

長期投資マガジン365

執筆・監修：まさとFP

2025年10月13日号 (Vol. 12)

こんにちは、まさとFPです。

10月前半の株式市場は、米国の政府機関閉鎖という「外部要因」と、自民党総裁選という「国内要因」が複雑に絡み合い、方向感の掴みにくい相場となりました。

特に、投資家が注目する「米雇用統計」が延期される中、市場が日々のニュースにどう反応したのかを解説します。このような複合的な要因が動かす市場にどう向き合うべきか、その土台となる「リスク許容度」の重要性を考えていきましょう。

【マーケット解説】米国の「不透明感」と日本の「政策期待」の交錯

S&P500：重要指標なき中の「憶測相場」

市場が最も信頼する「公式の地図（雇用統計）」を失ったことで、投資家は手探りで進むことを余儀なくされました。

【まさとFPの解説】判断材料なき市場で何が起きたか？

公式な経済指標がないため、市場は断片的な情報や政治のニュースに過敏に反応しました。

✓ **市場の動き：**

議会での交渉が進展したというニュースが流れれば株価は上がり、交渉が難航していると報じられれば下がる、という「ヘッドライン（ニュース速報）相場」の様相を呈しました。

✓ **経済への影響：**

投資家は、政府機関閉鎖が長引くことによる実体経済への悪影響（個人消費の冷え込みや企業活動の停滞）を徐々に織り込み始め、相場の上値を重くする要因となりました。

日経平均株価：総裁選への期待が相場を一時的に押し上げるも、外部環境の悪化が重しに

週初、自民党総裁選で高市氏が勝利したことを受け、日経平均は米国市場の軟調な地合いに逆行して一時的に急騰しました。

【まさとFPのプロフェッショナル解説】なぜ総裁選の結果で株価が動いたのか？

✓ **アベノミクスの継承期待：**

高市氏は、安倍元首相の経済政策「アベノミクス」の継承を強く掲げています。市場はこれを「大規模な金融緩和」と「積極的な財政出動」が継続・強化されるサインと受け取りました。

✓ **期待が買いを呼ぶメカニズム：**

特に、金融緩和が継続されれば、企業は低い金利で資金を調達でき、株式市場にお金流れ込みやすくなります。この「政策期待」が、海外投資家などを中心とした買いを誘いました。

しかし、この政策期待による上昇は長続きしませんでした。米国政府機関閉鎖のニュースが深刻化するにつれ、世界経済への懸念が国内の政策期待を上回り、週後半にかけては再び米国市場と連動する形で上値の重い展開となりました。

【コラム】10月10日（金）のS&P500下落、その真相

10月10日のS&P500下落は、単一の要因ではなく、時間差で発生した2つのネガティブな要因が重なった「複合的なもの」でした。その正確な経緯を時系列で解説します。

午前中の下落要因：大手銀行決算への警戒感

10月中旬は米国の決算シーズンです。10日の取引開始前から、JPモルガン・チェースといった大手金融機関の決算に対する警戒感が市場に広がっていました。経営陣が「政府機関閉鎖による景気への悪影響」や「貸し倒れ増加リスク」といった慎重な見通しを示すのでは、という懸念から、取引開始直後から売りが優勢となりました。

午後の下落要因：ミシガン大学消費者信頼感指数が追い打ち

市場心理がすでに悪化していた午前10時（日本時間23時）、発表されたミシガン大学消費者信頼感指数が予想以上に悪化。特に「期待インフレ率」が再上昇したことで、「景気後退」と「インフレ」が同時に懸念されるスタグフレーションのリスクが意識され、下落に拍車をかけました。



【結論】

この日の下落は、①大手銀行決算への懸念で始まった売りが、②ネガティブな経済指標の発表で加速した、という複合要因によるものと分析するのが最も正確です。

まさとFPからのアドバイス

このように、市場は海外の経済・政治動向だけでなく、国内の政策期待によっても大きく動きます。しかし、それらが**予測困難な短期的な「ノイズ（雑音）」**であることに**変わりはありません。**

重要なのは、こうしたノイズに動じない自分自身の「軸」を持つことです。その基礎となるのが、次のテーマ「リスク許容度」です。

【資産形成のヒント】あなたは大丈夫？「リスク許容度」を知る重要性

「リスク許容度」とは、「**資産価格がどれくらい下落したら、精神的に耐えられなくなるか**」という尺度のことです。これを知らずに投資を始めるのは、自分の体力も知らずにマラソン大会に出るようなものです。

相場が良い時は誰でも強気になれるますが、暴落時にパニックになって売ってしまう（狼狽売り）と、資産形成は失敗に終わります。そうならないために、自分のリスク許容度を正しく把握しましょう。

リスク許容度を決める「3つの要素」

リスク許容度は、主に以下の3つの要素から総合的に判断します。

客観的要素

✓ **年齢と運用期間：**

20代・30代で運用期間が30年以上取れるなら、大きなリスクを取れます。逆に50代・60代で運用期間が短いなら、リスクは抑えるべきです。

✓ **収入と資産状況：**

収入が安定しており、十分な貯蓄があればリスク許容度は高くなります。

主観的要素

✗ **投資経験と性格：**

投資経験が豊富で、価格変動に慣れているならリスク許容度は高くなります。逆に、少しの値動きで夜も眠れなくなるような性格なら、リスクは低く抑えるべきです。

これらの要素を基に、「自分は株式100%でも大丈夫か」「いや、株式50%・債券50%くらいが心地よいか」といった、自分に合った資産配分（ポートフォリオ）を決めることが、長期投資を成功させるための第一歩です。

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. 市場が不安定です。一度すべて売却して、落ち着いてから買い直した方が良いでしょうか？

A. そのお気持ちはよく分かりますが、それは最も避けるべき行動の一つです。

「下落を避けて、底値で買い直す」というタイミング投資は、プロでもほぼ不可能です。多くの場合、「下落は避けられたけれど、反発の波に乗り遅れてしまい、結局もっと高い価格で買い直す」という結果に終わります。

相場の変動が激しい時こそ、ドルコスト平均法による「淡々とした積立」が威力を発揮します。価格が下がった時は「安くたくさん買えるチャンス」と捉え、何もしない（あるいはいつも通り買い続ける）のが最善の戦略です。

Q. 自分の「リスク許容度」がよく分かりません。どうすれば把握できますか？

A. 良い質問ですね。簡単なシミュレーションで「擬似体験」してみるのがおすすめです。

例えば、あなたが今100万円を投資しているとします。もし明日、リーマンショック級の暴落が起きて、その価値が半分の「50万円」になったと想像してみてください。

- ✓ **もし「夜も眠れないほど不安で、すぐに売りたいくなる」と感じたら：**
あなたのリスク許容度は低い可能性があります。株式の比率を下げ、債券や預金などの安全資産の比率を高めることを検討すべきです。
 - ✓ **もし「精神的には辛いですが、長期的に見れば戻るはず。むしろ買い増しのチャンスだ」と思えたら：**
あなたは比較的高いリスク許容度を持っていると言えます。株式中心のポートフォリオを維持できるでしょう。
- この「〇〇円失ったら？」という質問を自分に問いかけることが、リスク許容度を知るためのシンプルかつ効果的な方法です。

市場はこれからも様々なニュースで揺れ動きます。しかし、自分のリスク許容度という「軸」さえしっかりしていれば、どんな時でも冷静に行動できます。

短期的な値動きに惑わされず、自分に合ったペースで、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月下旬号）もご期待ください。

まさとFP