

金利上昇局面で気にしたい 住宅ローンの説明・相談

住宅は人生の中で最も大きな買い物でありながら、その機会は一度限りという人がほとんどだろう。購入の知識や経験が乏しいまま住宅ローンを組むことは、人生設計を大きく左右する。ましてや、金利上昇局面にあり、商品の選び方も困難になりつつある。本稿では、住宅ローンの仕組みを紹介し、住宅ローンの借り換えのメリット・デメリットを紹介する。

株式会社九州FP事務所 代表取締役 藏前 雅之

1 住宅ローンの種類 説明のポイント

- (1) 全期間固定金利／選択期間固定金利と変動金利の違い
- 住宅ローンの金利タイプは、全期間固定金利型・選択期間固定金利型・変動金利型と異なる。最も利用されているのが変動金利型の76・9%（住宅金融支援機構2024年4月）で、金利の推移は図表1を参照されたい。以下、顧客説明時の参考にされたい。
- ① 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契約時に決められ、その後変更されないタイプである。代表的な商品にフラット35が挙げられる。
- 【メリット】 将来の返済額が借入時に確定するため、長期間に亘る家計の見通しが立てやすい、ローンを借りている間に市場金利が上昇したとし

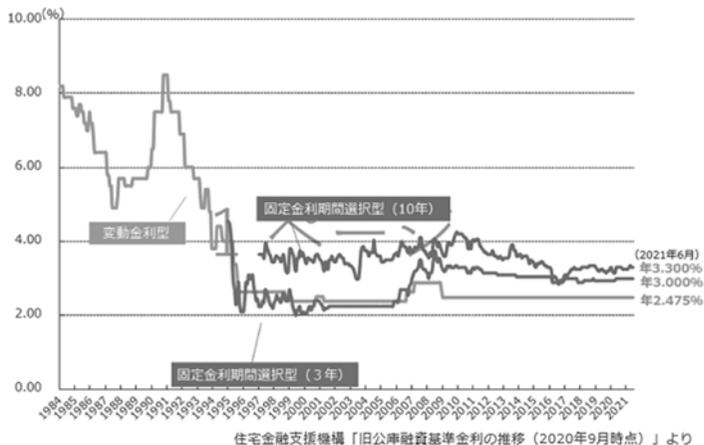
ても金利上昇へのリスクヘッジができることである。

【デメリット】 初期の金利が変動金利型や全期間固定金利型に比べて高めに設定されていることが多い。市場金利が下がった場合は不利になってしまう。将来に亘り低金利のままでは変動金利型に比べて支払利息が増える。

【利用に向いている人】

- ・ 堅実な収入が毎月ある人
- ・ 毎月の住居費を完済まで確定したい人
- ・ 金利などの情勢に目を向ける時間がない忙しい人

図表1 固定金利の推移



出典：住宅金融支援機構

- ・ 心配性な性格で、金利の動きに不安やストレスを感じやすい人

- ② 選択期間固定金利型
- 選択期間固定金利型は、当初から2年、5年、10年、15年など特定期間だけ金利を固定され、固定期間終了後は手

続きを何もしないと変動金利に移行するか、もしくは再度固定金利を選ぶことができる。

【メリット】固定金利期間中は返済額が安定するため、家計の管理がしやすい。また、固定金利期間終了時に市場金利を見て有利な条件を選べる柔軟性がある、ライフプランに合わせて期間を選択できる。

【デメリット】固定期間終了後に金利が変動するリスクがある。また、選択する固定期間が長いほど初期金利が高くなる傾向がある。変動金利に移行後の5年間ルール、12.5%ルール（後述）がない金融機関の方は注意されたい。

【利用に向いている人】

- ・当面は教育費などの出費が重なり、返済額を抑えてその間の金利変動リスクは避けたい人
- ・一定期間過ぎたら、妻が働くなど収入アップの予定がある人

・今は自動車ローンがあるが、完済すれば家計に余裕がある人

③ 変動金利型

借入期間中の金利が、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。金利は通常半年ごとに見直される。金利の変動により返済額は増減するタイプであるが、元利均等返済の場合には通常5年毎に返済金額が見直される5年ルールがある。また、返済額が増えても従来の返済金額の1・25倍以内という12.5%ルールがある。

【メリット】初期金利が他の金利タイプに比べて低い傾向があり、短期で返済を終える場合には有利である。また、支払額に激変緩和措置が設けられているため、金利が上昇したとしてもすぐに返済額が上昇することはない。

【デメリット】金利が上昇すると返済額が増加するリスク

がある。長期借入には向かない場合もある。総返済額が確定しないので、長期的な資金計画や返済計画が立てにくい。

【利用に向いている人】

- ・自営業、または収入を自分で決めることができる人
- ・金利上昇にも対応できるような家計に余裕がある人
- ・妻が働くなど、家計収入が増える予定がある人
- ・教育費など今後大きな支出がない人
- ・経済雑誌やニュースなどを見て金利動向を予測するなどできる人

このように各金利タイプにはメリット・デメリットが存在する。自分のライフプランやリスク許容度に応じて、最適な金利タイプを選択することが重要である。

(2) 変動金利の5年間ルール・12.5%ルールの説明

変動金利型借入希望者に説

明する5年間ルール・12.5%ルールは、金利が変動する中で急激な返済額の増加を防ぐためのルールである。

① 急激な負担を抑える5年間ルール

5年間ルールとは、住宅ローンの変動金利型において、金利が変動しても5年間は返済額が据え置かれるというルールである。金利変動による返済額の急激な増加を抑える仕組みとして設けられている。が、金利上昇分が元本や利息にどのように影響するかを留意し説明されたい。

【メリット】

ア. 返済額の安定
金利が上昇しても5年間は返済額が変わらないため、家計の収支が安定する。特に、金利が頻繁に変動する局面では、心理的な安心感を得られる。

イ. 家計管理がしやすい
5年間返済額が一定であ

返済額が急増し、次回の見直し時には約10万6250円／月（125％ルール適用で最大額）となる可能性がある。

② 返済額増加を緩和する125％ルール

125％ルールは、日本の住宅ローンの変動金利における返済額増加を緩和する仕組みのひとつで、借主が金利上昇時に急激な返済負担増加に直面しないよう設定されている。このルールでは、返済額の増加幅が、直前の返済額の125％以内に制限されることに留意し説明されたい。

【メリット】

ア．返済額急増を抑制できる
金利が大幅に上昇しても、返済額が前回の1・25倍までに抑えられるため、家計への急な負担が軽減される。
イ．金利上昇期でも生活費の安定が保てる。家計の予算管理が容易になるため、

5年ごとに負担が増加し続けるリスクがある。

オ．借入期間の延長

金利上昇で元本が減らない場合、借入期間延長か、最終的に一括返済を求められるリスクがある。

カ．経済状況や家計への過信「5年間は安心」と誤解し、金利上昇後の負担増加を過小評価してしまう場合がある。

（具体例）

● 仮定条件

借入額…3000万円
返済期間…35年
金利…当初1・0％、その後3・0％に上昇
5年間の返済額（据え置き）1・0％時の返済額（元利均等）…約8万5000円／月
金利3・0％に上昇しても、5年間は約8万5000円／月のまま。
5年後の返済額（未払い利息加算後）

ア．未払い利息（元利不足）発生リスク

金利上昇によって利息額が返済額を上回る場合、「未払い利息」が発生する。未払い利息は元本に加算され、次回見直し時に返済負担が大幅に増加する可能性がある。

イ．元本の減少が遅れる

5年間返済額が据え置かれるため、金利上昇時には元本の返済が進まず、総返済額が増加するリスクがある。

ウ．5年後の返済負担の急増

次回の見直し時に、金利変動分が一気に反映され、返済額が大幅に増加する可能性がある。この時、125％ルールが適用されるが、それでも負担が大きくなる可能性がある。

エ．長期的な返済リスク増大

短期的には安定するが、金利上昇が長期化する場合、

るため、長期的な家計計画を立てやすい。また、他の支出や貯蓄計画とのバランスがとりやすくなる。
ウ．短期間の金利上昇リスクを回避

一時的な金利上昇局面で返済額が変動しないため、その間に家計を立て直す資金を準備する猶予が得られる。

エ．長期金利が安定している場合に有利

5年間、金利が元の水準に戻る可能性がある場合、このルールにより短期的な金利変動の影響を抑えられる。

オ．将来に向けての資金準備に有利

金利が上昇しても5年間は返済額が固定されているため、将来に向けて貯蓄、投資に充てる余裕が確保される。

【デメリット】

金利率上昇時でも生活水準が維持しやすい。

ウ. 一時的な支出増加の回避

金利率が上昇しても、収入が増加する将来を見越して対応できる柔軟性を保てる。

エ. 金融機関との信頼関係の維持

住宅ローン利用者が返済困難に陥りにくく、返済延滞のリスクを抑えることで、金融機関との契約継続が容易となる。

【デメリット】

ア. 未払い利息の発生リスク

125%ルールにより月々の返済額が抑制されることで金利率上昇分をカバーしきれない場合、「未払い利息」が発生する。未払い利息は元本に加算されるため、次回以降の返済負担がさらに増加するリスクがある。

イ. 元本の減少が遅れる

返済額の多くが利息の支

払いに充てられるため、元本の減少が遅れ、総返済額増加の可能性が高い。

ウ. 長期的な返済負担の増加

未払い利息が元本に加算されると、利息計算の対象となる元本が増え、結果的に返済総額が大幅に増える可能性がある。

エ. 借入期間内に返済が終わらないリスク

契約時に設定した返済期間内に元本を返済しきれず、最後に一括返済や期間延長を求められる場合がある。

オ. 将来の負担増加への不安

今は返済負担が軽減されても、次回の見直し時や最終的にルールが解除されるタイミングで、大きな負担が発生する可能性がある。

(具体例)

● 仮定条件

借入金額：3000万円

当初金利：1・0%

残返済期間：30年

当初の返済額（元利均等）：

約9万6000円/月

金利が3・0%に上昇

125%ルール適用後の返済

額：12万円/月

本来必要な返済額（125%

ルールなし）：約12万700

0円/月

差額分（約7000円/月）

が未払い利息として発生

この2つのルールは、変動

金利型ローンのリスクを一定程度抑える激変緩和措置である。しかし、金利が長期間上昇する局面では前述のような返済負担が増加する、未払い利息が発生するリスクなどがあるため、注意が必要である。

過去には5年間ルール、125%ルールが発動された事例は公表されていないが、今後の局面では金利は急激には上昇しないと予想されているが、リスクを念頭に置いて対策を検討することが大切である。

もちろん、顧客にも過去にないとはいえ、十二分に説明を心掛けたい。

2

説明事例

金利上昇局面を踏まえた

Q1 金利優遇の仕組みと条件について教えてください

A1 自機関が提示する基準金利から一定の金利を引き下げる仕組みである。これにより、借入時の金利負担を軽減することが可能となる。この点を汲み顧客に説明されたい。

(1) 金利優遇の仕組み
基準金利…各金融機関が設定する基本的な金利。短期プライムレート+1・0%とされている。短期プライムレートは2009年以降1・475%から変わっていないが、2024年9月からは約17年ぶりに1・625%に引き上げられた。

優遇金利…基準金利から差し引かれる金利。これが適用

された後の金利を実際の優遇金利と呼ぶ。優遇幅は完済まで一定である。例えば、基準金利が2・625%で優遇幅が2・0%の場合、適用金利は0・625%となる。基準金利と優遇金利とはタイムラグがあり、4月に基準金利を引き上げた場合は、新優遇金利適用は7月～12月になる。

*各金融機関は引き下げ幅を拡大することで低金利を実現しており、同じ変動金利でも15年前の優遇幅に比べて現在の優遇幅は大きくなっており以前の変動金利は1%を超える場合もある。

(2) 金利優遇の条件

金利優遇を受けるためには、金融機関ごとに設定された条件を満たす必要がある。一般的な条件は以下の通り。
団体信用生命保険（団信）の加入・多くの銀行では、団信に加入することで金利の優遇を受けることができる。団信は、借り手が死亡した場合や

重度の障害を負った場合に、ローンの残高が保険金で返済される仕組みである。これにより、金融機関はリスクが軽減されるため、低金利を提供することが可能となる。

給与振込口座の指定・給与振込口座を住宅ローン契約者名義の口座に指定することも、金利優遇が適用されることがあるので、自機関の場合を確認されたい。

インターネットバンキングの利用・ネット銀行での住宅ローン契約では、支店に足を運ばずに手続きができるため、金利優遇を受けることができる場合がある。

住宅ローンの借入額や返済期間の条件・一定額以上の借入れや返済期間が長期となる場合にも、金利優遇を受けられることがある。

クレジットカードや公共料金の引き落とし口座設定・生活資金として利用する口座を

返済口座にするために、公共料金の引き落としや保険商品や投資信託の加入などで金利優遇を受けることができる場合があるので、自機関の場合を確認されたい。

(3) その他の注意点

・金融機関の優遇条件を分かりやすく説明すること。
・顧客のライフスタイルや借入の条件に合った優遇を選択すること。

Q2 最適な借り換えのタイミングとは？

A2 住宅ローンの借り換えは、金利の低下や顧客のライフプランの変更などによって家計の負担を軽減する手段として有効である。ここからは借り換えのメリットある場合、

メリットがない場合、最適な借り換えのタイミングの説明のポイントを述べる。

借り換えメリットがある場合・諸費用を含めても総返済

額が削減されるなら借り換えを検討する。

借り換えメリットがない場合・諸費用が高すぎる場合や金利差が小さい場合、借り換えは見送る。

●注意点

金利が固定期間終了後に変動する場合、その影響も考慮する必要がある。借り換えの返済期間を延ばす場合は、総返済額が増えるリスクがあるので、説明に注意されたい。

借り換えのタイミングについて、以下紹介する。

(1) 金利差が1%以上ある

現在のローン金利と借り換え後の金利の差が1%以上ある場合、借り換えのメリットが大きいとされる。従来の変動金利から現在の変動金利に借り換えの場合でも1%以上の差があれば検討する。

(2) 残存期間が10年以上残っている

借り換えによるメリットを得るためには、返済期間が長期間残っていることが望ましい。残存期間が短い場合、借り換え費用がメリットを上回る可能性がある。

(3) 借入残高が1000万円以上

借り換え費用は固定費用となるため、借入残高が少ないと費用対効果が低くなる。

(4) ライフプランの見直しが必要な場合

結婚、出産、子どもの進学などライフイベントに応じて、家計負担を軽減するために借り換えを検討することが有効である。また、リフォーム資金などを借り換え時に住宅ローンにまとめてしまうことで返済金額を抑えつつ豊かな生活を享受することもできる。

(5) 金利上昇により変動金利の返済金額が増加する心配
資産運用などに興味がなく、どうしても金利上昇のリスク

で返済金額上昇が心配な人は、固定金利型への借り換えも検討する。その場合は、返済金額が増加するので一部繰り上げ返済しながら残高を減らし、借り換えできれば返済金額の上昇も抑えられる。

Q3 返済が困難となった場合の対処法は？

A3 顧客から住宅ローンの返済が困難になった場合、早めに適切な対応を取ることで、

(1) 顧客から相談を受けた時
顧客の返済が困難となった理由や状況を聞き返済条件の変更には柔軟に対応する。
返済期間の延長・返済期間の延長により月々の返済額を減らす方法である。例えば、20年ローンを20年から30年に延長すると、毎月の返済額が軽減される。
元金据え置き・一定期間、元金の返済を一時的に止め、利息のみの返済に変更する方法。

この間、元金は減らないが、負担を大きく減らせる。

ポーンナス返済の停止・ポーンナス返済がある場合、それを停止して月々の返済額に分散することで負担を軽減できる。

また、顧客としては独立行政法人住宅金融支援機構や地方自治体の相談窓口を利用する。困窮する住宅ローン利用者の支援を行っており、例えば住まい再生支援事業などを利用できる。また、住居確保や住宅ローンの支援策を提供している自治体もある。住宅ローンアドバイザーや住宅ローンに強いファイナンシャルプランナーも心強い存在だ。家計の見直しや個人に合わせた法律に基づく返済交渉のアドバイスを受けられる。

(2) 家計の見直し
住宅ローン返済困難の原因が家計管理にある場合、徹底的に見直しも顧客に勧められたい。主な見直しのポイント

にはこのようなものがある。

● 毎月の固定費（通信費、保険料、光熱費など）を削減
● 不要なサブスクリプションや出費を抑える。

● 収入を増やす方法（副業など）を検討

(3) 不動産の売却や住み替え
返済が難しい状況が続く場合、住宅を任意売却してローンを完済することも選択肢の一つである。市場価格よりも安く売却しても、金融機関がローン残高の返済に充当することを許可する方法で、信用情報への影響はあるが競売よりも負担が軽減される。

(4) 団体信用生命保険の活用
多くの住宅ローンには団体信用生命保険（団信）が付帯しており、一定の条件下で保険金が支払われ、残高が免除されることがあるので、顧客に確認を促したい。適用されるケースには次のようなものがある。

● 病気や障害によって働けなくなった場合

● 傷害や病気による死亡

● 特定の保険ではがんや心疾患などの重病の場合も適用される

ポイント・加入している保険の条件を確認し、該当する場合はすぐに請求を行う。団体信用生命保険に加入している場合、保険の適用条件を確認し、必要であれば請求を行う。これらの対処法を適切に活用することで、返済困難な状況を乗り越える助けとなる。

(5) 自己破産を含む法的手段の活用

顧客がどうしても返済が不可能な場合、法的な手段に頼ること考えられるであろう。個人再生・裁判所を通じて借金の一部を減額し、残りを分割で返済する。住宅ローン特則を活用すれば、住宅を手放さずに済む場合もある。自己破産・裁判所に破産を申

し立て、全ての債務を免除してもらおう。ただし、住宅を失う可能性が高い。

住宅ローンをしっかりと理解することは、暮らしの経済を支える根幹にもなる。コロナ禍や世界各地の紛争や災害が、我々に与える不安は大きいなか、将来に備えるためにも住宅ローンの種類や特性、借り換えのタイミンングや特性を知っておくことは重要だ。正しい情報入手し、不安なときは住宅ローンアドバイザーや住宅ローンに強いファイナンシャルプランナーに相談することをお薦めする。