

## 住宅ローン利用者の実態調査

【住宅ローン利用者（2024年度以前借入者）調査（2025年10月調査）】



住まいのしあわせを、ともに作る。

住宅金融支援機構

令和8年1月23日

国際・調査部 調査グループ

# 調査の概要

## 1. 調査方法

インターネットによるアンケート調査

## 2. 調査対象：以下の条件すべてに該当する方（n=5,000）

- ・ 2025年3月までに個人向け住宅ローンを借入れ、調査時点において返済中の方
- ・ 借入残高1,000万円以上、残期間10年以上の方
- ・ 全国の20歳以上70歳未満の方（単身世帯を除く）

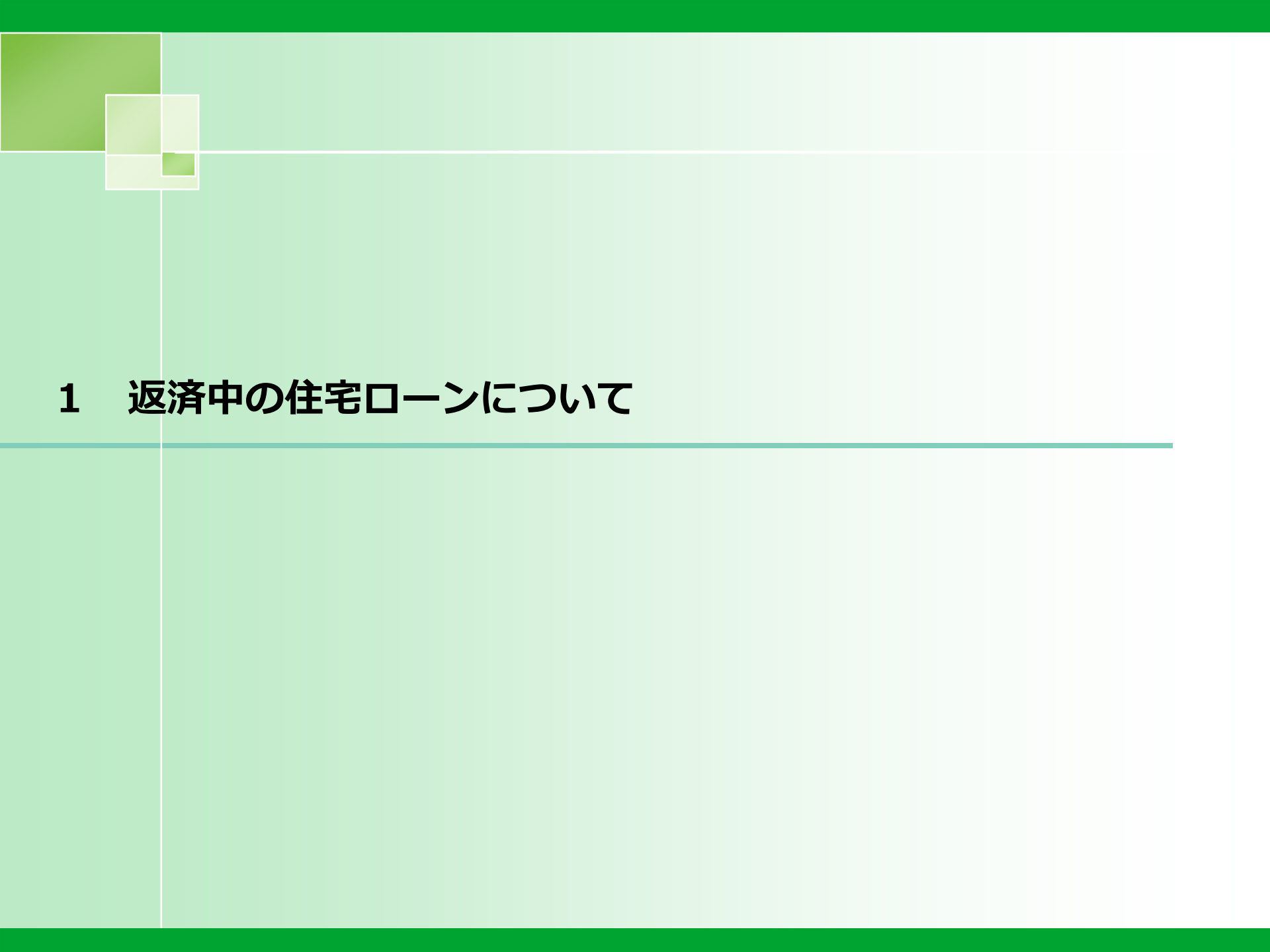
※個人向け住宅ローン（借換え、リフォームローン、土地のみのローン、投資用のローンを除く）

## 3. 調査時期

2025年10月17日～27日

## 4. 調査項目

1 返済中の住宅ローンについて	2 金利変動リスクについて
1 金利タイプの満足度	1 金利変動リスクの考え方
2 負担感の変化	2 金利変動リスクの理解度
3 負担感が大きくなった理由	3 今後の金利の見通し
4 返済期間中のライフイベント	4 金利上昇時の対応（無理なく返済継続できるラインを超えた場合）
5 返済にあたり不安に思っていること	5 金利上昇時の対応（借換え・相談相手）
6 繰上返済の経験・意向	6 返済中の住宅ローンについて知りたいこと
7 借換えの経験・意向	
8 借入当時の振り返り	

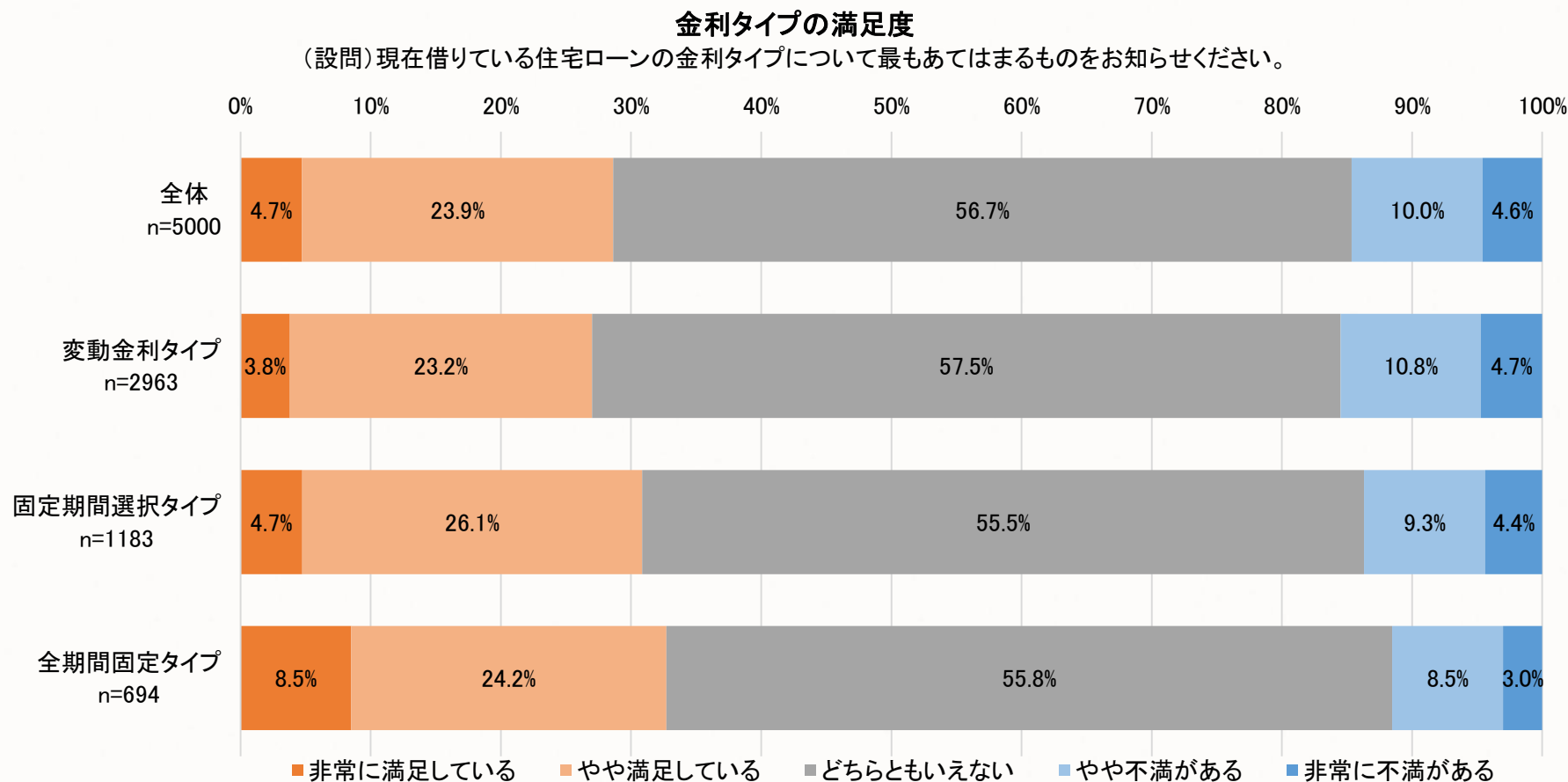


## 1 返済中の住宅ローンについて

---

# 1 金利タイプの満足度

- ・金利タイプの満足度について、約 6 割が「どちらともいえない」、約 1 割が「やや不満がある」又は「非常に不満がある」と回答

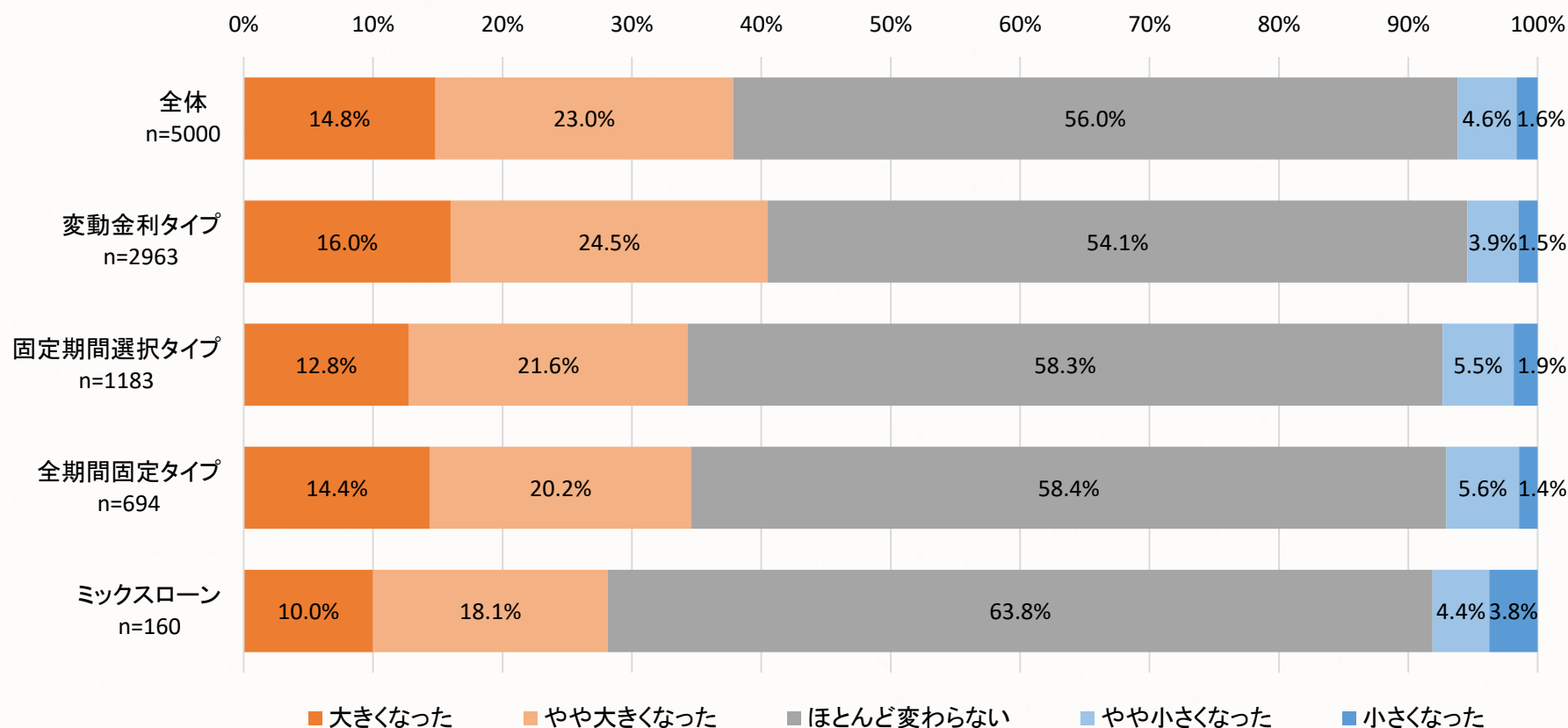


## 2 負担感の変化

- ・約4割が住宅ローン返済の実質的な負担感が「大きくなった」又は「やや大きくなった」と回答

### 借入れ当初と比べた住宅ローン返済の負担感(金利タイプ別)

(設問) 住宅ローンを借り入れた当初と比べて、住宅ローン返済の実質的な負担感は変わりましたか。



### 3 負担感が大きくなった理由

- ・住宅ローン返済の負担感が大きくなった理由として、全ての金利タイプにおいて「物価が上昇して家計の支出が増えた」が最も多い
- ・2番目に多い理由は、変動金利タイプでは「返済額が増えた（金利の上昇や優遇条件の終了など）」（約3割）、固定期間選択タイプ・全期間固定タイプでは「自身の収入が思うように増えなかった/減った」（それぞれ約3割）

#### 負担感が大きくなった理由（上位5つを表示）

（設問）住宅ローン返済の負担感が大きくなった主な理由は何ですか。（3つまで回答可）

変動金利タイプ n=1200	固定期間選択タイプ n=406	全期間固定タイプ n=240	ミックスローン n=45
物価が上昇して家計の支出が増えた 82.0%	物価が上昇して家計の支出が増えた 77.8%	物価が上昇して家計の支出が増えた 86.7%	物価が上昇して家計の支出が増えた 84.4%
返済額が増えた（金利の上昇や優遇条件の終了など） 28.2%	自身の収入が思うように増えなかった／減った 30.0%	自身の収入が思うように増えなかった／減った 27.9%	自身の収入が思うように増えなかった／減った 31.1%
自身の収入が思うように増えなかった／減った 22.1%	家の修繕、維持（税金・保険）に予想以上にお金がかかっている 20.7%	想定外の大きな支出が発生した 18.3%	想定外の大きな支出が発生した 20.0%
想定外の大きな支出が発生した 14.8%	想定外の大きな支出が発生した 20.4%	家の修繕、維持（税金・保険）に予想以上にお金がかかっている 16.7%	配偶者の収入が増えなかった／減った 17.8%
家の修繕、維持（税金・保険）に予想以上にお金がかかっている 14.1%	配偶者の収入が増えなかった／減った 15.8%	配偶者の収入が増えなかった／減った 13.8%	家の修繕、維持（税金・保険）に予想以上にお金がかかっている 15.6%

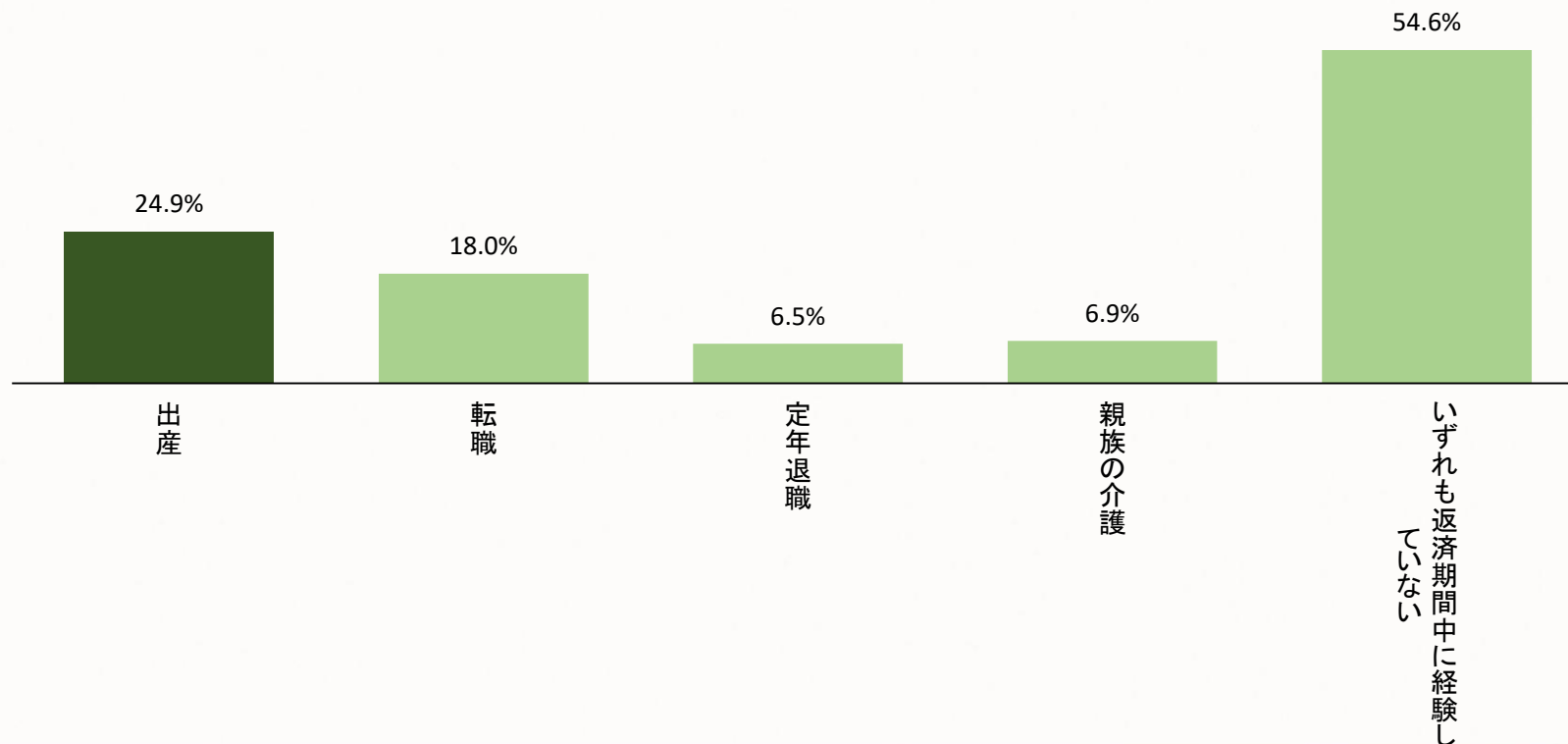
## 4 返済期間中のライフイベント

- ・住宅ローン返済期間中の世帯収支に影響しうるライフイベントの有無を確認したところ、約5割が「いずれも返済期間中に経験していない」と回答、残りの約5割が何らかのライフイベントを経験
- ・ライフイベントとしては、「出産」と「転職」が回答上位となった

返済期間中のライフイベント(複数回答可)

n=5000

(設問) 次のライフイベントのうち、住宅ローン返済期間中に世帯全体で経験した出来事をお答えください。

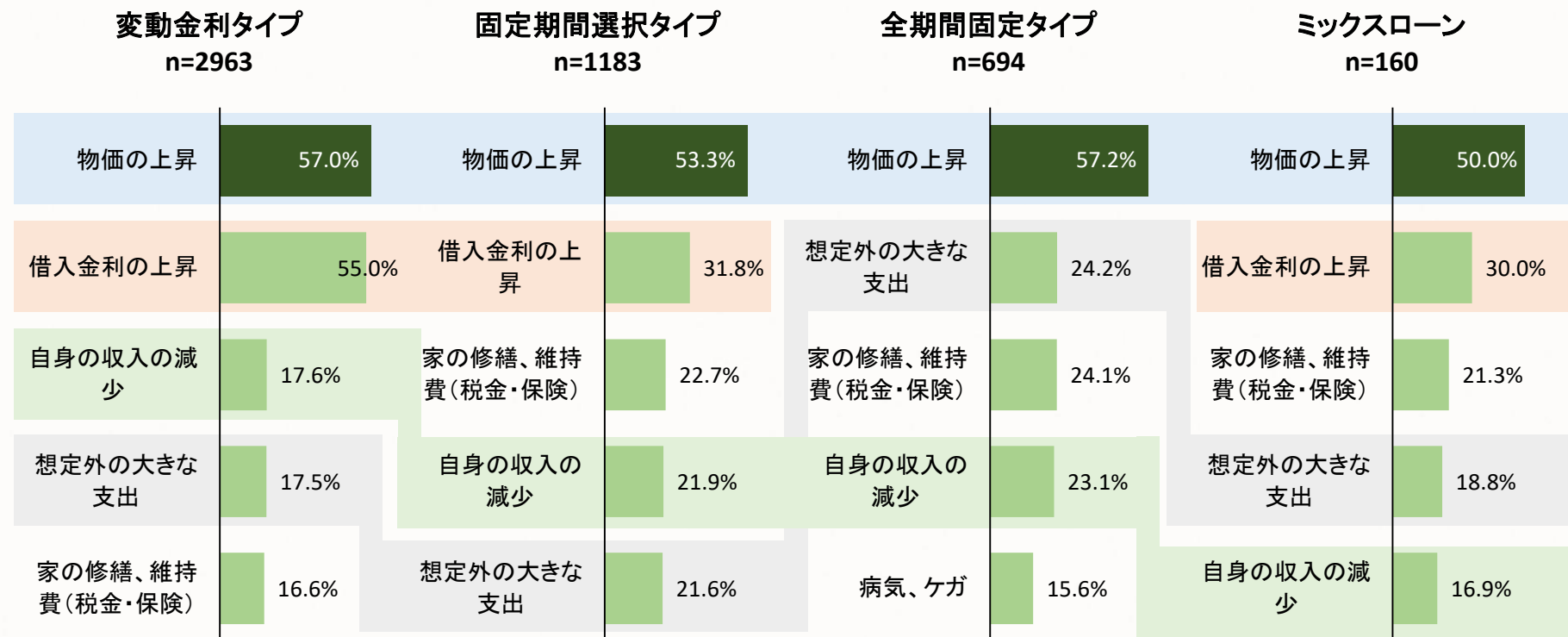


## 5 返済にあたり不安に思っていること

- ・ 今後の返済にあたり不安に思っていることについて、全ての金利タイプで「物価の上昇」が最も多い
- ・ 2 番目に多い不安は、変動金利タイプでは「借入金利の上昇」（約 6 割）、固定期間選択タイプでは「借入金利の上昇」（約 3 割）、全期間固定タイプでは「想定外の大きな支出」（約 2 割）

### 住宅ローン返済にあたり不安に思っていること(上位5つを表示)

(設問) 今後、住宅ローンを返済していくにあたり、不安に思っていることはありますか。(3つまで回答可)

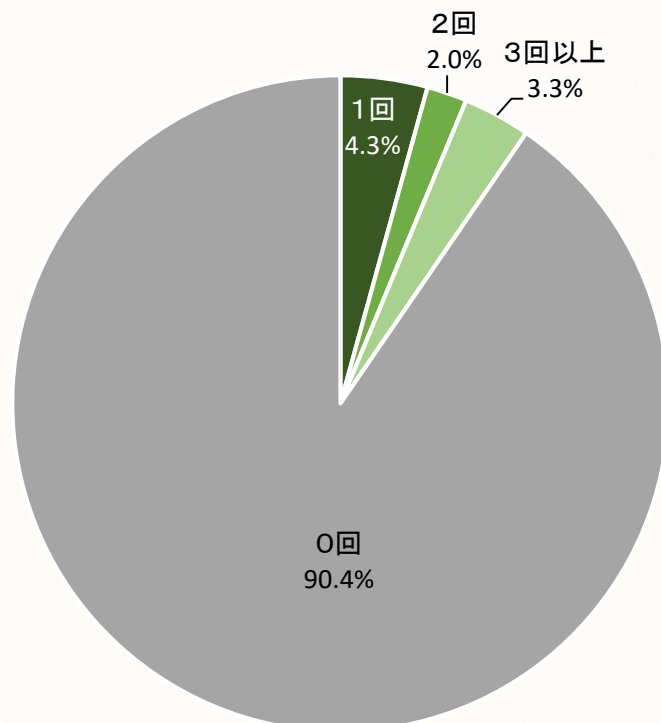


## 6 繰上返済の経験・意向

- ・ 約 1 割が、繰上返済の経験ありと回答
- ・ 約 2 割が、繰上返済の意向ありと回答

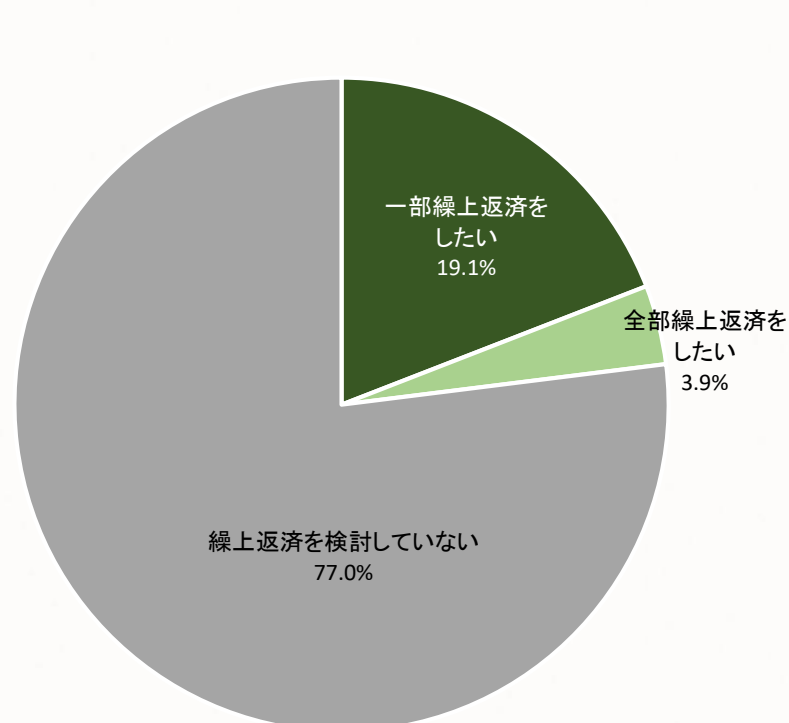
繰上返済の経験  
n=5000

(設問)これまでの住宅ローン返済期間中に繰上返済を実施しましたか。



繰上返済の意向  
n=5000

(設問)現在、住宅ローンの繰上返済についてどのようにお考えですか。



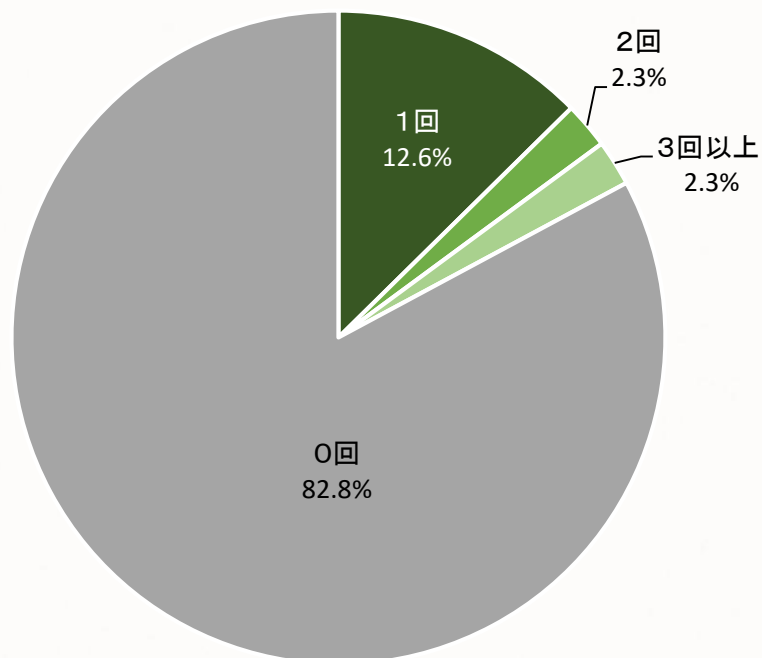
## 7 借換えの経験・意向

- ・ 約 2 割が、借換への経験ありと回答
- ・ 約 2 割が、借換への意向ありと回答

借換への経験

n=5000

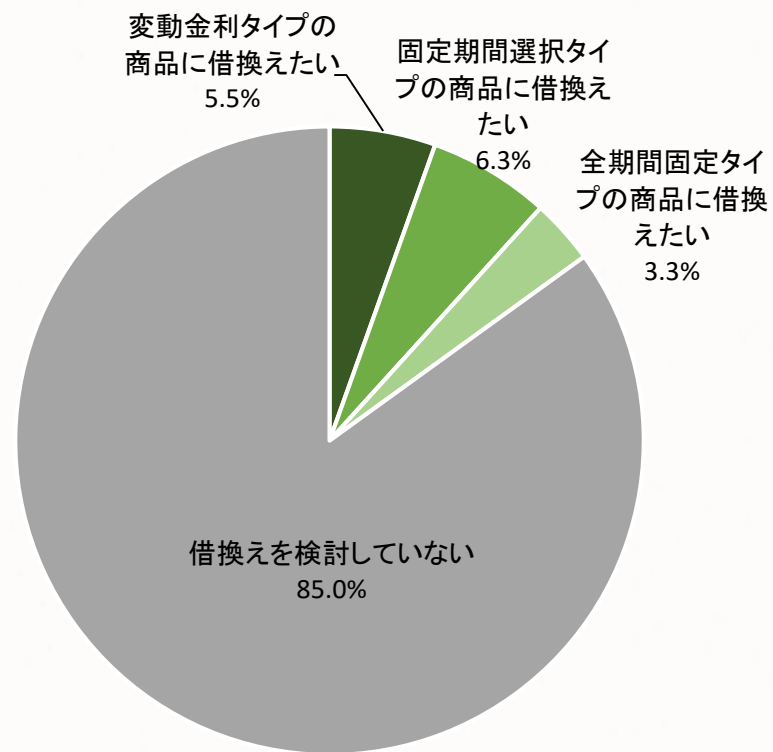
(設問)これまでの住宅ローン返済期間中に借換を実施しましたか。



借換への意向

n=5000

(設問)現在、住宅ローンの借換についてどのようにお考えですか。



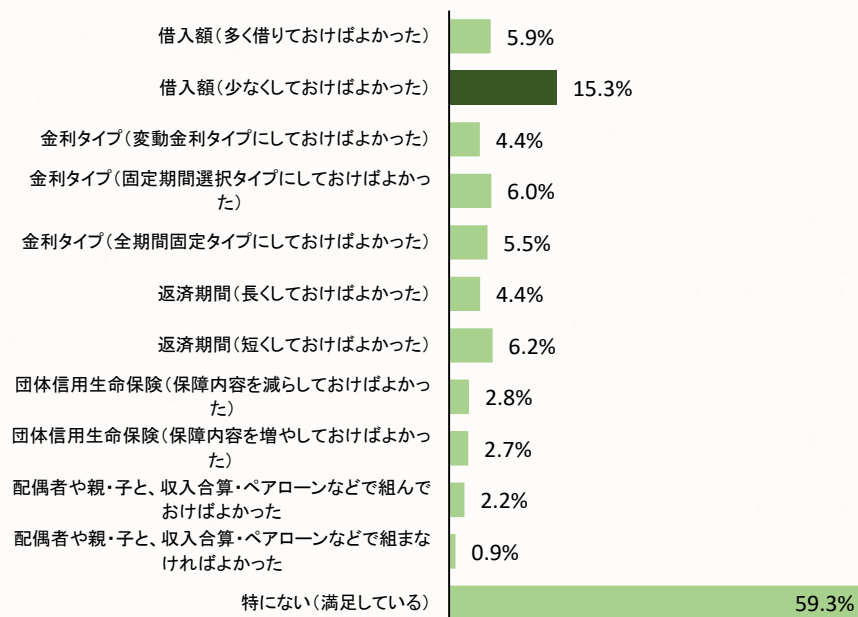
## 8 借入当時の振り返り

- ・借入当時もっとこうしておけばよかったと思う点について、住宅ローン借入については、約6割が「特にない」と回答。あると回答した方の中では「借入額（少なくしておけばよかった）」が最も多い
- ・住宅ローン選びについても、約6割が「特にない」と回答。あると回答した方の中では「他の金利タイプの商品についても比較すればよかった」「他の金融機関の商品についても比較すればよかった」「ファイナンシャル・プランナーなどの専門家に相談すればよかった」と続く

### 住宅ローン借入の振り返り(複数回答可)

n=5000

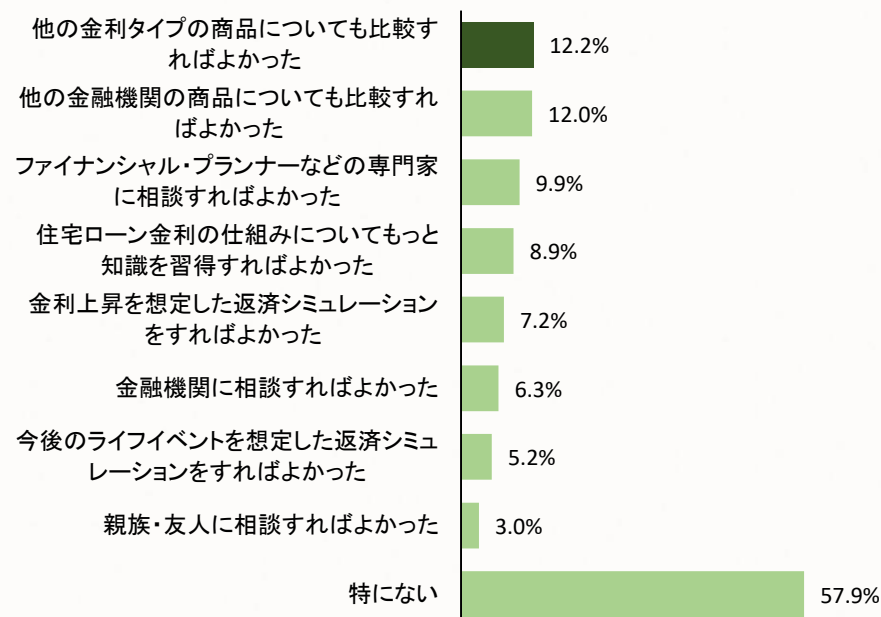
(設問)住宅ローンの借入に当たり、「当時もっとこうしておけばよかった」と思う点はありますか。(3つまで)




### 住宅ローン選びの振り返り(複数回答可)

n=5000

(設問)現在借りている住宅ローンを選ぶ過程でもっとこうしておけばよかったと思う行動をお答えください。





## 2 金利変動リスクについて（変動金利タイプの住宅ローン返済者）

---

返済中の住宅ローンについて、変動金利タイプと回答された方を対象に調査を実施した設問の集計結果

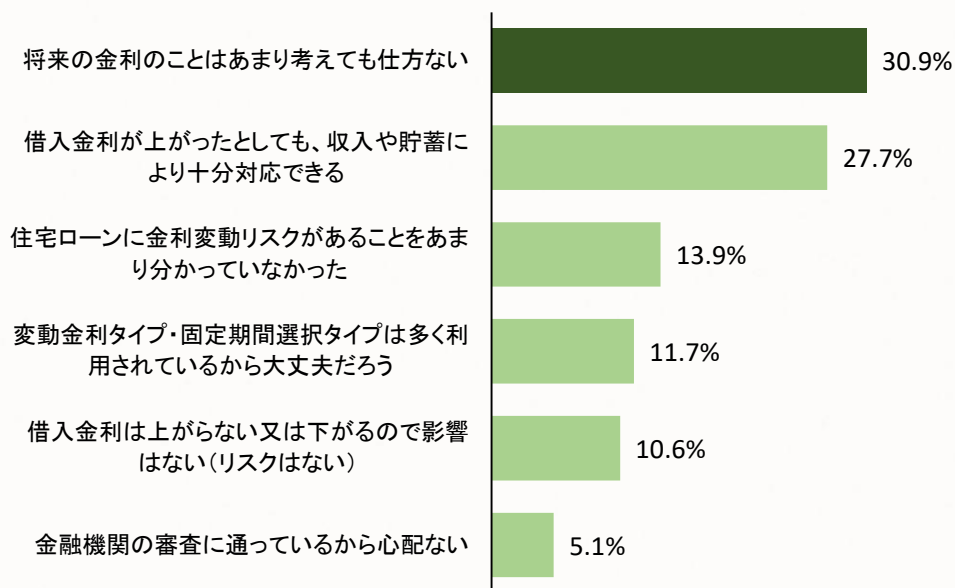
# 1 金利変動リスクの考え方

- ・借入当時の意識としては、約3割が「借入金利が上がったとしても、収入や貯蓄により十分対応できる」と回答、それ以外は「将来の金利のことはあまり考えても仕方ない」など実際に金利が上がった場合のことが意識されていない
- ・借入当時からの意識の変化としては、約5割が借入当時と比べて「金利変動リスクをかなり不安に感じるようになった」又は「金利変動リスクを少し不安に感じるようになった」と回答

## 借入当時の金利変動リスクに対する意識

n=2963

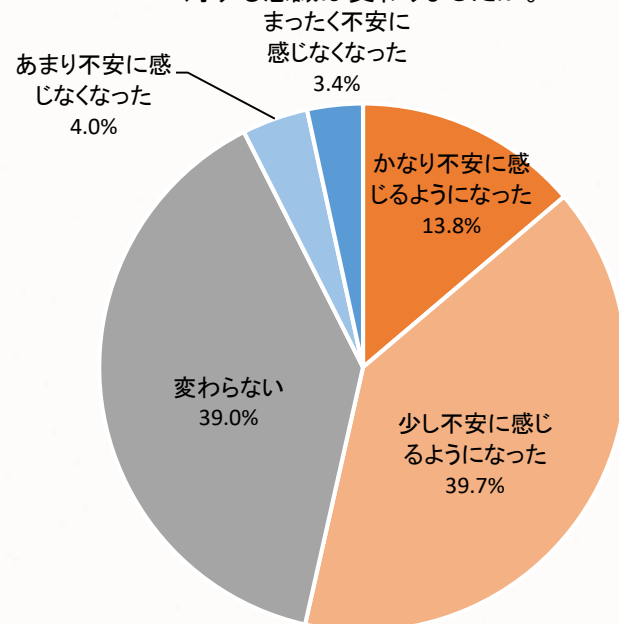
（設問）あなたの住宅ローンは、将来、借入金利が上昇または低下する可能性があります。住宅ローンを組んだ当時、このような「金利変動リスク」に対して、主にどのように考えていましたか。



## 金利変動リスクに対する意識の変化

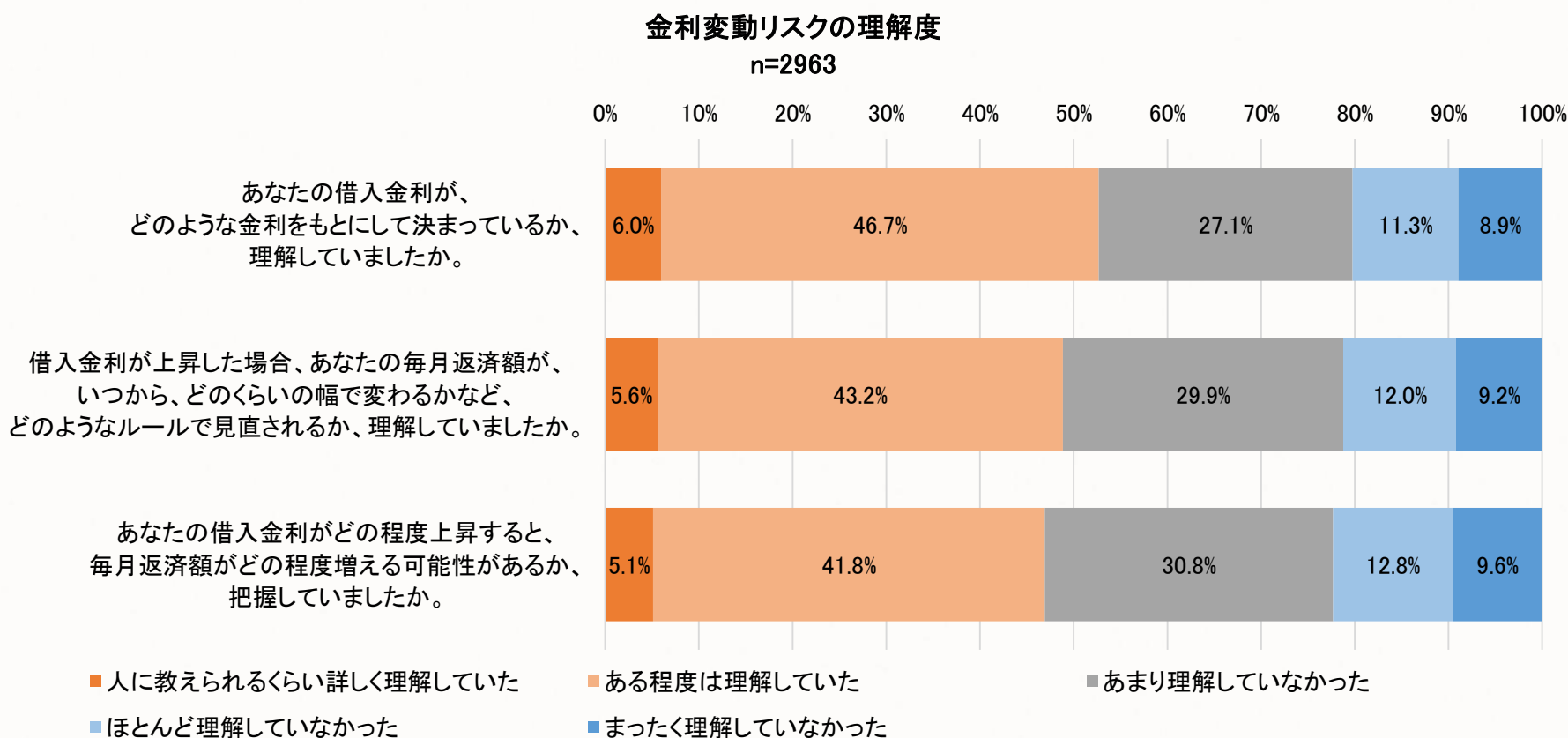
n=2963

（設問）住宅ローンを組んだ当時と比べて、金利変動リスクに対する意識は変わりましたか。



## 2 金利変動リスクの理解度

- ・借入当時の理解度として、借入金利や毎月返済額の見直しルールについて、約5割が「まったく理解していなかった」「ほとんど理解していなかった」と回答
- ・金利が上昇した際の返済額への影響についても、約5割が「まったく理解していなかった」「ほとんど理解していなかった」と回答



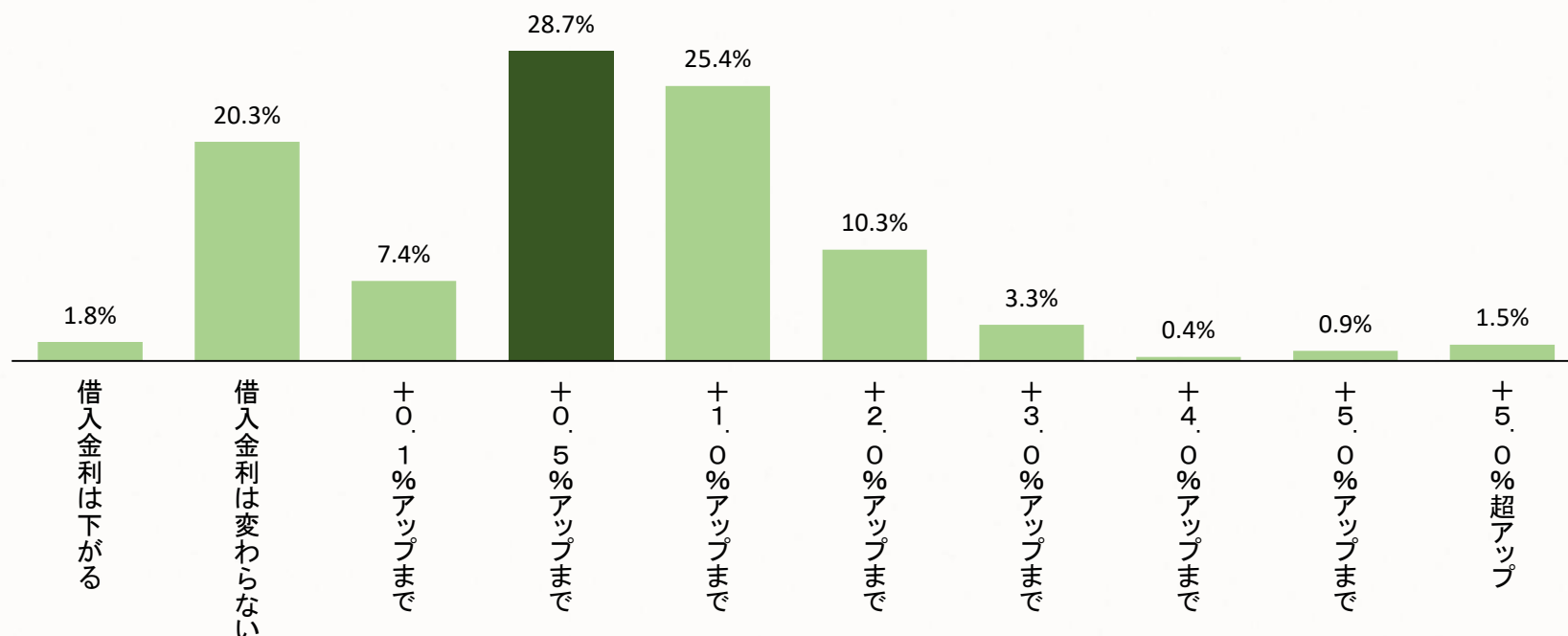
### 3 今後の金利の見通し

・今後5年程度先までの借入金利の見通しについて、約8割が上昇する可能性があると考えており、具体的な上昇幅としては現在の借入金利「+0.5%アップまで」と考えている割合が最も多い

#### 今後の借入金利の見通し

n=2963

（設問）今後、借入金利はどのくらい上昇する可能性があると思われますか。今後5年程度の間想定される、現在の借入金利からの上昇幅（増え幅）について、あなたのお考えを教えてください。



## 4 金利上昇時の対応（無理なく返済継続できるラインを超えた場合）

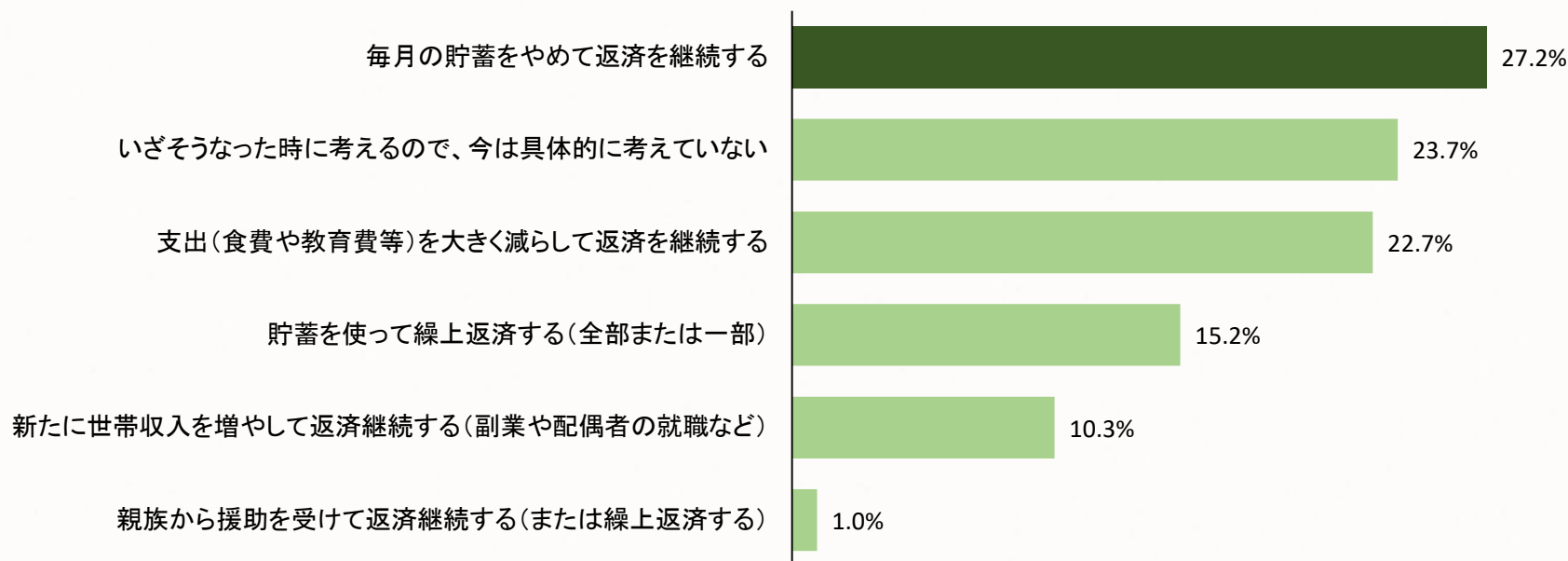
・今後、仮に金利が上昇し、毎月返済額が無理なく返済を継続できる水準を超えて増加したときの対応として、約3割が「毎月の貯蓄をやめて返済を継続する」、約2割が「支出（食費や教育費等）を大きく減らして返済を継続する」と回答。また、約2割が「いざそうなった時に考えるので、今は具体的に考えていない」と回答

### 無理なく返済継続できるラインを超えた場合の対応

n=2963

（設問）今後、仮に金利が上昇して、住宅ローン返済額が無理なく返済を継続できる水準を超えて増加した場合の対応として、何が考えられますか。あなたのお考えに近いものひとつをお答えください。

※「無理なく」は、「今の生活水準を大きく変えることなく」「将来に備えた貯蓄を減らすことなく」とのイメージです。



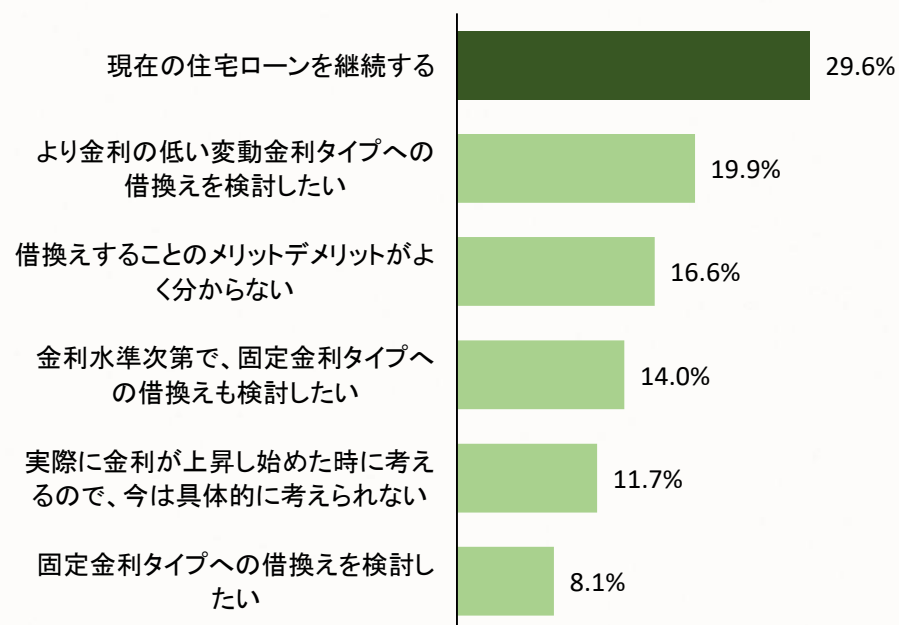
## 5 金利上昇時の対応（借換え・相談相手）

- ・金利が上昇し始めた場合の借換えに対する考え方は、約3割が「現在の住宅ローンを継続する」、約4割が「より金利の低い変動金利タイプへの借換えを検討したい」「金利水準次第で、固定金利タイプへの借換えも検討したい」「固定金利タイプへの借換えを検討したい」と回答
- ・金利が上昇した場合の対応に関する相談先は、約4割が「住宅ローンを借りている金融機関」と回答

### 金利上昇時の対応（借換えについて）

n=2963

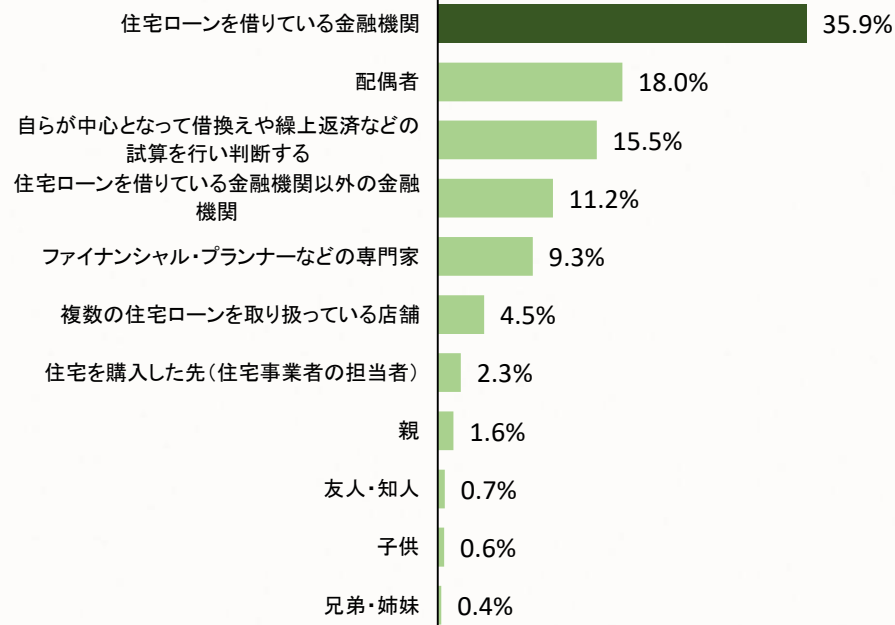
（設問）今後、仮に金利が上昇し始めた場合に、返済中の住宅ローンを借換えることについてどのように考えますか。あなたのお考えに近いものひとつをお答えください。



### 金利上昇時の対応（相談先について）

n=2963

（設問）今後、仮に借入金利が大きく上昇した場合に、住宅ローンの対応について最も相談すると思われる相手は誰ですか。



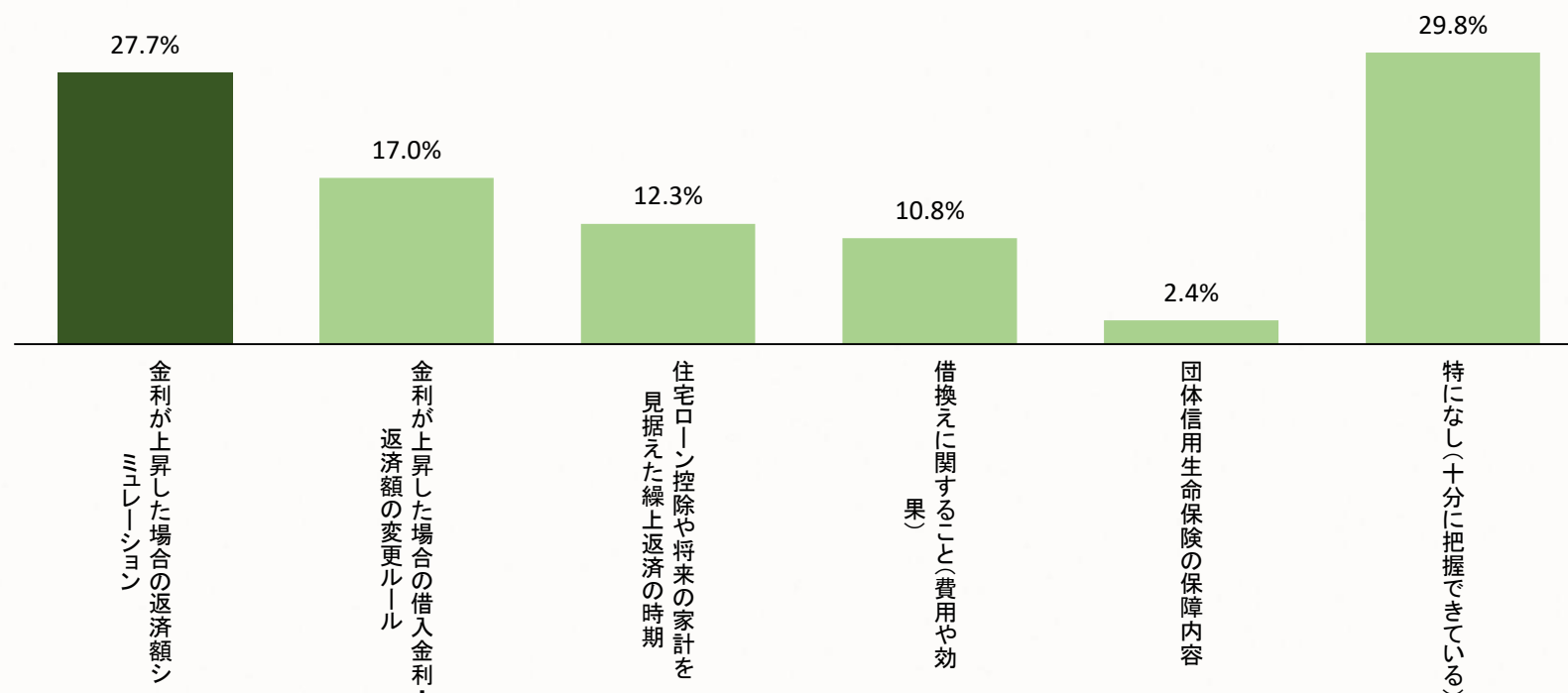
## 6 返済中の住宅ローンについて知りたいこと

・返済中の住宅ローンについて知りたいこととして、約3割が「金利が上昇した場合の返済額シミュレーション」と回答

### 返済中の住宅ローンについて知りたいこと

n=2963

（設問）返済中の住宅ローンについて、今あなたが特に知りたいことは何ですか。



# 基本属性

年齢	20～29歳	1.7%
	30～39歳	22.4%
	40～49歳	40.3%
	50～59歳	27.1%
	60～69歳	8.5%
家族構成	配偶者・パートナー	93.8%
	親	8.1%
	子(1人)	29.7%
	子(2人)	36.8%
	子(3人以上)	9.8%
	孫	0.4%
	祖父母	0.2%
	兄弟	1.1%
	その他	0.3%
居住地※	北海道・東北	9.3%
	関東	45.1%
	東海	12.4%
	北陸	1.7%
	近畿	17.8%
	中国・四国	6.6%
	九州・沖縄	7.1%

## ※居住地

北海道・東北	北海道・青森・岩手・宮城・秋田・山形・福島
関東	茨城・栃木・群馬・埼玉・千葉・東京・神奈川・山梨・長野・新潟
東海	岐阜・静岡・愛知・三重
北陸	富山・石川・福井
近畿	滋賀・京都・大阪・兵庫・奈良・和歌山
中国・四国	鳥取・島根・岡山・広島・山口・徳島・香川・愛媛・高知
九州・沖縄	福岡・佐賀・長崎・熊本・大分・宮崎・鹿児島・沖縄

職業	農林漁業主	0.2%
	自営業	3.6%
	会社・団体職員	65.2%
	公務員	7.6%
	会社等の役員	2.5%
	派遣社員・短期社員	3.0%
	年金受給者	0.3%
	学生	0.1%
建て方	無職	9.5%
	その他	7.9%
	戸建て	77.6%
	マンション	22.4%

借入年度	～2024年度	18.9%
	～2021年度	20.2%
	～2018年度	17.3%
	～2015年度	14.1%
	2012年度以前	29.5%
借入先 (業態別)	都市銀行	24.9%
	信託銀行	4.6%
	地方銀行	30.8%
	その他銀行	12.6%
	信金・信組	7.0%
	労働金庫	4.3%
	JA/バンク	4.0%
金利タイプ	上記以外	11.8%
	変動金利タイプ	59.3%
	固定期間選択タイプ	23.7%
	全期間固定タイプ	13.9%
	ミックスローン	3.2%