

# 長期投資マガジン365

投資初心者と歩む、資産形成のロードマップ

執筆・監修：まさとFP

2025年9月29日号 (Vol. 11)

こんにちは、まさとFPです。

9月後半の株式市場は、高値更新後に調整局面（下落）を迎え、「投資を始めたばかりなのに大丈夫？」と不安になった方もいるかもしれません。

今号は「深掘り特集号」として、(1) **なぜ株価が下落したのか（マーケット解説）**、(2) 企業の業績とは関係ない「**テクニカルな下落**」とは何か、(3) 長期投資家が本当に集中すべき「**資産効率を最大化する4つの基本**」について、基本から応用までストレートに解説します。

## 【マーケット解説】なぜ9月後半の株価は下落したのか？

9月半ばに付けた高値から、月末にかけては調整局面（下落）となりました。この背景には、単なる「景気が悪くなった」ということではない、複数の要因が絡み合っています。

### 理由1：米国の「強すぎる経済」が招いた利下げ期待の後退

米国（S&P500）は、9月22日頃に一時史上最高値を更新しましたが、その後は反落しました。これは、市場が2つの相反する情報の間で揺れ動いているためです。

## 市場が迷う「2つの要因」

市場は「景気の強さ」と「利下げの可能性」を天秤にかけています。

### ✓ 安心材料（株価上昇要因）：

「インフレ（物価上昇）が落ち着いてきた」というデータ（PCE価格指数）が発表され、「これでインフレ懸念は大丈夫だ」という安心感が広がりました。

### ✓ 懸念材料（株価下落要因）：

ところが同時に、「経済が予想以上に強すぎる」というデータ（GDP改定値など）も出ました。経済が強すぎると、中央銀行は「金利を下げる（利下げする）必要がない」と判断します。市場は「早い利下げ」を期待していたため、それが遠のくことが懸念され、株価が売られました。

この「インフレは安心（プラス）」と「利下げが遠のく（マイナス）」という2つの見方がぶつかり合い、株価は一進一退となったのです。

## 理由2：景気とは無関係な下落要因「配当権利落ち」

一方、日本（日経平均株価）も高値を付けた後、月末にかけてスッと下落しました。これには米国の株価調整の影響もありますが、もっと大きな「日本特有の事情」が隠されています。

それは「配当落ち」という、業績とは関係のない「テクニカル（仕組み上）な下落」です。

### 「配当落ち」の仕組み

日本の企業の多くは9月末に配当金を受け取る株主を確定させます（権利確定日）。その翌日（権利落ち日）には、理論上、配当金として支払われる金額だけ株

価が自動的に下がります。

これは分かりやすくピザに例えると、「ピザ（株価）が一切れ（配当金）カットされて手元に渡された」状態です。ピザ本体は小さくなりましたが、手元に一切れあるので、合計の価値は（税金を考えなければ）変わっていません。日経平均全体でもこの影響が表れるため、月末に株価指数が下がりやすくなるのです。

### まさとFPからのアドバイス

米国の調整も、日本の配当落ちも、長期的な企業の成長シナリオが崩れたわけではありません。これらは短期的な「ノイズ（雑音）」です。

大切なのは、日々の株価（ノイズ）に一喜一憂することではなく、**私たちは「企業の長期的成長」という本質だけを見て、淡々と「積立」を続けることです。**

## 【資産形成のヒント】「資産効率」を最大化する4つの基本

長期投資で成功するには、「何を買うか」（投資対象）だけでなく、「どう資産を管理するか」（運用の仕組み）も極めて重要です。

この「運用の仕組み」こそが「資産効率」です。同じ金額を投資しても、この効率次第で将来の成果が大きく変わります。

### 鉄則1：「待機資金（現金）」の機会損失をなくす

最も効率が悪いのは、投資用の資金を「タイミング待ち」のために普通預金に長期間眠らせておくことです。

インフレ（物価上昇）が進む今、銀行に置かれた現金（日本円）の価値は実質的に目減りしていきます。「待つ」時間は、そのお金が働いてくれたかもしれない「機会」を失っている（機会損失）時間なのです。ドルコスト平均法（毎月積立）は、この「機会損失」を防ぎ、感情を排して投資を続けるための、最も合理的な戦略です。

## 鉄則2：「非課税制度（NISA・iDeCo）」を最優先で利用する

資産効率を劇的に高める仕組み、それがNISAやiDeCoといった「非課税制度」です。

同じ投資信託（S&P500など）を買うのでも、どの口座で買うかによって、将来の手取り額（=本当の利益）が全く変わってしまいます。

### 効率が悪い例（課税口座）

- ✗ S&P500に投資
- ✗ 20年後に100万円の利益が出た
- ✗ 税金（約20.3%）が引かれ、手取りは約80万円

### 効率が良い例（NISA口座）

- ✓ S&P500に投資
- ✓ 20年後に100万円の利益が出た
- ✓ 税金は0円（非課税）
- ✓ 手取りは丸ごと100万円

難しい投資テクニック（個別株投資など）を覚える前に、(1)「積立」で機会損失を防ぎ、(2)「NISA」で税金の支払いを防ぐこと。この2点が、初心者にとっての「資産効率の最大化」です。

## 【深掘り編】 さらに効率を高める「基本3・4」

NISAで積立を始めたら、次はこの2つに注目してください。ここでライバルに大きな差がつきます。

### 鉄則3：「手数料（コスト）」という名のブレーキを外す

NISAというアクセルを踏んでいても、高い手数料（信託報酬）という「ブレーキ」を同時に踏んでいては、資産は効率よく増えません。

特に、私たちが長期で保有するインデックスファンドの「信託報酬（運用管理費用）」は、保有中ずっと資産から差し引かれ続ける、最も重いコストです。

#### 信託報酬「1%」 vs 「0.1%」の衝撃

仮に毎月5万円をS&P500に積立投資し、年率5%で運用できたとします。

	Aファンド (信託報酬 年1.0%)	Bファンド (信託報酬 年0.1%)
20年後の資産額	約1,835万円	約2,016万円
30年後の資産額	約3,489万円	約4,116万円

※上記は元本1,800万円、年率5%のリターンから信託報酬を差し引いて計算したシミュレーションです。

**30年後、投資先（S&P500）は全く同じなのに、選んだファンドが違うだけで約627万円もの差が生まれます。これが「コスト」の正体です。**

## 【結論】

長期投資家にとって、投資信託（ファンド）は「安かろう悪かろう」ではありません。同じ指数（S&P500やオルカン）に連動するファンドなら、**信託報酬が最も低いものを選択することが、資産効率の最大化に直結します。**

## 鉄則4：「配当金再投資」で複利のターボを効かせる

「複利」とは、利益が利益を生む「雪だるま式」の仕組みのことです。この複利の力を最大化するのが「配当金の再投資」です。

投資信託には、配当金（分配金）をどう扱うかによって、効率が全く異なる2つのタイプが存在します。

### 効率が劣る例（分配型）

- ✘ 利益（配当金）が**現金で支払われる**
- ✘ お小遣い感覚で**使ってしまう**
- ✘ 雪だるまの芯（元本）が育たず、**複利効果が止まる**

### 効率が良い例（資産成長型・再投資型）

- ✓ 利益（配当金）が**自動で再投資される**
- ✓ 利益が元本に**組み込まれる**
- ✓ 元本が増えるため、**次の利益がさらに大きくなる**

## ✓ 複利のターボエンジンが作動する

### まさとFPからのアドバイス

「毎月分配金がもらえる」と聞くと魅力的に聞こえますが、これは「複利」の力を自ら手放す行為です。資産を本気で増やしたい長期投資家は、必ず「**資産成長型（分配金再投資型）**」のファンドを選んでください。

## 読者のギモン解消！ Q&Aコーナー

最後に、読者の皆さまから寄せられる疑問に、まさとFPがお答えします。

**Q. S&P500が史上最高値と聞きました。今から始めるのは「高値掴み」になりそうで怖いです。**

**A. そのお気持ち、とてもよく分かります。「一番高い時に買ってしまうのでは」という不安ですね。**

しかし、S&P500のような株価指数は、長期的な経済成長を反映するものです。

（一時的な下落はあっても）長期的に見れば成長を続けてきました。つまり、**歴史的に見れば「常に史上最高値圏」を更新し続けてきたのです。**

ドルコスト平均法は、まさにその「怖い」という感情を乗り越えるための「仕組み」です。高い時も安い時も淡々と買い続けることで、感情を排除し、購入単価を平準化できます。長期投資において最も怖いのは、「高値掴み」よりも「投資に参加しないこと（機会損失）」なのです。

**Q. 「コア・サテライト戦略」という言葉を聞きました。初心者でもやるべきですか？**

**A. 「コア・サテライト戦略」とは、資産を「中核（コア）」と「衛星（サテライト）」に分けて運用する手法です。**

- ✓ **コア（中核資産）**：資産の大部分（例：70～90%）を占める、資産の「土台」となる守りの部分。S&P500や全世界株式（オルカン）など、広く分散されたインデックスファンドで、長期的に安定したリターンを目指します。
- ✓ **サテライト（衛星資産）**：資産の一部（例：10～30%）を占める「攻め」の部分。コアよりも高いリターンを狙い、個別株、特定のセクター（AI関連など）、新興国、金（ゴールド）などに投資します。

#### まさとFPからのアドバイス

結論から言えば、投資初心者のうちは「サテライト（攻め）」のことは一切考える必要はありません。

まずは「コア（土台）」となるS&P500やオルカンへの積立（100%）に集中し、しっかりとした「資産の土台」を築くことに全力を注いでください。土台が十分にできてから、余裕資金でサテライトを検討するのが王道です。

### 【Q&A深掘り編】

**Q. 信託報酬0.2%で「1.0%ポイント還元」の証券会社と、信託報酬0.1%で「ポイント還元なし」の証券会社、どちらが効率的ですか？**

**A. 非常に良い質問です。これは「実質コスト」で比較する必要があります。**

一見、「0.2%引かれても1.0%戻ってくる」なら前者の方がお得に見えます。しかし、落とし穴があります。

✓ **信託報酬 (0.2%や0.1%) :**

これはファンドの設計図に組み込まれたコストで、**半永久的に続きます。**

✓ **ポイント還元 (1.0%) :**

これは証券会社の「キャンペーン」であることがほとんどです。**1年後、5年後に同じ条件である保証はどこにもありません。**

### **【結論】**

目先の「ポイント」に惑わされてはいけません。私たち長期投資家は、30年後も続く可能性が極めて高い「**信託報酬 (固定コスト)**」が最も低いファンドを選ぶことを最優先すべきです。

**Q. 投資信託とETF (上場投資信託) は、どちらが効率的ですか？**

**A. これは「複利 (鉄則4)」の観点から、明確な答えがあります。**

S&P500などに連動する商品には、大きく分けて「投資信託」と「ETF」があります。

✓ **ETF (上場投資信託) :**

配当金 (分配金) が**現金として自動的に口座に振り込まれます。**複利を効かせるには、その現金を使って「手動で」ETFを買い直す必要があります。手間がかかる上、少額だと買い付けもできません。

✓ **投資信託（資産成長型）：**

配当金がファンドの内部で自動的に再投資されます。あなたが何もしなくても、複利のターボエンジンがフル回転してくれます。100円から積立できる手軽さも魅力です。

**【結論】**

売買の自由度などETFのメリットもありますが、積立で資産形成を目指す初心者が「複利効率」を最大化する上では、「**投資信託（資産成長型）**」が圧倒的に有利です。

---

10月も「米国の政府機関閉鎖リスク」や「雇用統計」など、市場を揺らす可能性のあるニュース（ノイズ）が控えています。しかし、私たち長期投資家は、日々のニュースに一喜一憂する必要はありません。

短期的な情報に惑わされず、まずは今回解説した「**4つの基本**」（①積立、②NISA、③低コスト、④再投資）を胸に、長期的な視点で資産形成を続けていきましょう。次回の「長期投資マガジン365」（10月中旬号）もご期待ください。

まさとFP