



ALPS

ECONOMY

>>> 家庭経済

金利から考える「住宅ローン」の借り方、返し方

最近、都市部のマンションを中心に住宅価格が高騰し、また、長く低金利が続いた住宅ローンの金利も上昇に転じています。そのため、長期間で多額の借入となる住宅ローンの利用は、慎重に検討したいものです。わずかな金利差でも金利タイプ、返済方法などの違いで総返済額が大きく変わりますので、よく仕組みを理解し、借り方、返し方を比較検討してみましょう。

金利タイプの特徴とそのメリット、デメリット

住宅ローンの金利タイプには大きく分けて「固定金利」と「変動金利」とがあり、さらに固定金利には金利が固定される期間等の違いにより3つのタイプがあります。また、それ以外に少し条件の異なる金利タイプもあり、固定金利と変動金利を組み合わせる「金利ミックス」が選べる場合もあります。

では、まずそれぞれの金利タイプの特徴を確認してみましょう【図表1】。

「固定金利」は借入当初に決まった金利

が、固定金利の適用される期間中はずっと変わらないため、月々の返済額と返済期間中の借入残額（残債）が確定します。特に全期間固定で、後に説明する元利均等返済という方式で返済した場合には、返済期間中、毎月の返済額は一定ですので、家賃感覚で計画的な返済が可能です。

一方、「一般的な「変動金利」は半年ごとに金利を、5年ごとに返済額を見直します（5年ルール）。5年間は返済額が一定ですが、金利が変われば返済額に占める元金と利息の割合を調整し、なおかつ利息の支払いが優先されます。

また、返済額見直しの際に、それまでの返済額の125%が上限というルール（125%ルール）がありますので、金利が大きく上昇した場合、返済額的大幅な増額は抑えられますが、その分、返済額に占める元金の割合が少なくなり、さらに返済額を超える利息（未払い利息）が発生する可能性もあります。それが続くと元金は一向に減



ファイナンシャル・プランナー
住宅ローンアドバイザー
西澤 京子

。[にしざわ・きょうこ]デベロッパー、不動産販売会社、FP オフィス代表を経て現在は不動産関連会社勤務。マンション販売のノウハウと資格を生かし、現在は主に執筆や監修などを通じて買い手と売り手のサポートに取り組んでいる。CFP®・1級ファイナンシャルプランニング技能士・住宅ローンアドバイザー。

らず、利息の支払いが予定以上に増えて負担が増すことになります。ただ、最近はこの5年ルールと125%ルールがないタイプの変動金利を扱っている金融機関もあります。

「元利均等返済」と「元金均等返済」の違いとそのメリット、デメリット

ここで、「元利均等返済」と「元金均等返済」という返済方法の違いを確認してみましょう。

「元利均等返済」とは、毎月の返済額が均等になるように元金と利息の割合を調整した返済方法です【図表2】。一方、「元金均等返済」とは、元金を毎月均等にし、そこに利息を上乗せする返済方法で、返済額は借入当初が最も多く、その後毎月少しずつ減っていきます。

「元金均等返済」の方が総返済額は少なくなりますが、当初、毎月の返済額は多くなります。そのため、税込み年収に占める当初の年間返済額（住宅ローン以外の借入



【図表1】金利タイプ比較表

区分	変動金利	固定金利		
		全期間固定金利型	固定金利期間選択型	段階金利型
特徴	- 半年ごとに金利が、5年ごとに返済額が見直される(5年ルール) - 返済額が見直される場合、これまでの返済額の125%が上限となる(125%ルール) 5年ごとに見直し、返済額の125%が上限というルールのない商品もある	借入期間の全期間について金利が一定	- 借入時点で選択した一定期間は金利が固定され、固定期間終了後はその時点での金利が適用となる - 固定期間終了後には変動金利が固定金利期間選択型を選択できる - 固定期間が短いほど金利が低い	- 借入当初から一定期間は引き下げられた金利が固定され、一定期間終了後には金利が上がる - 一定期間終了後の金利も借入当初に決まっている - 金利引き下げを受けるには購入する住宅や借りる人に条件がある
メリット	- 借入当初の金利は全金利タイプの中で最も低い - 金利下降時に金利が見直されれば、さらに返済額が抑えられる	借入期間中の返済額や残債額が、借入時に確定する	- 固定期間中は返済額や残債額が確定する - 金利下降時に固定期間が終了すればさらに返済額が抑えられる	- 借入期間中の返済額や残債額が借入時に確定する - 引き下げ金利が適用になる期間は、全期間固定金利型より返済額が抑えられ、元金も早く減る
デメリット	- 借入期間中の返済額や残債額が確定しない - 金利上昇時には返済額が増え、元金が減りにくくなったり未払い利息が発生する可能性がある	金利は全金利タイプの中で最も高い	- 固定期間終了後の返済額や残債額が確定しない - 固定期間終了時に金利が上昇していれば、125%ルールがないため返済額が大幅に増える可能性がある	- 変動金利や固定金利期間選択型より金利が高め - 購入する住宅や借りる人に条件があるため、誰でも利用できるとは限らない

【図表2】「元利均等返済」と「元金均等返済」の比較表

区分	元利均等返済	元金均等返済
イメージ図		
特徴	- 毎月の返済額が一定額となるよう元金と利息の割合を調整した返済方法 - 返済開始当初は元金が多いため利息の割合が大きく、返済が進むにつれ元金の割合が大きくなる	- 毎月の元金の返済額を一定にして、残りの元金に対しての利息額を上乗せする返済方法 - 返済開始当初は元金が多いため利息が多く、返済が進むにつれ利息が減少し、毎月の返済額が少なくなる
メリット	- 返済開始当初の返済額が、元金均等返済に比べて少ない - 借入可能額が多い - ほとんどの金融機関で取り扱いがある - 早期に繰り上げ返済を行う場合、利息軽減効果、期間短縮効果が高い	- 毎月の返済額は毎回少しずつ少なくなり、将来の負担が軽くなる - 利息総額(総返済額)が少ない - 元金の減り方が早い - 変動金利で借入した場合の未払い利息が発生しない
デメリット	- 利息総額(総返済額)が多い - 返済当初は返済額に占める利息の割合が大きく元金の減少が少ない	- 返済開始当初の返済額が、元利均等返済よりも多い - 借入可能額が少ない - 金融機関によっては取り扱いがない

も含む)の割合(総返済負担率)と言い、一般的には35%以内の場合が多い)によって決まる借入可能(上限)額が少なくなります。また、「元利均等返済」の方が一般的で、利用者も多く、「元金均等返済」を採用していない金融機関もあります。それぞれのメリット、デメリットは【図表2】で確認してみましょう。

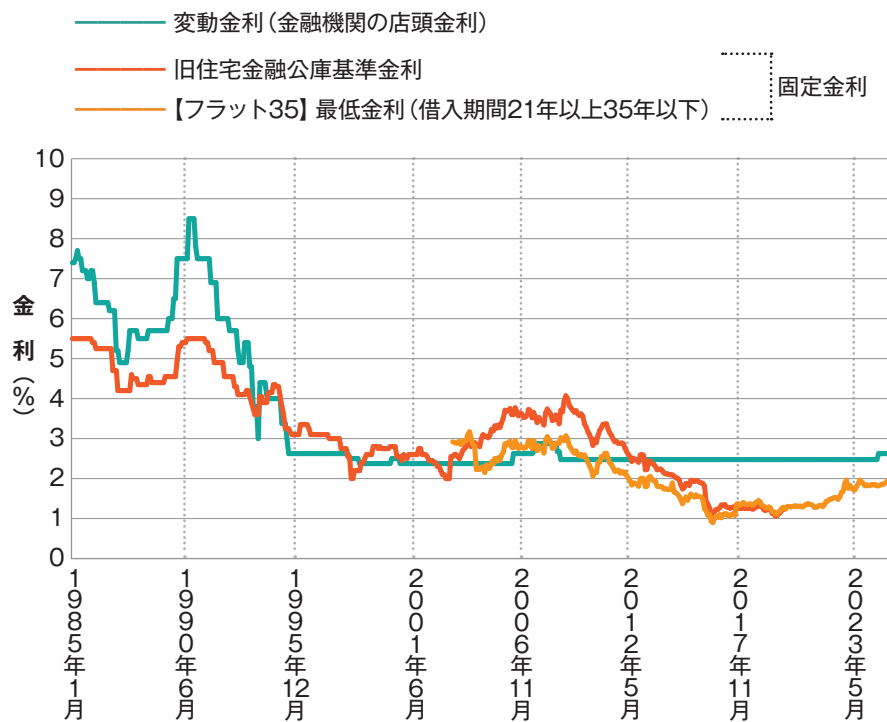
注目すべきは、「変動金利」の5年ルールと125%ルールは「元利均等返済」のルールであり、また未払い利息も「元金均等返済」では発生しないということです。金利タイプの選び方も重要ですが、この返済方法をどちらにするかによっても、総返済額や元金の減り方が異なります。また、返済途中でまとまった金額を一括で返済する繰り上げ返済の利息軽減効果も変わってきますので、併せて検討したいものです。

住宅ローン金利はどのように決まるのか

それでは、住宅ローンの金利は何の影響を受け、これまでどのような推移で変化してきたのでしょうか。

住宅ローンの金利は、それぞれの金融機関が金融市場の金利などを考慮して決め、毎月公表しています(店頭金利)。「変動金利」は一般的に、金融機関が優良企業に対して融資を行う際の優遇金利、「短期プライムレート」に代表される短期金利(貸出期間が1年未満)との関連性が強く、

【図表3】住宅ローン金利の推移



さらに「短期プライムレート」は日本銀行が景気や物価の安定など金融政策上の目的を達成するために設定する政策金利を基に決定されます。

また、貸出期間が10年未満の固定金利期間選択型の金利は、それぞれの期間に応じた金融市場の影響を受け、貸出期間が10年以上の固定金利期間選択型は「10年物国債利回り」に代表される長期金利に連動する傾向が強いです。

さらに全期間固定金利型の「フラット35」は住宅金融支援機構が提示する金利に、各金融機関が上乗せして金利を決めています。住宅金融支援機構が提示する金利もまた長期金利の影響を受けています。よって、住宅ローンの金利の動きを予測するには政策金利および「10年物国債利回り」に注目するといでしょう。

住宅ローン金利の推移と最近の傾向

次に、住宅ローンの金利を過去40年間、振り返ってみましょう【図表3】。

変動金利は主な金融機関の店頭金利を、固定金利は旧住宅金融公庫の基準金利（2020年2月で終了）と、2003年以降は「フラット35」（借入期間21年以上35年以下）の最低金利の推移を示しました。旧住宅金融公庫の基準金利は、かつて段階金利制を採用していましたが、2005年6月より金利が一定となったため、以降の基準金利と「フラット35」は全期間固定金利型の金利の推移を示しています。

変動金利はバブル期に8.5%を記録し、バブル崩壊後、低金利状態に突入しました。その後2006年の日本銀行による量的緩和政策の解除およびゼロ金利解除、2007年のサブプライムローン問題、2008年のリーマンショックに端を発した世界的な金融不況、2010年のゼロ金利政策の復活、2016年の日本銀行のマイ

ナス金利政策などが住宅ローン金利に影響しています。

また、1994年頃までは、住宅金融公庫が公的融資であったこともあり、固定金利よりも変動金利の方が高かったのですが、以後は、変動金利が2%台半ばを維持、その間に固定金利がそれを上回ったり下回ったりを繰り返し、現在は再度、変動金利が固定金利よりも高くなっています。

しかし、ここに表示されている変動金利はあくまでも金融機関の店頭金利であり、実際には、ここから引き下げられた金利が適用となります（適用金利）。かつては優遇金利と言われた引き下げ金利は、この約30年の間に引き下げ幅が拡大しており、現在は最大で2%超引き下げているため、結果として新規貸し出し時の適用金利は最低水準では1%を下回っています。

ただし、この引き下げ金利は、購入する住宅や、借りる人の年齢や収入、既存借入などを審査することによって決まりますので、誰でも同じ引き下げ金利が適用されるとは限らないことに注意が必要です。

なお、金融機関が提供する全期間固定金利型には原則として引き下げ金利はありません。また、「フラット35」においては、住宅の性能や借りる人の条件により一定期間金利を引き下げる各種制度があります。

金利や返済方法の違いを、試算してみましょう



【図表4】固定金利と変動金利の返済シミュレーション

例：借入額：3,000万円 返済期間：35年 ボーナス返済なし
＜単位：円＞

● 全期間固定金利型

金利	元利均等返済				元金均等返済					
	毎月の返済額	総返済額	10年後の残債	20年後の残債	初回返済額	総返済額	10年後の返済額	10年後の残債	20年後の返済額	20年後の残債
4%	132,832	55,789,617	25,165,432	17,957,901	171,429	51,050,000	142,857	21,428,571	114,286	12,857,143
3%	115,455	48,491,124	24,346,753	16,718,524	146,429	45,787,500	125,179	21,428,571	103,750	12,857,143
2%	99,379	41,739,109	23,446,458	15,443,277	121,429	40,525,000	107,262	21,428,571	92,976	12,857,143
1%	84,686	35,567,998	22,470,655	14,149,789	96,429	35,262,500	89,345	21,428,571	82,202	12,857,143

※上記金額は端数処理等の条件により、金融機関によって異なる場合があります

● 変動金利

（元利均等返済）

借入当初の適用金利：1%

（※定期的な金利変動は現実的ではないため、5年ルール、125%ルールありの場合の目安として概算額を表示）

金利の変動条件	初回返済額	5年後の返済額	10年後の返済額	15年後の返済額	20年後の返済額	25年後の返済額	30年後の返済額	総返済額
<シナリオ①> 10年ごとに1%上昇	適用金利：1%		適用金利：2%		適用金利：3%		適用金利：4%	40,140,000
	85,000		95,000		102,000		105,000	
<シナリオ②> 5年ごとに1%上昇	適用金利：1%	適用金利：2%	適用金利：3%	適用金利：4%	適用金利：5%	適用金利：6%	適用金利：7%	48,390,000
	85,000	97,000	109,000	119,000	127,000	133,000	136,000	
<シナリオ③> 5年ごとに2%上昇 25年目より5年ごとに2%下降	適用金利：1%	適用金利：3%	適用金利：5%	適用金利：7%	適用金利：9%	適用金利：7%	適用金利：5%	60,660,000
	85,000	*106,000	*132,000	*165,000	187,000	172,000	164,000	

*印は125%ルールにより、返済額が制限されている（端数処理の関係で金額に多少の誤差あり）

（元金均等返済）

金利の変動条件	初回返済額	5年後の返済額	10年後の返済額	15年後の返済額	20年後の返済額	25年後の返済額	30年後の返済額	総返済額	元利均等返済との差
<シナリオ①> 10年ごとに1%上昇	適用金利：1%		適用金利：2%		適用金利：3%		適用金利：4%	39,030,000	△1,110,000
	96,000	93,000	107,000	100,000	104,000	93,000	86,000		
<シナリオ②> 5年ごとに1%上昇	適用金利：1%	適用金利：2%	適用金利：3%	適用金利：4%	適用金利：5%	適用金利：6%	適用金利：7%	45,050,000	△3,340,000
	96,000	114,000	125,000	129,000	125,000	114,000	96,000		
<シナリオ③> 5年ごとに2%上昇 25年目より5年ごとに2%下降	適用金利：1%	適用金利：3%	適用金利：5%	適用金利：7%	適用金利：9%	適用金利：7%	適用金利：5%	52,670,000	△7,990,000
	96,000	136,000	161,000	171,000	168,000	121,000	89,000		

では、実際に金利や返済方法によってどのくらい返済額が変わってくるのか試算してみよう【図表4】。

借入金額3,000万円、35年の返済期間、ボーナス返済なしの場合の試算です。全期間固定金利型の代表である「フラット35」の借入期間が21年以上の場合の、現在の金利水準は最低で2%前後ですが、これが1%違うと毎月および総返済額がどのくらい異なるのか、また、「元利均等返済」「元金均等返済」の返済額の違いも確認しましょう。「元金均等返済」は元金の返済を計画的に行えるため、金利が違って同じ時期で比較すると残債は一定となっていることがわかります。それに対し「元利均等返済」では金利が高いと残債の減り方が遅くなります。

一方、一般的な変動金利の住宅ローンにおいては、半年ごとに金利が見直され、元利均等返済においては5年ルールと125%ルールがあるため、金利や返済額がどう変わるのかは不確定であり、そのタイミングや変動幅によって返済額は大きく変わります。ここでは金利の変化に3つのシナリオを作って試算してみました。試算では一定期間ごとに一定の比率で金利が上昇もしくは下降すると仮定しましたので、あまり現実的ではありませんが、参考資料として確認してみよう。

〈シナリオ③〉においては、「元利均等返済」の場合、5年後の返済額見直しの際に

125%ルールが適用となり、未払い利息の発生とはなりません。元金の減り方が鈍化し、結果として利息が増えます。加えて、毎月の返済額も20年後は当初よりも最大で10万円超も増えることになり、家計への影響は大きくなります。

もちろん、変動金利は今後下がる可能性もありますが、気を付けるべきは、早期の急激な金利上昇です。返済開始から5年を待たずに半年ごとに金利が上昇するような場合には、「元利均等返済」においては未払い利息が発生する可能性があります。金利上昇時の返済額がいくらになるのかを確認しつつ、「元金均等返済」の採用を検討することも対策の一つです。

例えば、現在は共稼ぎであっても、子どもが産まれたら仕事を辞めたりパートタイムに切り替えることで収入が減ったり、教育費等支出の増大が見込まれる場合には、返済額が徐々に減っていく、コンスタントに残債が減らせる「元金均等返済」が向いています。金利タイプや返済方法の選択については、今後の家計において、収入と支出がどのように変化するかを予測することが大切です。

住宅ローンの借り換えのポイント

最後に、将来金利が急上昇した場合の対策として、また、既に住宅ローンを利用中の方向けに、借り換えについて考えてみます。

借り換えの目的は主に3つ、①毎月の返済額を減らす、②総返済額を減らす、③金利上昇リスクを抑える、です。

借り換えには諸費用がかかるため、概ね以下のような条件を満たす場合に借り換えのメリットがあるとされています。

- A. 借り換え後の金利差が1%以上
- B. 残存借入期間が10年以上
- C. 残債が1000万円以上

それをふまえたうえで、基本的にはより適用金利の低い住宅ローンへの借り換えや、金利上昇局面では、変動金利、短期の固定金利期間選択型から全期間固定金利型への借り換えが有効となります。しかし、最近の変動金利の引き下げ幅を考慮すると、変動金利から変動金利への借り換えも検討に値します。

既に借入のある方は、店頭金利からの引き下げ幅がどのような契約になっているかを確認してみましよう。例えば、店頭金利から1%の引き下げを受けられる契約になっている方は、長く適用金利は1.475%でした。現在の最大引き下げ幅は2%超にまで拡大していますが、これはあくまでも新規の貸し出しに対するもので、既存の契約では引き下げ幅は拡大しません。そのため、借り換えによって1%以下の金利と2%超の引き下げ幅が適用となる可能性があります。

さらに、「③金利上昇リスクを抑える」の目的のために、将来的に全期間固定金利型へ借り換えを予定している方は、タイミング

に注意が必要です。【図表3】で示した住宅ローン金利の推移を見ると、変動金利はあまり動いていませんが、固定金利は細かく、なおかつ変動金利よりも先に市場の動きに反応して動いていることがわかります。今はまだ上昇幅は大きくありませんので、もともと変動金利が高くなってから借り換えしようと考えている方も少ないと思いますが、変動金利が大きく上昇した時には、既に固定金利はさらに大きく上昇しており、借り換えのメリットが少なくなってしまう可能性があるからです。

住宅ローンの利用には複数の選択肢で試算を

今年はアメリカのトランプ大統領による関税政策で、株価が乱高下するなど市場が大混乱となっています。その影響で、長期金利が低下、この先の政策金利も不透明です。金利上昇の傾向もこの先はどうなるかわかりませんので、住宅ローンの組み方もより柔軟に考える必要があります。

今回は金利を中心に住宅ローンの借り方、返し方について述べてきましたが、それ以外にも借入期間、ボーナス併用返済、繰り上げ返済、既存の住宅ローンの条件変更、諸費用などいくつも検討すべき項目があります。勧められるがままに住宅ローンを組むのではなく、いくつかの選択肢を比較検討し、試算したうえで、より自分にあった住宅ローンを選びたいものです。