



ALPS

ECONOMY

>>> 家庭経済

知っておきたい経済の基礎知識 <<< 第3回

「円高」「円安」って何？ くらしと為替の深い関係

「為替」とは何か

みなさんはニュースで「円高」「円安」という言葉は耳にしたことがあると思いますが、「為替^{かわせ}」という言葉自体にはあまり馴染みがないかもしれません。しかし、ガソリン代や食料品や衣服にも、家電製品にも、外国からの輸入品がとて多く、為替の影響を受けているのです。また、日本からも外国へ自動車やエレクトロニクス製品などを大量に売っています。

このように、外国とモノ（財）を取引することを貿易といいます。言い換えれば、貿易とは国どうしの商いのことを意味し、外国からモノを買うことを輸入といい、外国にモノを売ること輸出といいます。

近年モノだけではなく、サービスやソフトウェアの貿易が増えています。海外旅行をして、ホテルに宿泊したり、買い物をしたりすれば、また日本の会社が外国のコン

サルタントに相談したりすれば、サービスを輸入したことになります。私たちの身近な生活に為替は深く関係しているのです。

今回は「国内為替」と「外国為替」の2つに分けて、為替とは何かという基本から、「円安」「ドル高」や「円高」「ドル安」の意味と日本への影響、そして外国為替を読み解くポイントをやさしく解説しましょう。

現金を使わずお金を支払うしくみの「国内為替」

江戸時代、大坂から江戸にお金を送るときに現金をそのまま運ぶのは大変で、盗難の危険もありました。そこで考え出されたのが「為替手形」という方法です。

大坂の商人は、大坂にいる両替商（現在という銀行のようなお金を扱う店）に代金を預け、江戸でお金を受け取れる証書（為替手形）を発行してもらいます。そして江戸の商人はその手形を江戸の両替商に持って行けば、代金を受け取ることができました。



子どもの環境・経済教育研究室 代表
泉 美智子

○ [いずみ・みちこ] ファイナンシャル・プランナーの資格をもち、全国各地で「女性のためのコーヒータイムの経済学」や「エシカル・キッズ・ラボ」「親子経済教室」など講演活動のかたわらテレビ、ラジオ出演も。環境、経済絵本、児童書の執筆も多数。

このように、現金を直接運ばずに支払いをするしくみが為替のはじまりです。現在でも現金を使わずお金をやり取りする方法はたくさんあります。例えば、次のような方法です。

- 銀行振込…銀行口座から別の銀行口座へお金を振り込む方法
- 口座振替…銀行口座から自動で代金を支払う方法
- クレジットカード…買い物の際、カードで支払い、後で銀行口座からまとめて引き落とされる方法

他にもデビットカードや電子マネーなどキャッシュレス決済も普及してきました。このように、国内で行われるお金のやり取りを「国内為替」といいます。国内為替のしくみは現金を移動しなくても、お金をやり取りできるようになっています。このしくみのおかげで、給料の支払いから企業の代金決済まで、迅速に安全に実行できるので、国内の経済活動がスムーズに行わ



れています。インターネットが進んだ今、銀行振込や電子決済などあらゆるものが為替取引されています。

国の異なるお金を交換するしくみ 「外国為替」

日本と外国の間でお金のやり取りをするときには、日本円と外国の通貨を交換する必要があります。このように異なる2つの通貨を交換する取引を「外国為替」と呼びます。外国為替が必要になる場面を見てみましょう。

○ 日本の企業が海外から商品を輸入し、代金を外国通貨（例…米ドル）で支払う場合（日本円を米ドルに交換）

○ 日本から海外へ旅行に行く場合（日本円を旅行先の通貨に両替して現地で使用）

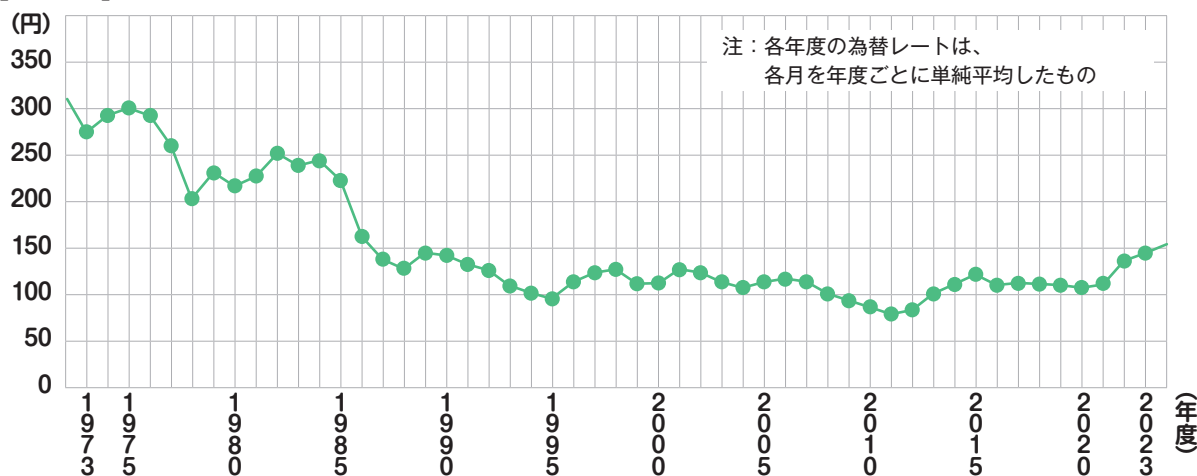
○ 日本にいる人が、外国にいる人に送金を行う場合（日本円を相手国の通貨に換えて送る）

このように国をまたいだ商取引では、代金をどのようにしてやり取りしているのでしょうか。国境を越えたお金のやり取りでは、必ず通貨と通貨の両替が発生します。そこに登場するのが外国為替というものです。

外国為替では、世界で使われている通貨どうしを交換する際の交換比率である「為替レート」が重要になります。貿易がスムーズに行うためには為替レートは固定していたほうが分かりやすくして便利なのですが、1973年から、先進諸国の通貨の

【図表1】 為替レート（対USドル）の推移

出典：独立行政法人労働政策研究・研修機構HPを基に作成



需要と供給が等しくなるように、為替レートの決定を為替市場にまかせる「変動相場制」になりました【図表1】。

固定相場制のもとでの円・ドル交換レート

「円高」と「円安」 どっちがお得？

は1ドル＝360円でしたが、1970年頃になると、日米の貿易不均衡がとて大きくまりました。その理由のひとつは、1ドル＝360円という為替レートが円を過小に評価していたことにありました。このような多国間の貿易不均衡を解消することが、変動相場制への移行のねらいだったのです。

そして、円相場は大きく変動する時代に入ります。その後、円高・ドル安がどんどん進み、1995年には1ドル＝79円台という史上最高の円高を記録しました。

では、円高や円安はどのようにして決まるのでしょうか。通貨についても、モノの値段が決まるしくみと同様、需要と供給で考えることができます。

「円安」とは、日本円の価値が他の通貨（例…ドル）に対して下がった状態のことです。一方「ドル高」とは、ドルの価値が円に対して上がった状態を意味します。同じ現象を円の側から見るとドルの側から見ると表現が異なりますが、実質的にはコインの裏表の関係です。実際の数値でいうと、例えば1ドル＝120円の為替相場が130円に変わったら、それは円安・ドル高です。かつては120円出せば1ドルと交換できたのに、円安が進んで130円出さないと1ドルが手に入らなくなったわけので、日本円の価値が下がったと判断できます。

円安・ドル高とは、以前に比べ円の力（購買力）が弱くなり、ドルの力が強くなった状態なのです。つまりその国が、どのように思われているかです。円安・ドル高が進むと、日本経済や私たちの生活には長所と短所の両面で様々な影響が及びます。

まず、円安のプラスの影響から見てみましょう。日本で作っている製品やサービスが外国で割安になるため、外国の人にとっては買いやすくなります。日本車や日本の電化製品などが以前より安い価格で買えると、売れるようになり、日本の主な輸出産業の業績は上向きになるといえます。また日本への旅行も割安になるため、日本を訪問する観光客が増えて、ホテルや飲食店など観光業が潤う可能性もあります。このように円安・ドル高は輸出企業や観光業にとっては追い風となり、日本全体にとっても企業収益の増加や雇用の拡大につながるものが期待されます。

一方で、円安にはマイナスの影響もあります。輸入品の価格が上がり、物価の上昇につながるからです。日本はエネルギー資源や電子機器など多くを海外からの輸入に頼っています【図表2】。例えば1ドルの商品を買うのに必要な円が増えるので、輸入しているガソリンや食品などの価格が高騰しやすくなります。円安が続くと私たち消費者に身近な商品も値上がりし、家計の負担が増すこととなります。さらに物価が上がっても私たちの給料がすぐに増えるとは

限らないため、円安による物価高騰は一般家庭の暮らしに大きな影響を与えることとなります。

では、円安・ドル高の反対である「円高・ドル安」についてはどうでしょうか。【円高】とは、日本円の価値が他の国の通貨に対して上がることで、つまり円で交換できる他の通貨の量が増える現象です。ドル安はその裏返しで、ドルの価値が相対的に下がることを意味します。それでは、円高・ドル安が日本経済や私たちの生活にどんな影響を与えるのかを見てみましょう。

まず円高のプラス面では、外国からの輸入品が安く買えるようになります。1ドル115円が110円になるだけでも、同じ1ドルの商品を買うのに5円節約ができる計算になります。このように円高は輸入コストを下げる効果があるため、輸入品そのものや輸入に頼っている原材料で作られた製品の国内価格が下がりやすくなります。例えば原油や小麦粉を安く輸入できれば、ガソリン代やパン、麺類などの価格が抑えられ、私たち消費者にとって物価安のメリットが生まれます。

また日本円を海外旅行先で両替するときも多くの外貨に換えられるので、海外旅行や海外留学をする人にとって円高はお得です。日本企業にとっても、原材料を安く仕入れられたら製造コストが下がるため、原料を輸入に依存する業種は業績が上がるものが期待されます。

マイナス面もあります。円高になると、外国にとって日本の製品やサービスが割高になるため、日本からの輸出製品が売れにくくなるのです。

例えば、1ドルの商品をアメリカで売るとします。円高で1ドル90円になれば、日本企業が受け取る円建て（円を基準にしたお金のやり取り）の売上金は以前（1ドル＝100として）より少なくなってしまう。現地の通貨ドルで設定された価格を維持しようとすると、ドル建て価格を値下げせざるを得ず、利益は減ります。

このようなことから、日本の主要産業である自動車や鉄鋼などの輸出産業の収益は圧迫され、国際競争力は低下し、企業の業績悪化は従業員の賃金やボーナスの伸び悩みにもつながり、消費者の購買意欲が冷え込む恐れも出てきます。また外国人旅行者にとって日本滞在費用が割高になるため「日本は高い！」と敬遠され、訪日観光客が減少し、観光産業の収益が落ち込む可能性もあります。

総じて言えば、「円高・ドル安」は輸入品が安くなることで物価を抑えられる効果がある一方で、輸出産業の収益悪化や景気の停滞を招きやすい状態といえます。円安・円高のどちらが日本経済にとって「良い状態」かは一概には決められません。なぜなら、その時々々の状態や立場によって恩恵を受ける人もいれば、影響がマイナスに働く人もいるからです。



【図表2】日本はどんなものを輸入し、輸出しているのか

● 輸入品目ランキング

2000 年 輸入総額 40兆9,384億円			2010 年 輸入総額 60兆7,650億円		2020 年 輸入総額 67兆8,371億円		2021 年 輸入総額 84兆7,607億円	
1 位	原油および粗油	11.8 %	原油および粗油	15.5 %	原油および粗油	6.8 %	原油および粗油	8.2 %
2 位	事務用機器	7.1 %	LNG(液化天然ガス)	5.7 %	LNG(液化天然ガス)	4.7 %	LNG(液化天然ガス)	5.0 %
3 位	半導体等電子部品	5.2 %	衣類および同付属品	3.8 %	医薬品	4.7 %	医薬品	4.9 %
4 位	衣類および同付属品	5.2 %	半導体等電子部品	3.5 %	通信機	4.2 %	半導体等電子部品	4.0 %
5 位	魚介類	4.0 %	石炭	3.5 %	衣類および同付属品	4.0 %	通信機	3.9 %
6 位	LNG(液化天然ガス)	3.4 %	音響映像機器	2.7 %	半導体等電子部品	3.7 %	非鉄金属	3.3 %
7 位	科学光学機器	2.3 %	非鉄金属	2.6 %	電算機類(含周辺機器)	3.5 %	衣類および同付属品	3.3 %
8 位	石油製品	2.3 %	石油製品	2.6 %	非鉄金属	2.5 %	石炭	3.3 %
9 位	肉類	2.3 %	電算機類(含周辺機器)	2.6 %	科学光学機器	2.5 %	電算機類(含周辺機器)	2.8 %
10 位	音響映像機器	2.1 %	医薬品	2.5 %	石炭	2.5 %	石油製品	2.5 %

● 輸出品目ランキング

2000 年 輸出総額 51兆6,542億円			2010 年 輸出総額 67兆3,996億円		2020 年 輸出総額 68兆4,005億円		2021 年 輸出総額 83兆914億円	
1 位	自動車	13.4 %	自動車	13.6 %	自動車	14.0 %	自動車	12.9 %
2 位	半導体等電子部品	8.9 %	半導体等電子部品	6.2 %	半導体等電子部品	6.0 %	半導体等電子部品	5.9 %
3 位	事務用機器	6.0 %	鉄鋼	5.5 %	自動車の部分品	4.3 %	鉄鋼	4.6 %
4 位	科学光学機器	5.1 %	自動車の部分品	4.6 %	鉄鋼	3.8 %	自動車の部分品	4.3 %
5 位	自動車の部分品	3.6 %	プラスチック	3.5 %	半導体等製造装置	3.7 %	半導体等製造装置	4.0 %
6 位	原動機	3.2 %	原動機	3.5 %	プラスチック	3.5 %	プラスチック	3.6 %
7 位	鉄鋼	3.1 %	船舶	3.3 %	原動機	3.2 %	原動機	3.0 %
8 位	映像機器	2.7 %	科学光学機器	3.0 %	科学光学機器	2.9 %	科学光学機器	2.8 %
9 位	有機化合物	2.3 %	有機化合物	2.8 %	電気回路等の機器	2.5 %	電気回路等の機器	2.5 %
10 位	プラスチック	2.0 %	電気回路等の機器	2.6 %	非鉄金属	2.3 %	非鉄金属	2.5 %

出典：財務省

江戸時代末期には、3300万人程度の人がこの国に住んでいたと推定されます。この数字は、日本が貿易を行う前の数字です。現在は少子化が問題とされていますが、それでも1億2300万人以上の人がこの国に住んでいます。ということは、この国で養える人口が、江戸末期と比べると、4倍近くまで増えたことになります。国内では工業製品を作り、食糧の半分以上を外国から輸入するという経済のしくみ、すなわち貿易のおかげで、国は豊かになり、私たちの生活は便利になったのです。

でも、すべての国々や人を貿易が「幸せ」にするわけではありません。もし、安い外国産の製品が入ってきたら、同じ製品を国内で作っている生産者はどう考えるでしょう。これまでも、政治力を借りて問題を解決しようとしたところに、貿易を巡る紛争が何度も起こってきました。紛争の解決は二か国間でも行われますが、世界貿易機関(WTO)がルールにのっとって解決することもあります。

これからも為替レートの変化をニュースでよく見聞きするはずです。私たちの生活に直結する大事な要素だということを理解していただけたなら、きっと世界経済の動きと私たちの生活とのつながりが身近に感じられるようになることでしょう。

貿易をすると
みんなが「幸せ」になる？