

日本経済：金利上昇による家計への影響の試算 ーマクロでは収支改善も、負担は住宅ローン保有世帯に集中ー

日銀の利上げペース加速を前提に、金利上昇が家計に及ぼす影響を試算。家計全体では、預金残高が住宅ローン残高を大きく上回るため、利払い費の増加を利子収入の増加が上回り、2026～28 年度はいずれも収支改善の見通し。ただし影響は世帯属性により大きく異なり、恩恵は預金残高が多く定期預金比率も高い高齢層に集中。一方、住宅ローンを抱える 30～40 代など現役世代では利払いの増加が重荷となり、収支はマイナスになる公算。マクロでみれば金利上昇による消費の下押し懸念は限定的ながら、資産所得格差の拡大に注意が必要。

足元の賃上げは若年層ほど大きく、利払い負担の一部を相殺する効果が期待されるものの、賃上げ分は本来、物価上昇による支出増を賄うためのもの。家計の購買力を維持するには、物価上昇と利払い負担の増加を十分に吸収できる継続的な賃上げが不可欠。

家計部門全体では、金利上昇はプラス

日本銀行の利上げペースがこれまでの半年に一度から早まり、9 月の金融政策決定会合で政策金利が現在の 1.00%から 1.25%に引き上げられるとの見方が強まっている。以下では、これまでの利上げや今後想定される利上げペースの加速に伴う金利の上昇が家計に及ぼす影響について、当社の金利見通しを基に試算した。

具体的な各種金利の想定は右図の通りである。当社は次回の利上げを 9 月と予想している。その後、半年を待たずに再度利上げしたのち、2027 年度入り後は消費減税によるインフレ率の低下を受け、利上げペースが鈍化すると見込む。この金融政策見通しのもと、長期金利も 2028 年度にかけて上昇基調が続くとみている。預金や住宅ローン、個人向け国債の金利は、政策金利や各種年限の国債利回りから推計した¹。

試算の結果、家計部門全体のネットの利子所得（受取－支払）は、前年度対比で 2026 年度：＋0.8 兆円、2027 年度：＋1.0 兆円、2028 年度：＋0.4 兆円と、利払い費の増加を上回る利子収入の増

試算の前提となる各種金利の想定

	各年度期中平均（％）			
	2025年	2026年	2027年	2028年
政策金利	0.56	1.11	1.70	2.12
10年国債利回り	1.75	2.92	3.32	3.40
普通預金金利	0.19	0.37	0.62	0.76
定期預金金利	0.52	0.87	1.01	1.04
変動型住宅ローン金利	0.75	1.35	2.00	2.33
固定型住宅ローン金利	1.97	3.31	3.59	3.63
個人向け国債利回り （固定3年）	0.95	1.70	2.11	2.28
個人向け国債利回り （固定5年）	1.16	2.13	2.51	2.65
個人向け国債利回り （変動10年）	1.08	1.93	2.19	2.24

（出所）伊藤忠総研

（注）政策金利は無担保コールO/N物金利、普通預金金利は主要都市銀平均、定期預金金利は10年物、固定型住宅ローン金利はフラット35最低金利

¹ 日銀の利上げ1回（0.25%pt）につき、普通預金金利は0.10%pt、変動型住宅ローン金利は0.25%pt引き上げられると想定。定期預金金利や固定型住宅ローン金利は10年国債利回りから、各種個人向け国債利回りは対応する年限の国債利回りから推計。本資料は情報提供を目的として作成されたものであり、投資勧誘を目的としたものではありません。作成時点で、株式会社伊藤忠総研が信頼できると判断した情報に基づき作成しておりますが、その正確性、完全性に対する責任は負いません。見通しは予告なく変更されることがあります。記載内容は、伊藤忠総研ないしはその関連会社の投資方針と整合的であるとは限りません。

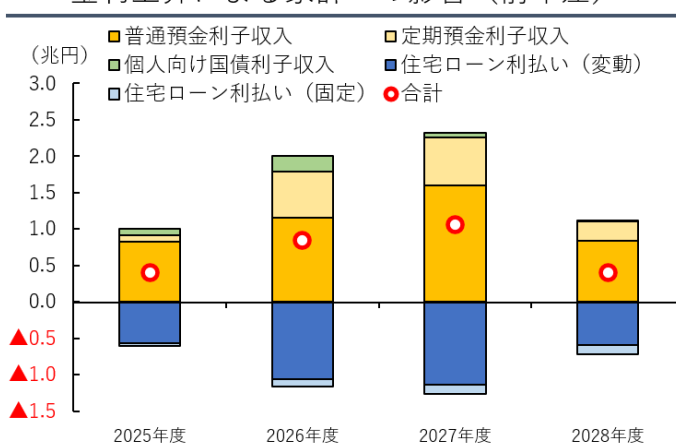
加によりプラスとなった²（右図）。想定される金利の上昇幅は預金金利よりも住宅ローン金利の方が大きいものの、家計の抱える預金残高が住宅ローン残高を大きく上回ることが主要な要因だ（預金残高：1,026 兆円、住宅ローン残高：244 兆円、2025 年度末時点、右下図）。なお、金利の上昇に伴う家計の行動変化として、預金については定期預金の途中解約・新規預け入れや普通預金から定期預金への再配分、住宅ローンについては新規借り入れにおける固定型の割合の増加などを想定している³。

住宅ローンを抱える現役世代では負担増

しかし、金利上昇によって受ける影響の大きさは、預金残高の規模や普通・定期の割合、住宅ローンの有無などによって、世帯ごとに大きく異なる。そこで、家計調査における世帯主の年齢階層別の金融資産・負債の保有状況（二人以上世帯）を用いて、年代別に金利上昇の影響を試算した。

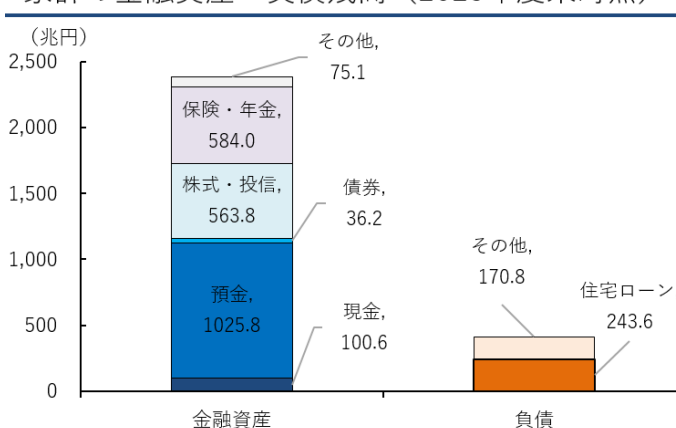
試算の結果、金利上昇の恩恵は 50 歳以上の中高年・高齢層に集中しており、若年層・現役世代ではマイナスの影響の方が大きくなるという結果が得られた（右下図）。前年度対比でみた 2026 年度のネットの利子収入の増減は、一世帯当たり平均で 50 代が +1.2 万円、60 代は +4.9 万円、70 歳以上は +4.8 万円と世帯主が 50 代以上の世帯では収支がプラスとなる一方で、29 歳以下は ▲3.1 万円、30 代は ▲3.1 万円、40 代も ▲1.4 万円と世帯主が 40 代以下の世帯ではマイナスとなる。預金残高は年齢が上がるほど増え、60 代以上では金利上昇幅の大きい定期預金の比率も高くなる一方、住宅ローンは 30 代を中心とした現役世代に集中している

金利上昇による家計への影響（前年差）



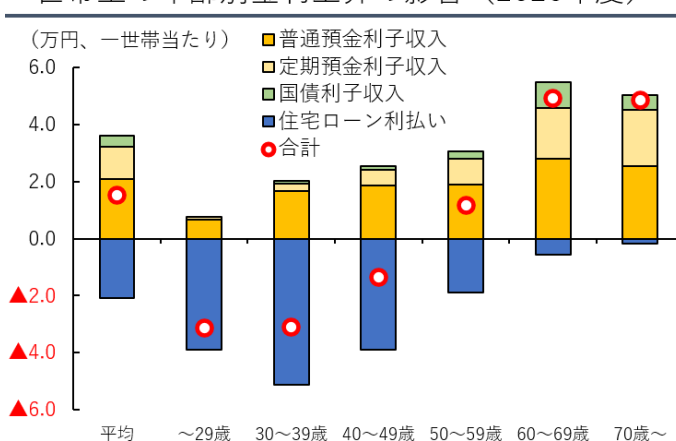
（出所）住宅金融支援機構、主要都市銀行、日本銀行、財務省より伊藤忠総研作成

家計の金融資産・負債残高（2025年度末時点）



（出所）日本銀行、伊藤忠総研

世帯主の年齢別金利上昇の影響（2026年度）



（出所）住宅金融支援機構、主要都市銀行、日本銀行、財務省、総務省より伊藤忠総研作成

² 本試算では、家計の金融資産・負債のうち金利変動の影響を直接的に受けとられる預金、個人向け国債、住宅ローンのみを対象としている。その他の主要な金融資産としては株式・投信や保険・年金、負債としては消費者金融などがあるが、金利以外の要因の影響の大きさや実態把握の困難さなどから今回は試算に含めなかった。

³ 具体的には、2025 年度末時点で保有する定期預金残高の 8 割が 2028 年度までに新規の定期預金として預け入れ直されること、毎年普通預金の 2%が定期預金に移されること、新規の住宅ローン借り入れに占める固定型の割合が約 5 割まで高まること（住宅金融支援機構の 2026 年 1 月調査では 25%が固定型）などを想定。

ことが要因だ。

このように、経済の正常化や日銀の利上げに伴う金利の上昇は、家計全体で見ればプラスの影響をもたらすとみられるため、所得面から見た個人消費への下押し圧力は限定的と言えよう。しかし、負担増が住宅ローンを抱える現役世代に集中しているため、資産所得の格差が拡大しやすくなる点には注意が必要だ。

現役世代の利払い負担増の相殺には継続的な賃上げが必要

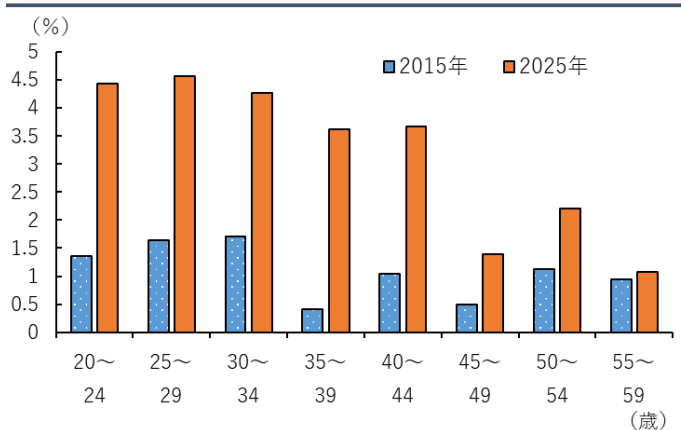
そもそも、こうした金利上昇は、日本経済がデフレから脱却しつつあることを背景としている。そのため、物価上昇を受けた賃金の上昇によって、金利上昇に伴う利払い負担の増加分が一定程度相殺されることが期待される。

近年の賃上げの恩恵は、金利上昇の恩恵とは異なり、若年層に集中している。5歳ごとに分類した年齢階級別の所定内給与、いわゆる基本給の伸びをみると、2025年は「40～44歳」以下の年齢層で+4%前後の高水準となっている一方、「45～49歳」以上では+2%前後の伸びにとどまっている（右図）⁴。

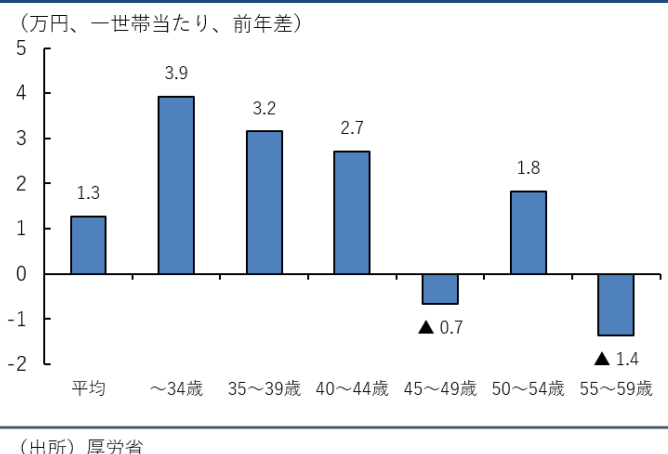
利払い負担の増加分と比較するため、残業代や賞与などを含む勤労収入を一世帯当たりの実額ベースでみると、2025年は前年から平均で+1.3万円増加している（右下図）。賃上げ率の違いを反映し、世帯主が35～39歳の世帯では+3.2万円と平均を上回る増加幅となっており、前述した30代のネットの利子負担増加分である▲3.1万円をおおむね吸収できる計算だ。

もっとも、こうした賃上げ分は本来、インフレによる支出の増加を賄うためのものである。ネットの利子収入と合算して差し引きゼロにとどまる場合、家計の実質的な所得は減少することになる。経済の正常化に伴う物価の上昇と若年層の利払い負担の増加を十分に吸収し、家計の購買力を維持するためには、今後も継続的な賃上げが不可欠である。

年代別の賃金上昇率（所定内給与）



世帯主の年齢別勤め先収入（前年差、2025年）



⁴ 近年の賃上げの詳細な分析は、2026年4月20日付 Economic Monitor「日本経済：縮む世代間格差、広がる世代内格差—賃金カーブは「フラット化」と同時に「ワイド化」が進む—」を参照。 <https://www.itochu-research.com/ja/report/2026/3209/>