550	3.9%
中野新橋			20,570	2.4%
中野富士見町			19,307	2.3%
新江古田	都営大江戸線		28,904	3.4%
	合計		857,618	100.0%

■区内には東西方向に西武新宿線、JR中央・総武線、東京メトロ東西線・丸ノ内線・丸ノ内方南支線、南北方向に都営大江戸線が通っています。

■区内での鉄道利用者の半数近くが中野駅を利用しています。次いで中野坂上駅、東中野駅となっており、この3駅で乗降客数全体の7割を占めています。

4 中野区の路線バス

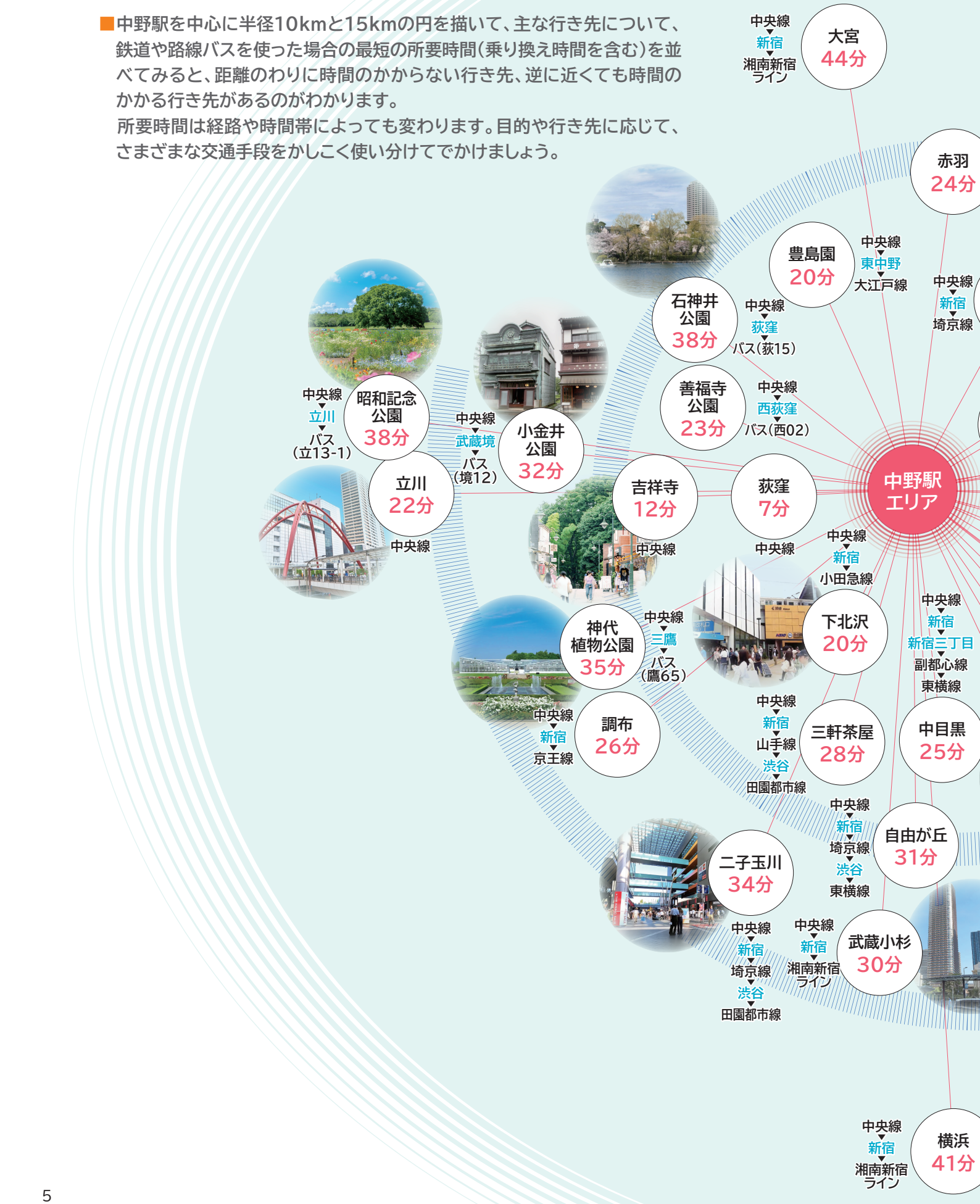


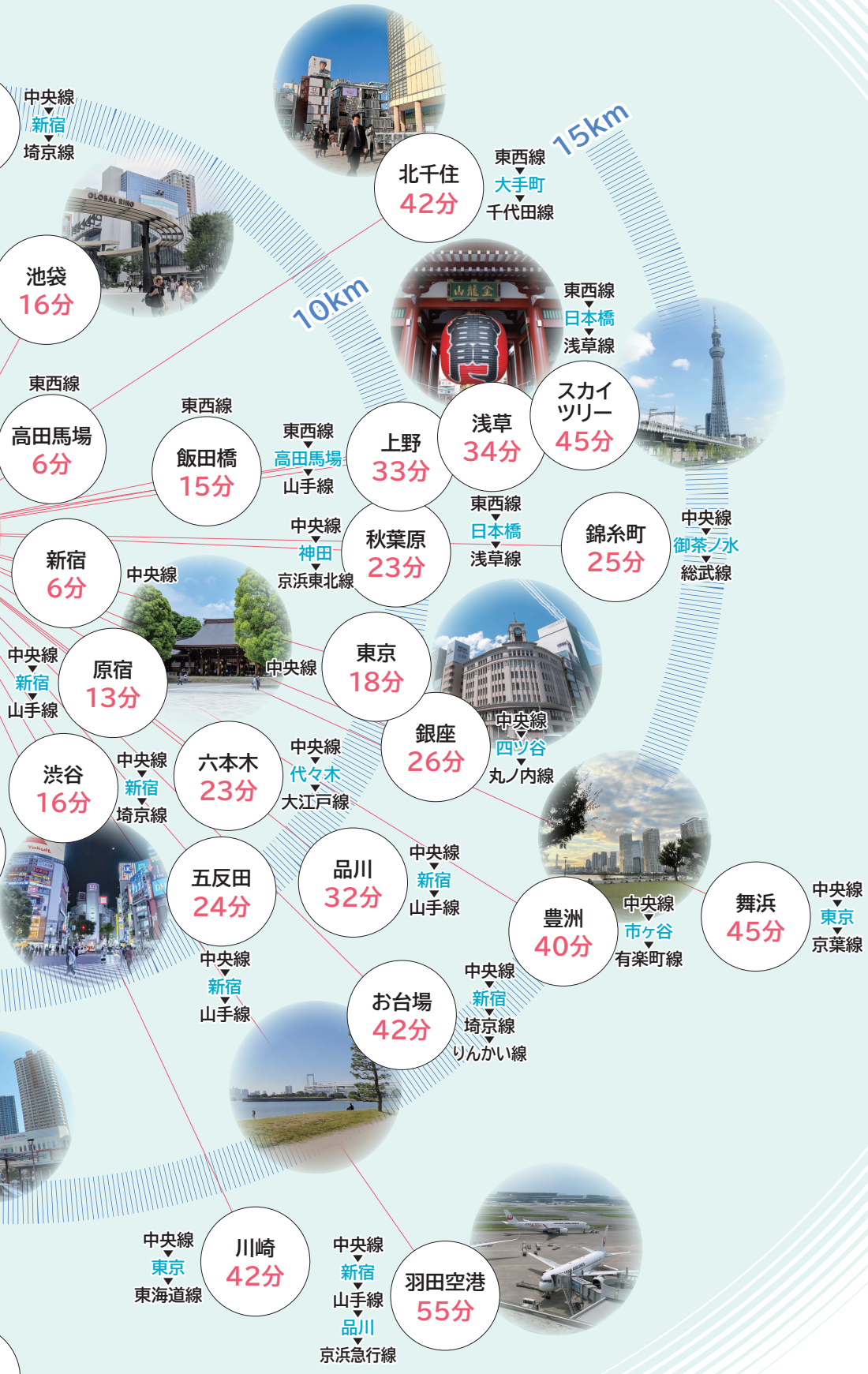
令和8（2026）年4月1日現在

■路線バスは大量輸送が可能で、主に鉄道駅や主要施設等をネットワークしています。
■区内には5社が路線バスを運行しており、それぞれの系統で運行していますが、よくみると東西方向に発達した鉄道をフォローするように、南北方向の系統が多くなっています。

5 区外へのおでかけ

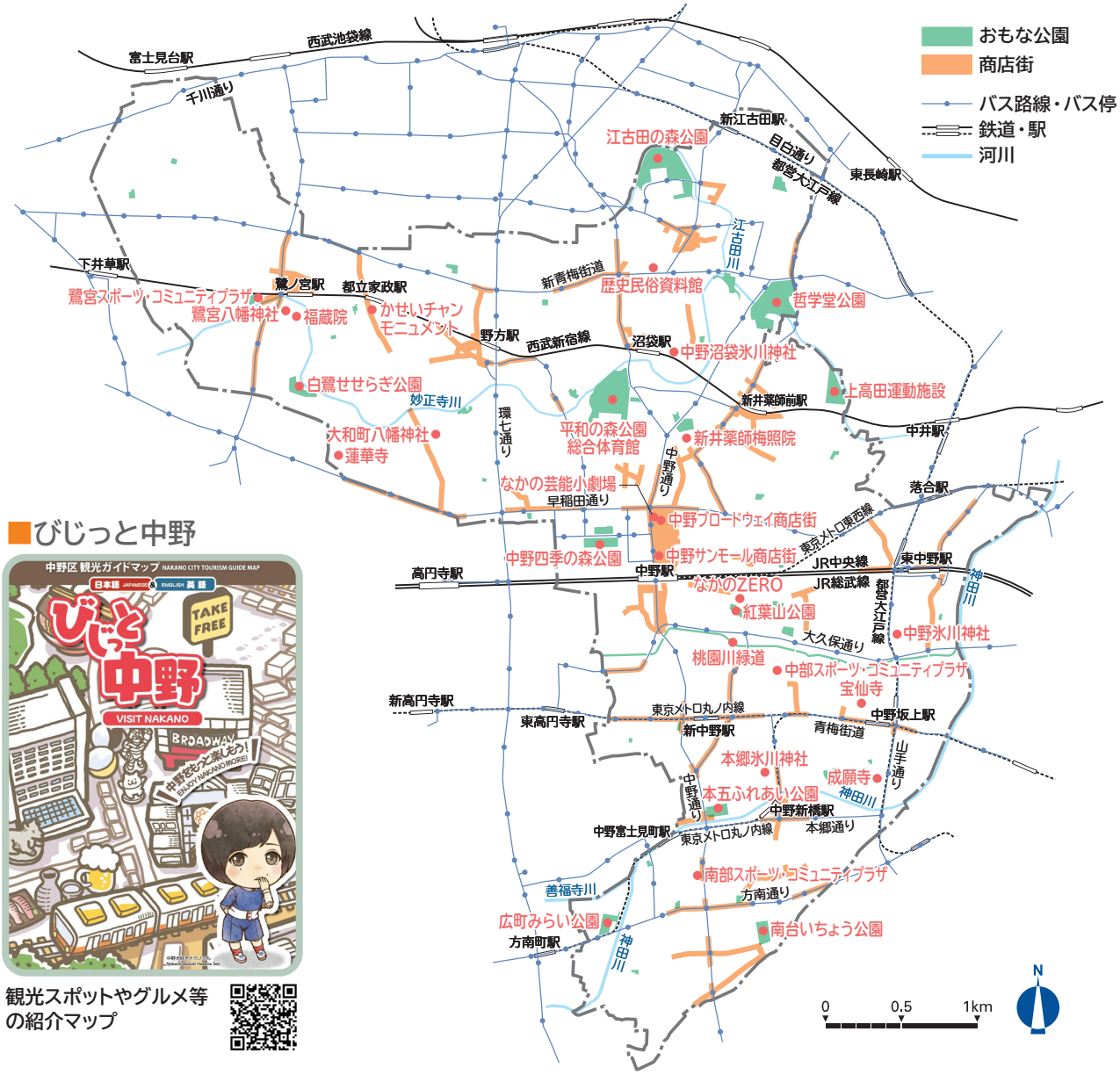
■中野駅を中心に半径10kmと15kmの円を描いて、主な行き先について、鉄道や路線バスを使った場合の最短の所要時間（乗り換え時間を含む）を並べてみると、距離のわりに時間のかからない行き先、逆に近くても時間のかかる行き先があるのがわかります。
所要時間は経路や時間帯によっても変わります。目的や行き先に応じて、さまざまな交通手段をかしこく使い分けてでかけましょう。




15km
10km
北千住
42分
東西線
大手町
千代田線
池袋
16分
中央線
新宿
埼京線
東西線
日本橋
浅草線
スカイツリー
45分
浅草
34分
上野
33分
東西線
高田馬場
山手線
飯田橋
15分
東西線
高田馬場
6分
東西線
中央線
神田
京浜東北線
秋葉原
23分
東西線
日本橋
浅草線
錦糸町
25分
中央線
御茶ノ水
総武線
新宿
6分
中央線
東京
18分
中央線
原宿
13分
中央線
新宿
山手線
中央線
四ツ谷
丸ノ内線
銀座
26分
中央線
代々木
大江戸線
六本木
23分
渋谷
16分
中央線
新宿
埼京線
中央線
新宿
山手線
品川
32分
五反田
24分
中央線
市ヶ谷
有楽町線
豊洲
40分
舞浜
45分
中央線
東京
京葉線
中央線
新宿
埼京線
りんかい線
お台場
42分
中央線
新宿
山手線
品川
京浜急行線
羽田空港
55分
中央線
東京
東海道線
川崎
42分

6 区内へのおでかけ案内

■鉄道と路線バスを組み合わせるとおでかけ先の範囲が広がり、でかけるきっかけや目的も広がります。



■びじっと中野

観光スポットやグルメ等の紹介マップ

■中野ウォーキングマップ



楽しみながら健康づくりができるウォーキングマップ

■なかの生活ガイド



中野区のサービスや施設案内等、生活に必要な情報を掲載

■中野本（市販本）



知られざる名店等、地元の魅力が詰まった一冊
1,320円(税込)

7 公共交通を“支える人”に会いに行く（バス編）

「みはとバス」を運行する関東バス株式会社にインタビューしました！

なぜ、バスは遅れてくるの？
どんな方が活躍しているの？
「みはとバス」ってなに？



なぜ、バス会社へインタビュー？

「バス」と聞くと、街中を走る身近な存在で、日常に溶け込んでいるイメージを持たれる方が多いのではないでしょうか。

しかし、今まで「当たり前」だと思っていた中野の路線バスも、**人手不足**などが影響し、これから維持していくことが難しくなりつつあります。

今回は、バス業界で活躍する「関東バスの運転士・運行管理者・整備士」にインタビューを行い、**人を運ぶ仕事の大切さ**を改めて知っていただければと思います。

バス業界に入ったきっかけ！

区　今日はみなさんの仕事への思いや、中野への印象、区民へ伝えたいことを伺っていきます。まずは、バス業界に入ったきっかけからお聞かせください。

運転士　もともとはトラックの運転士として、荷物を運んでいましたが、次第に「〝荷物〟ではなく〝人〟を運ぶ仕事への興味・思い」などが強くなり、大型第二種自動車運転免許を取得しました。この免許は自動車の運転に関する資格の中でも最上位に位置し、**一つの到達点のような感覚**があります。

整備士　出身が大久保・北新宿方面で、幼少期から**関東バスが身近な存在**でした。そんな中、学生の頃、工業高校へ進学したことをきっかけに、自動車関係の仕事に興味を持ち、整備士資格を取得する道へ進みました。

運行管理者　学生の頃は、自分自身がバスに携わる仕事に就く具体的なイメージは持っていませんでした。就職活動を始め、いろいろな業界・業種を調べていく中で、**バスの運行管理者が選択肢の一つに入り**、ご縁があって関東バスに入社しました。



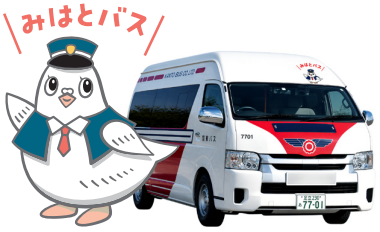
バスの運行は**運転士**・**運行管理者**・**整備士**の3者連携がポイント

日々の仕事・中野というまち！

区　それぞれ違う道からこの業界に入られたんですね。では今の仕事・みなさんが働く中野についても教えてください。

運転士　バス運転士の仕事は第一に「お客様を目的地まで運ぶ」ということ。ただ、それだけではなく出発前の車両点検・ルートや時刻の確認・講習なども含まれます。これらのきめ細やかな準備が、安全運転につながっています。

中野は、お客様が多い一方、道幅が狭く、交通量が多いため、難易度の高いエリアです。特に若宮・大和町地域は、一般のバス車両が通れず、道路拡幅までの間、ワゴン車でコミュニティ交通（みはとバス）を運行しています。**勘所は「止まるタイミング」で、バスは後方へ進めず、相手にゆずるポイントを見極めること**です。





整備士　整備士の仕事は、バスの点検と整備ですが、ここ丸山営業所では、車検対応も担っています。自社バスの他、一般車両も扱っているため、地域との関係性が強い営業所になります。

整備士は、運転士から不具合の報告を受けると、通常の点検とは別に症状の悪い部分を見て修理します。一方、予備車が限られているため、**優先順位を考えながら修理工程を組むことがポイント**です。

運行管理者　運行管理者は、ダイヤ編成・運転士の労務管理・運行中の監視等を行います。

ダイヤ編成では、バスの**早発が御法度なため、停留所にバスが着くよりも早い時間で（余裕を持った）時刻表を設定**します。特に長い路線では、後半の停留所ほど遅れが生じるため、路線を短く計画することが一つの原則です。

区民・行政へお伝えしたいこと！

バス業界の人手不足は、**運転士**の他、**運行管理者**・**整備士**も深刻な状況です。行政へはバスの情報に区民の皆様が触れる機会を増やすこと、区民の皆様へは、バスに少しでも興味・関心を持っていただけることをお願いできればと思います。

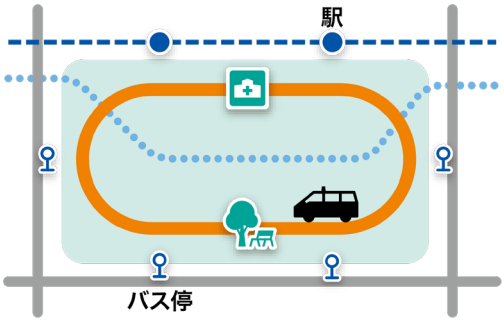


左：運行管理者　右：運転士

8 若宮・大和町のコミュニティ交通「みはとバス」

■既存の公共交通ネットワークの導入が難しい地域で、新たな交通手段の可能性を検討しています。現在、若宮・大和町地域をモデル地域として、鉄道や路線バスへの乗り換え、地域内の移動の円滑化を図る目的で、ワゴン車によるコミュニティ交通を運行しています。

■令和8年3月に愛称が「みはとバス」に決まりました。





■運行の概要

乗車定員：10名
運賃　　：大人200円　小児100円
運行時間：8:30～18:30
　　（約50分に1本、計12本）
割引　　：70歳以上の方は100円
　　（申請により割引証を発行）

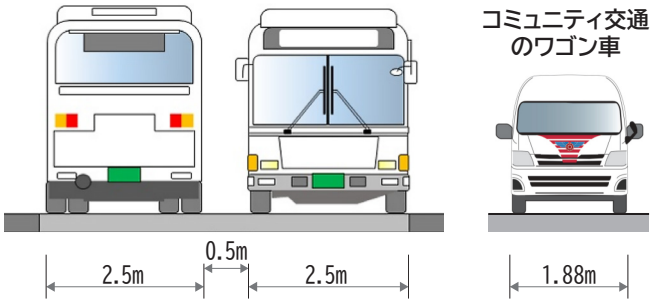
中野区のサイト



地域と協働での地域公共交通ネットワークをめざし、地域内で令和3年度より勉強会を開始。令和4年度より実証運行を実施し、地域の要望の集約と需要の的確な把握に努め、令和7年10月より本格運行に移行しました。

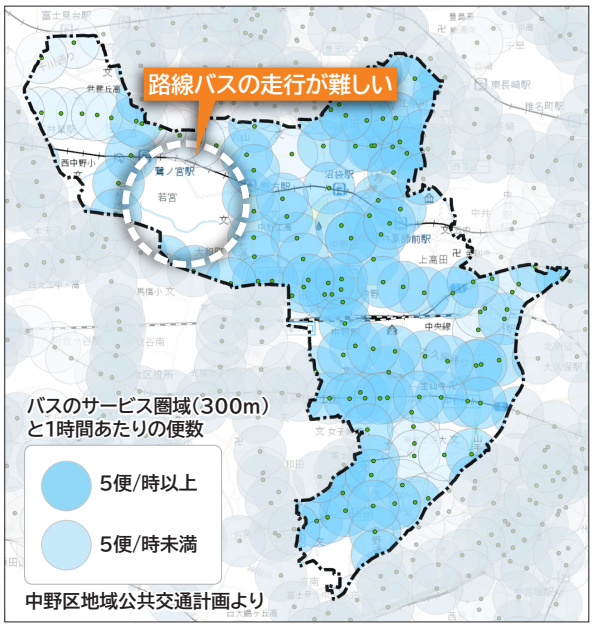
バスが通れる道路

道路（車道）の幅は、相互通行で約5.5m必要です。若宮・大和町地域は広い道路が少なく、路線バスの走行が難しいため、車幅の狭いワゴン車で運行しています。



路線バスに必要な道路幅員 5.5m

コミュニティ交通のワゴン車

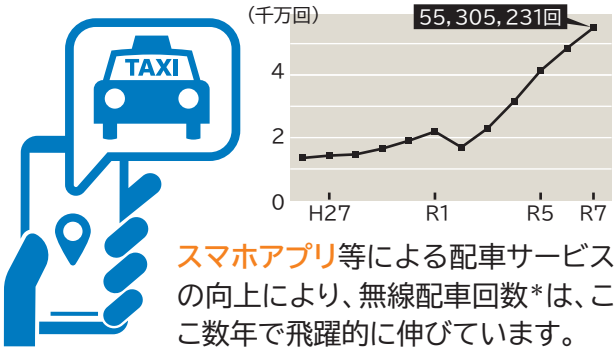


9 タクシーの役割



■タクシーは、鉄道・路線バスが苦手な、きめ細やかな輸送を担い、**24時間運行できる公共交通**として、区民の生活に根付いています。近年では、アプリによる配車サービスや多言語対応タブレット等のデジタル化の推進、ユニバーサルドライバー研修を修めた運転士の増加により、高齢者や子育て世代等、さまざまな利用者の移動を支えています。

■アプリによる配車サービスの普及



スマホアプリ等による配車サービスの向上により、無線配車回数*は、ここ数年で飛躍的に伸びています。

＊関東自動車無線協会調べ（令和8年3月31日現在）

■ユニバーサルドライバー研修

タクシー事業者団体が運転士に対し、高齢者やお身体の不自由な利用者とのコミュニケーション、車いすの取り扱いや乗降時の介助方法などについて実施している研修で、東京都では、**約10万人***（令和7年度時点）が研修を修了しています。



＊全国福祉輸送サービス協会調べ（令和8年3月31日現在）

区内の公共交通事業者・団体

バス

■関東バス
丸山営業所
✆03(3386)2161
関東バスナビ→

■京王バス
中野営業所
✆03(3382)1511
バスナビ→

■国際興業バス
池袋営業所
✆03(3973)0116
国際バスどっとこむ→

■西武バス
練馬営業所
✆03(3996)2525
ホームページ→

■都営バス（東京都交通局）
都営交通お客様センター
✆03(3816)5700
都バス運行情報サービス→

鉄道

■JR東日本
お問い合わせセンター
✆050(2016)1600
ホームページ→

■都営地下鉄（東京都交通局）
都営交通お客様センター
✆03(3816)5700
ホームページ→

■東京メトロ
お問い合わせ
✆0570(200)222
ホームページ→

■西武鉄道
西武鉄道お客様センター
✆0570(005)712
ホームページ→

■バス・鉄道は、スマートフォンで二次元コードから運行状況や時刻表を調べることができます。

タクシー

■東京ハイヤー・タクシー協会
✆03(3264)8080
協会ホームページ→

■東京都個人タクシー協会
✆03(3947)1461
協会ホームページ→

忘れ物に関するお問い合わせは、ご利用のタクシー会社・所属団体へ



区内バス事業者・タクシー団体の運転士採用情報

■関東バス
採用サイト
https://www.recruit-kantobus.jp/

■京王バス
乗務員採用サイト
https://www.keio-bus.com/saiyo/

■国際興業バス
運輸・交通事業採用サイト
https://recruitment.kokusaikogyo.co.jp/

■西武バス
採用情報
https://www.seibubus.co.jp/recruit/

■都営バス
東京都交通局運輸系職員採用案内
https://www.kotsu.metro.tokyo.jp/information/career/toei/

■東京ハイヤー・タクシー協会
各社採用情報（加盟会社一覧）
https://www.taxi-tokyo.or.jp/relation/index.html



バス運転士・タクシー運転士の仕事内容を紹介するサイト

■区民の日常を支えるバス運転士について
中野区ホームページ

■タクシードライバーの仕事紹介
東京ハイヤー・タクシー協会

中野区

発行
中野区 都市基盤部 都市計画課 ウォーカブル係
〒164-8501 東京都中野区中野四丁目11番19号
Eメール walkable@city.tokyo-nakano.lg.jp