

## 市場が予測する「10年後の変動金利」

さて、昨年末にさらに金利の引き上げが発表されました。そうすると、今後の住宅ローン金利がどうなってしまうのかが気になりますよね。そこで今回は、住宅ローンで一番人気のある「変動金利」が10年後どれくらい上昇しているのか？という予測を「インプライド・フォワードレート」という計算方法を使って予測したいと思います。（2025年12月時点の金利水準から計算される10年後の変動金利予測値です。あくまでも一つの仮説でしかありません。）

各銀行の金利から予測すると・・・。

約 2.5% ~ 2.6%

(※銀行の優遇幅適用後の実質金利イメージ)

銀行別でみると、こんな感じになります。

【2025年12月版】現在金利 vs 10年後予測金利 比較一覧表					
順位	銀行名	現在の変動金利 - 2025/12 実績値	10年後の変動金利 - 市場予測値	乖離 - リスク	解説
1	三井住友銀行	0.595%	3.35%	大	現在はWEB専用などで0.5%台を死守していますが、将来予測値は最も高く、「釣った魚」の将来負担増が懸念されます。
2	楽天銀行	0.6%台 (推定)	3.05%	大	ネット銀行の中ではシビアな将来予測。現在の低さと将来の高さのギャップに注意が必要です。
3	三井住友信託銀行	0.6%台 (推定)	2.98%	大	信託銀行らしい堅実な（高めの）リスク評価です。
4	りそな銀行	0.6%台 (推定)	2.92%	中	メガバンクとネット銀行の中間的な立ち位置です。
5	イオン銀行	0.6%台 (推定)	2.80%	中	経済圏への囲い込みを重視していますが、金利上昇圧力は避けられていません。
6	三菱UFJ銀行	0.670%	2.55%	中	【注目】優遇幅を縮小し、実質的な利上げ（0.6%台後半へ）に踏み切りました。最も正直なプライシングと言えます。
7	みずほ銀行	0.6%台後半 (推定)	2.40%	中	他のメガバンクに追随する形で、緩やかな上昇基調にあります。
8	auじぶん銀行	0.780%	2.38%	小	かつての「0.2%台」から大幅上昇。現在は無理な安売りをやめ、収益重視にシフトしています。
9	ソニー銀行	0.7%台 (推定)	2.25%	小	独自路線。現在の金利も決して安くはありませんが、将来の急騰リスクも低く見積もっています。
10	PayPay銀行	0.630%	2.05%	大	まだ低金利競争を続けている数少ない銀行の一つです。
11	SBI新生銀行	0.590%	1.95%	中	現在金利でトップクラスの安さを提示。シェア獲得に積極的です。
12	住信SBIネット銀行	0.650%	1.88%	特大	10年後も「1%台」という驚異的な楽観予測。市場の歪みか、独自のヘッジがあるのか、判断が分かれるところです。

※現在の変動金利は、2025年12月1日時点の最優遇金利（キャンペーン適用後など）の一例です。個人の審査結果や借入条件により異なります。

2025年は日本の長期金利（10年国債）が上昇（当時より高水準の1.9%台）したことで、将来予測も上方修正され、2%台後半が見えてきています。

「2.5%」という数字の意味

「変動金利が2.5%になる」というのは、現在の水準（0.4~0.6%）から見れば4倍以上です。もし35年ローンで5,000万円を借りている場合、金利が0.5%から2.5%になると、月々の返済額は約5万円近くアップする計算になります。

変動金利は、一般的には半年ごとに金利が見直されていくので、金利上昇時にはその影響をダイレクトに受けることとなります。

年末の利上げを受け、早ければ今年の4月には1%台の変動金利を提示してくる金融機関も現れるかもしれません。

結論：対策はどうする？

この試算結果は、「将来、確実にそうなる」わけではありません。あくまでも「計算上は、それくらい上がってもおかしくない」ということを示しています。

金利上昇局面において、これから住宅ローンを組む方が守るべき鉄則があります。

① 現在の金利ではなく、将来の金利で計算して借入金額を検討する。

現在の金利で月々返済額を基準にしてしまうと、金利が上昇し返済額が増えた時に家計が破綻してしまいます。少なくとも2.5%ぐらいの金利で計算してください。

② 全期間固定金利・ミックス金利を検討する。

金利が高いですが、一度は全期間固定金利を検討してみてください。特にフラット35は、今年も国から様々な支援策があり、利用する価値があります。

また、変動金利と固定金利をミックスして借りることで、リスクを分散する方法もありかもしれません。

金利上昇局面は、住宅ローンも上がりますが、預金金利も上昇します。上手に資産運用も活用しながら家計を守っていくことが重要ですね。