

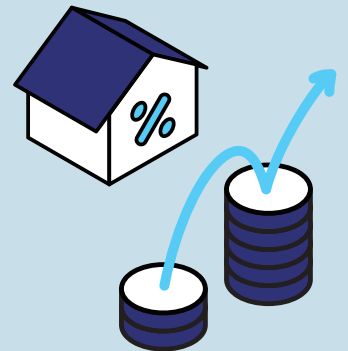
金利上昇・インフレ時代に、 マイホーム購入で 後悔しないための心得



金利や物価が上がる中、マイホーム購入のハードルが高まっています。「今は買わない方がいいのでは?」と迷う人もいるでしょう。一方で、家族のライフプランを考えると、「今が買い時」という人もいます。大切なのは、将来の不確実性を理由に購入を先送りすることではなく、金利や物価の上昇に負けない強固な家計基盤をつくりながらマイホーム購入をすることです。そこで今回は、日ごろ住宅購入世帯の家計診断を行っているファイナンシャルプランナーが、金利上昇・インフレ時代のマイホーム購入で意識したいポイントについてお伝えします。



物価が2%で上がり続けると、 30年後の生活費は1.8倍に!



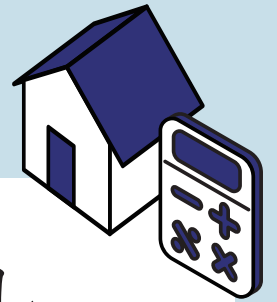
日本では長くデフレが続きましたが、近年は物価上昇が続いています。日本銀行も、消費者物価の前年比上昇率2%を物価安定の目標としており、経済の持続的な成長に繋げていくことを目指しています。

ところで、物価が本当に年率2%で上昇を続けた場合、「現在約30万円」の生活費は30年後にはなんと約54万円になる計算です。実はこの「現在約30万円」という数字は、持ち家があって住居費がほとんどかからない老後夫婦の1ヶ月の平均支出額(約29万円)に近い数字になっています^{*}。つまり、みなさんが老後を迎える頃には、家を持っていたとしても、夫婦で月の生活費が

約54万円くらい必要になるかもしれないということです。ちょっと恐ろしい数字ですよ。本当にそうなるかどうかわかりませんが、不確実性が高まる世の中を生き抜くためには、常に最悪のシナリオを想定し、なにがあっても破綻しない強固な家計基盤を築くことです。特に、その後の人生を左右するマイホーム購入時には、一生涯の家計を考えた上で、慎重に計画を立てる必要があります。

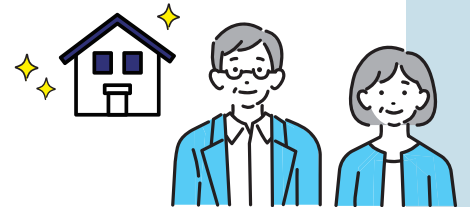
※総務省統計局の家計調査(2025年)

金利・物価上昇に負けない マイホーム購入術



1 一生涯のお金の流れを把握し 無理のない予算を決める

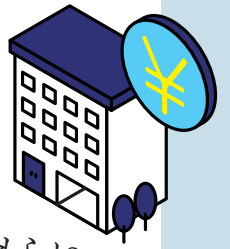
マイホーム購入後は管理費・修繕費・固定資産税・火災保険など新たな支出が発生します。また、ライフスタイルや家族構成の変化に伴い生活費や教育費の増加も考えられます。まずは今後、いくら収入が期待でき、生活費・教育費・老後資金を確保した上で、住宅にいくら使えるかといった視点で予算を決めるようにしてください。



2 リタイアまでに 住宅ローン完済の目途を立てる

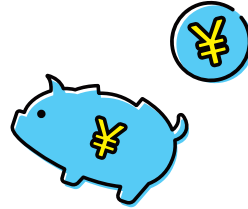
現時点では65歳でリタイアする人が多くなっていますが、リタイア後は貯蓄の取り崩し期に移行するのが一般的です。前述したとおり、家があって住居費がほとんどかからない老後夫婦でも、1ヶ月の平均支出額は約29万円となっています。これ以外に住宅ローンの返済があるとなると、年金収入だけで捻出するのは現実的に難しいものがあります。最初は80歳まで続くような最長期間で住宅ローンを組んだとしても、リタイア時には完済の目途が立つように、家を買った瞬間から完済資金の積み立てを始めてください。その際に、リスクをコントロールした正しい資産運用をしながら貯めることができれば、より効率よく貯めることも可能です。また、いつか家を買うのであれば早くに買った方が当然リタイア時のローン残高は少なくなります。

3 収入を増やすこと



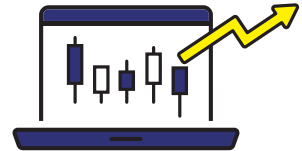
共働きにする、就労期間を延ばすといった対策のほか、お金にも働いてもらい収入を増やすことが有効な対策として挙げられます。

4 支出を減らすこと



これまでも切り詰めていた家庭にとっては限界があるかもしれませんが、家を買うまでは特に目標もないのでお金を全部使っていたという人は、マイホーム購入を機に支出を見直すチャンスです。

5 資産運用をすること



インフレが進むと、現金の価値は目減りします。インフレ対策として有効なのは株式やコモディティへの投資です^{*}。そのほか、リスクの低い預け先として、預金金利や個人向け国債の金利も今は上がっています。借りるお金の金利は少しでも低く、預けるお金の金利は少しでも高くなるよう、こだわってください。

※株式や商品等への投資にはリスクが伴い、利益を保証するものではありません。

6 自宅という「現物資産」を持つこと

物価が上がる中でインフレに強い現物資産への投資が注目されています。そういう意味では、手持ち資金がなくても長期間・低金利で借りられる住宅ローンを利用して、しかも自ら住みながら、資産形成をしていけるのが住宅という不動産の資産です。将来売ることができる不動産であれば、老後資金が枯渇した場合に、自宅不動産を有効活用して老後資金を捻出できるといったメリットもあります。



「金利が上がっているから買わない」 が正解とは限らない

金利・物価が上がっているとはいえ、この先待ったところで下がる保証はありませんし、何よりも資産形成で一番味方につけるべき時間を損失することになります。ライフスタイルから判断すると今が買うべきタイミングなのであれば、金利・物価上昇が続いても無理なく返済できる家計をしっかりと整えた上で、適正な予算の範囲で理想の住まいを見つけることが後悔しない最大のポイントです。



不動産の購入・売却のご相談は
みずほフィナンシャルグループの〈みずほ不動産販売〉へ

お客さま満足度「また取引したい」約97%!

※当社でお取引いただいたお客様アンケート結果(2025年4月1日～2026年3月31日)

提携先の皆さまは **おトクな優待制度** がございます!



みずほ不動産販売株式会社 法人連携推進室

TEL:0120-036-595

受付時間 平日 9:30～17:30(祝日を除く)

E-mail:housui-e@mizuho-re.co.jp

お問い合わせはこちら
PCの方はこちらをクリック



[執筆] 平井 美穂

不動産とお金の専門家。独立系ファイナンシャルプランナー(CFP®)。

不動産営業を経験後、金融機関で融資・資産運用相談に従事。

独立後は第三者の立場で、正しい住宅の買い方・資産運用の仕方をコーチングしている。

相談実績25年・5,500件超の豊富な実務経験に基づいた実践的なアドバイスを得意とする。