

長期投資マガジン8/4号

長期投資マガジン365

2025年8月4日号

皆さま、こんにちは！8月に入り、夏休みシーズン真っ只中ですね。

株式市場は、この2週間、重要な金融政策の発表が相次ぎ、一休みといった様相を呈しました。これまでのような一本調子の上昇とは少し違う動きに、「これからどうなるんだろう？」と感じている方もいらっしゃるかもしれません。

今回のマガジンでは、日米の金融政策という少し難しいテーマを分かりやすく解きほぐしながら、今後の相場にどう向き合っていくべきか、そのヒントをお届けします。

最新マーケット情報（7/21～8/3）

この2週間は、日米の中央銀行（FRB・日銀）の金融政策会合が最大の注目イベントでした。両市場ともに、その結果を受けて一進一退の展開となっています。

| | |
|--|--|
|  S&P 500 | 最高値圏から一服。週次では下落。 FRBが金利を据え置いたことや、一部企業の決算、経済指標の結果を受けて利益確定の動きが優勢となりました。 |
|  日経 平均 | 4万円を挟んで方向感に欠ける動き。 日銀が金利を据え置いたことで安心感が広がった一方、円相場の動きや米国の動向をにらみ、積極的な売買は手控えられました。 |

金融政策ウィークを終えて。市場の関心はどこへ？

この2週間の主役は、アメリカのFRB（連邦準備制度理事会）と日本の日銀でした。両者とも、大方の予想通り**政策金利の据え置き**を決定しました。これにより、過度な金融引き締めへの懸念は後退したものの、市場は一旦材料出尽くしとなり、これまでの上昇ペースが少し落ち着きました。今後は、改めて各企業の**業績**や、**インフレ**、**雇用**といった経済の基礎体力を示す指標に注目が集まります。

【補足解説】7月31日からのS&P 500下落、3つの要因とは？

7月30日までは堅調だったS&P 500が、月末から8月1日にかけて下落に転じました。この背景には、主に3つの要因が重なりました。

1. 一部ハイテク大手の決算への失望

Amazonなどの巨大ハイテク企業が決算を発表しましたが、売上高は予想を上回ったものの、利益見通しが市場の期待に届きませんでした。これまで相場を牽引してきた主役の失速を懸念し、ハイテク株を中心に売りが広がりました。

2. 予想を下回る雇用統計

8月1日に発表された7月の米雇用統計で、非農業部門の雇用者数が市場予想を大きく下回る7.3万人増にとどまりました。これは景気減速のサインと受け取られ、企業の将来の業績に対する不安につながりました。

3. 新たな関税への警戒

トランプ大統領が新たな対外関税措置を発表したことで、貿易摩擦の激化懸念が再燃しました。これは世界経済の不透明感を増し、投資家がリスクを避ける動き（リスクオフ）を強める要因となりました。

このように、複数の懸念材料がほぼ同時に発生したことで、利益確定の売りが加速したと考えられます。

“

今後の見通し：大きな金融イベントを通過したことで、市場は比較的落ち着いた展開が予想されます。ただし、米国の貿易政策に関するニュースや、8月後半から意識される9月の調整リスク（季節性アノマリー）には引き続き注意が必要です。

”

今週の資産形成のヒント

「中央銀行」とどう付き合う？長期投資家としての心得

ニュースで毎日のように聞く「FRB」や「日銀」。彼らの決定が株価を大きく動かすこともあり、つい一喜一憂してしまいがちです。しかし、私たち長期投資家は、彼らの動きとどう付き合っていけば

良いのでしょうか。

中央銀行の役割は「経済の安定」

FRBや日銀の使命は、物価の安定（インフレのコントロール）と雇用の最大化を通じて、経済全体を安定させることです。そのための道具が「政策金利」の上げ下げ（金融政策）です。

- **利上げ**：経済が過熱し、インフレが進みすぎた時に、金利を上げて景気を冷ます（ブレーキ役）。
- **利下げ**：景気が悪くなり、デフレの懸念がある時に、金利を下げて景気を刺激する（アクセル役）。

つまり、彼らの動きは「経済の天気予報」のようなもの。その決定の背景にある経済状況を理解することが大切です。

“

長期投資家としての心得

1. **「木」でなく「森」を見る**：一つ一つの金融政策決定（木）に振り回されるのではなく、その背景にある大きな経済の流れ（森）を捉えましょう。「なぜ今、利上げ（下げ）が必要なのか？」を考えることで、冷静に状況を判断できます。
2. **時間軸を長く持つ**：金融政策は短期的な株価の変動要因になりますが、10年、20年という長期的な視点で見れば、優れた企業の成長（業績）がリターンを生み出す源泉であることに変わりはありません。
3. **最高の対策は「いつも通り」**：結局のところ、私たち個人投資家ができる最善の策は、金融政策のニュースに右往左往せず、**いつも通りコツコツと積立投資を続けること**です。市場がどう動こうと、時間を分散して買い続ける戦略は、短期的な変動リスクを吸収してくれます。

”

? 読者Q&Aコーナー

初心者の皆さまからよく寄せられる質問に、今週もお答えします。



Q 市場が最高値圏にありますが、今から投資を始めても大丈夫でしょうか？

A

「高値掴み」をしたくないというお気持ち、非常によく分かります。しかし、歴史を振り返ると、市場は常に最高値を更新しながら成長してきました。つまり、**今日の最高値は、10年後のから見れば通過点に過ぎない**可能性が高いのです。

最も大切なのは「タイミングを計らないこと」。投資の神様でさえ、完璧なタイミングを予測することはできません。だからこそ、決まった額を定期的買い続ける「ドルコスト平均法」が有効なのです。高値の時は少ししか買わず、相場が下がった時にはたくさん買うことができるこの方法なら、高値掴みのリスクを抑えながら、着実に資産を積み上げていくことが期待できます。



Q 円安が進んでいますが、S&P 500などの米国株に投資する際の影響を教えてください。

A 円安は、米国株に投資する際に2つの側面があります。

①**買う時**：円安の時は、同じ1万円でも両替できるドルが少なくなるため、ドル建ての資産（米国株）を割高に買うことになります。

②**売る時（評価額）**：逆に、保有しているドル建て資産の価値は、円に換算すると増えることになります。例えば、100ドルの米国株を持っている場合、1ドル130円なら13,000円ですが、1ドル150円になれば15,000円になり、為替だけで2,000円の利益が出ます（為替差益）。

長期投資では、為替の動きを予測するのは困難です。積立投資を続けることで、円高の時も円安の時も買うことになり、購入コストは平準化されていきます。短期的には為替の影響はありますが、長期的には米国企業の成長によるリターンの方が大きくなることが期待されるため、過度に心配せず、投資を続けることが大切です。



Q FRBや日銀のニュースを、どのくらい気にすれば良いですか？

A 結論から言うと、「**結果だけを、月に1~2回チェックする程度で十分**」です。

長期投資家にとって重要なのは、日々のニュースに感情を揺さぶられないことです。金融政策のニュースは専門的で、解釈も分かれるため、深追いしすぎるとかえって不安を煽られることになりかねません。

「金利が上がった/下がった/変わらなかった」という事実と、その背景にある「経済は今、こういう状況なんだな」という大きな流れを把握しておけば十分です。その上で、ご自身の投資計画は変えずに、淡々と続ける。このスタンスが、長期的な成功への一番の近道です。

今号も最後までお読みいただき、ありがとうございました。市場がどのように動いても、正しい知識を身につけて、ご自身の投資方針を貫くことが大切です。

このマガジンをきっかけに、さらに学びを深めたい、具体的な相談がしたいと感じた方のために、公式LINEでは以下のサービスをご案内しております。ご自身のステージに合わせて、ぜひご利用ください。



公式LINEのメニューから、いつでもご確認ください。

📄 過去のマガジンを読む

この長期投資マガジンの最新号はもちろん、過去に発行された全てのバックナンバーをいつでもダウンロードできます。知識の復習にご活用ください。

🏠 不動産投資コンサルティング

株式投資だけでなく、資産形成のもう一つの柱として不動産投資をご検討の方へ。経験豊富なプロフェッショナルによる専門的なコンサルティングをご提供します。

🎓 塾 お金の先生ビジネス塾

資産を「増やす（投資）」スキルと、自ら「稼ぐ（事業）」スキル。これからの時代に必須の二つの力を同時に学べる、実践的なビジネス塾です。

これからも、あなたの資産形成の旅に伴走できることを楽しみにしております。