



基本をおさらい!

# 住宅ローンの金利について理解する

適切なアドバイスのためには、住宅ローン金利についての理解が大前提となる。本項では住宅ローン金利の基本について解説する。

黒木正人  
ファイナンススタイリスト/行政書士事務所長

## 1 金利の概要と メリット・デメリット

**住** 宅ローンには大きく変動金利型、全期間固定金利型、固定金利期間選択型の三つの金利タイプがある。それぞれの特徴を確認していく。

・変動金利型

変動金利型は、借入期間中の金利が、市場金利・政策金利（短期プライムレート）に伴って変動する住宅ローンである。金利は通常、半年に一度、適用金利の見直しが行われる。

金利の変動に応じて返済額は増減するが、住宅ローンの一般的な返済方法である元利均等返済の場合、通常5年ごとに返済金額が見直される（5年ルール）。また、見直し後の返済額は増えても従前の1・25倍以内というルールがある。

ある（12.5%ルール）。

ただし、金利変動の幅に制限はないので、金利が上昇すれば返済額に占める利息の割合が多くなり、元金がなかなか減らないということが起こる。さらに将来、金利が大幅に上昇すれば、毎回の返済額では利息すら支払いきれないことも起こりうる。

変動金利型の主なメリットは、金利が固定金利に比べて低く設定されており、現在は過去最低の金利水準にあること、および支払額の激変緩和措置が設けられているため、金利が上昇したからといってただちに返済額も上昇するわけではないことである。

一方で主なデメリットは、金利が上下することに返済総額が変わるため、当初借入時

に総返済額の確定ができない、将来どのようなタイミングで金利が上昇するのかわかりにくく、長期的な資金計画・返済計画を立てにくい、市場金利が上昇すると返済総額が増加してしまうなどである。

金利水準だけでなく  
ライフプランによる選択も

・全期間固定金利型

全期間固定金利型は、借入期間中の金利が固定され返済額も確定している住宅ローンである。

主なメリットは、将来の返済内容が確定しているためライフプランが立てやすく、家計管理もしやすい、ローンを借りている間に市場金利が上昇したとしても影響はなく、金利上昇へのリスクヘッジができることである。

デメリットとしては、変動

金利型や固定金利期間選択型の住宅ローンに比べて金利が高い傾向にある、市場金利が下がった場合は不利になってしまう、将来にわたって金利が低いままの場合は変動金利に比べて支払利息が多くなることである。

・固定金利期間選択型

固定金利期間選択型は、借入当初から2年、3年、5年、10年、15年など一定期間中の金利が固定され、固定期間終了時に何も手続きをしないと自動的に変動金利へ切り替わる点である。

## 2 各金利の決まり方と 金利上昇要因

**各**

住宅ローン金利の決まり方と金利が上昇する要因も押さえておきたい。

・変動金利型

住宅ローンの変動金利は、短期プライムレート（以下、短プラ）と連動している。短

るものの、再度固定金利の期間を選択することもできるタイプの住宅ローンである。主なメリットは、固定期間が短いほど金利が低い傾向にある、固定金利の期間終了ごとに金利の種類が選べる柔軟性がある、ライフプランの状況に合わせて期間を選択できる点である。

金調達コストや市場金利の動向を基に、総合的な調達コスト等をベースとした方式で決定している。日本銀行が統計上発表している短プラは、1989年以降、都市銀行が短プラとして自主的に決定した金利のうち、最も多くの銀行が採用した金利および最高、最低の金利を掲載している。

このように短プラは金融機関ごとに異なり、貸出金利を決める際の基準として設定する。しかし主要銀行の短プラは2009年以降、1・475%から変わっておらず、現在では実質画一的なものになっている。金融機関は今後の日本銀行の政策金利を見て、それと同じ幅だけ短プラを引き上げることが想定される。

金融政策だけでなく  
市場の影響も受ける

・全期間固定金利型

全期間固定金利型の金利指標は、代表的な長期金利である新発10年物国債の利回りである。10年物国債利回りは、市場取引で決まるため買い手がいないと下落し、買い手があると上昇するなど、金融政策だけでなく、経済や投資家の影響も受けながら利回りが変動する。

最近の金融政策では、2022年12月に日本銀行は長期金利の政策目標の上限を0・25%から0・5%に変更、2023年7月には長期金利の変動幅は±0・5%程度を目途とした。さらに2023年10月には長期金利の上限は1・0%を目途とし、長短金利操作の運用をさらに柔軟化することを決定したことで、長期金利は上昇した。

そして2024年3月、日本銀行はマイナス金利政策の解除（利上げ）と同時にイーールドカーブ・コントロール