



2025 年 7 月 25 日
東京地下鉄株式会社
株式会社レッツエンジョイ東京

オフピークアクション「ヒビ活」を実施します！

～日比谷線で始まる、あなたの朝時間を応援します！～

東京地下鉄株式会社(本社:東京都台東区、代表取締役社長:小坂 彰洋、以下「東京メトロ」)と株式会社レッツエンジョイ東京(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:山口 伸介、以下「レッツエンジョイ東京」)は混雑のピーク時間帯を避けた「オフピーク通勤(通学)」にご協力いただくことを目的に**2025 年 7 月 25日(金)から、日比谷線においてオフピークアクション「ヒビ活」を実施いたします。**

東京メトロでは日頃から多くのお客様にご利用いただいております。これまで、お客様に快適にご利用いただけるよう混雑緩和対策に取り組んでまいりました。今回、新たに実施するオフピークアクション「ヒビ活」では、昨年度当社線で最も公表混雑率が高かった日比谷線※の混雑時間帯を避けた「オフピーク通勤(通学)」にご協力いただけるよう、東京メトロ公式 HP において、**オフピークアクション特設ページ**を開設します。特設ページ内では、日比谷線のご利用駅をタップしていただくと、その駅に到着する列車の混雑状況のグラフを最新の情報で閲覧することができ、混雑時間帯を避けたご利用に役立てることができます。

※国土交通省「三大都市圏の平均混雑率が増加～都市鉄道の混雑率調査結果を公表～(令和5年度実績)」にて公表。

またレッツエンジョイ東京と共同で「ヒビ活」WEB サイトを開設し、日比谷線沿線の早朝から営業している「朝活」のできる飲食店や体験施設等を選定、**合計約100店舗**を紹介いたします。さらに**10月**から期間限定で、沿線店舗と連携したデジタルスタンプラリーキャンペーンを実施いたします。キャンペーン内容の詳細については、「ヒビ活」WEB サイト内にて随時更新してまいりますのでご確認ください。

東京メトロでは、朝を快適に過ごすために「オフピーク通勤(通学)」によるお客様の朝時間を応援いたします。詳細は別紙をご参照ください。



オフピークアクション「ヒビ活」実施概要

1 実施期間

2025年7月25日(金)～

2 実施内容

(1)東京メトロ公式 HP に特設ページ開設

日比谷線各駅における朝ラッシュ時間帯の混雑状況のグラフを閲覧できる特設ページを開設します。

グラフは6:30から9:30までの各駅における日比谷線(中目黒方面)の列車の混雑率を基準として、6段階で10分単位の混雑状況を示しております。また、当日を除く直近5日分(平日のみ)の実績データを集計し、最新の情報に更新されます。



URL:https://www.tokymetro.jp/hibiya_off_peak/index.html

(2)早朝時間帯から営業している飲食店・体験施設の紹介

オフピーク通勤・通学を行ったみなさまの朝時間を充実したものにいただくために、レッツエンジョイ東京の「ヒビ活」WEB サイトにおいて、日比谷線沿線の早朝時間帯から営業している朝活スポットを紹介いたします。合計で約100店舗の飲食店・体験施設等を掲載しております。

URL:<https://www.enjoytokyo.jp/feature/hibikatsu/>



日比谷線オフピークアクション「ヒビ活」とは？

朝の通勤・通学に悩むみなさまの朝時間を充実させるために、日比谷線沿線の早朝時間帯から営業している飲食店・体験施設等を紹介します。また、最新の混雑状況のグラフも掲載しています。ぜひご利用ください。

検索にオススメのスポットを探す

中目黒	池田町	広尾
六本木	神宮前	虎ノ門ヒルズ
西口	日比谷	銀座
東横町	有明	八丁堀
新大塚	大塚	小塚
新大塚	神宮前	上野

ボスコ・イルキャンティ (三井ガーデンホテル上野)



「三井ガーデンホテル上野」内にあるレストラン。こだわりのメニューがそろった朝カフェ (2,090円) は、宿泊者以外でも楽しむことができます。イルキャンティの代名詞ともいえるカーリット・マトリックス柱立ての「バスタ」(真夜中のスパ)や「ラザニア」、洗練の「小仏」から毎朝届く手作り江戸割烹など、種類豊富なメニューは目移りしてしまうほど！高い天井とガラス張りの窓が印象的な空間で、気持ち良い朝の時間を過ごしてみよう。

ボスコ・イルキャンティ

所在地	東京都台東区上野3-19-7 三井ガーデンホテル上野が
アクセス	上野駅から徒歩1分
営業時間	モーニング7:00～10:00 (L.O.9:30) ランチ11:30～15:00 (L.O.14:30) ディナー17:30～22:00 (L.O.21:00) (要予約) ※7:00～10:00 (L.O.9:30) まで「モーニングカフェ」を営業。

(3) デジタルスタンプラリー(10 月実施予定)

さらにヒビ活をお楽しみいただくために、10 月にレッツエンジョイ東京と共同でデジタルスタンプラリーを開催予定です。条件を満たした方には景品もプレゼント予定のため、開催まで楽しみにお待ちください。詳細は随時更新しますので、当社特設ページをご確認ください。

3 お客様のお問い合わせ先

東京メトロお客様センター <https://www.tokyometro.jp/support/index.html>

以 上

「オフピーク通勤(通学)」の推進

東京メトロは、東京都が実施する通勤時間をずらすことによって満員電車の混雑緩和を促進する「時差 Biz」に協力しています。

「時差 Biz」HP https://smooth-biz.metro.tokyo.lg.jp/top_jisa/

