「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」（2023年）より

「健全な借入れ」をライフプランに位置付ける

－住宅ローン「頭金ゼロ」の選択肢は正解か？－

2023年8月
三井住友信託銀行
三井住友トラスト・資産のミライ研究所

調査概要

(1)調査名:「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」(2023年)

(2)調査対象:全国の18～69歳　ただし関連業種(金融、調査、マスコミ、広告)従事者を除く

(3)調査方法:WEBアンケート調査

(4)調査時期:2023年1月

(5)サンプルサイズ:11,190

(6)サンプルの属性(年代別数)

18-29歳	2,071
30-39歳	1,923
40-49歳	2,498
50-59歳	2,504
60-69歳	2,194

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

1 「借入れ」に対するイメージと利用状況

- 「できれば借金はしないほうが良い」が61.7%
- 持ち家購入者の約8割が「住宅ローン」を利用
- およそ4人に1人は「キャッシング」の利用経験あり

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

「できれば借金はしないほうが良い」が61.7%

ミライ研
三井住友トラスト・資産のミライ研究所

- 全体の61.7%は「できれば借金はしないほうが良い」を選択

図表1 「お金を借りる（ローンを使う、借金をする）」ことについてのイメージ（複数回答可）

	回答者数	とにかく、お金を借りることは悪いことだ	できれば借金はしないほうが良い	生活を豊かにしていくために必要なもの*1を得るためのローンは良い借入だ	自分に役立つスキル*2を身に付けるためのローンは良い借入だ	資産価値のあるもの*3を得るためのローンは良い借入だ	ギャンブルや浪費のための借金は悪い借入だ	通常の生活に必要のないものを得るための借金は悪い借入だ	返済の計画を立てずに起こすローンは悪い借入だ	借金に良いも悪いもない	この中にはひとつもない
TOTAL	11,190	9.7	61.7	17.7	11.4	8.9	42.4	20.7	35.9	10.7	16.1
18-29歳	2,071	11.6	57.7	17.3	14.3	9.5	41.8	21.1	31.6	11.6	18.3
30-39歳	1,923	12.0	57.6	17.6	11.1	9.8	45.2	21.8	36.5	11.7	18.4
40-49歳	2,498	9.6	62.8	17.7	9.9	8.2	42.9	20.5	37.1	11.0	16.3
50-59歳	2,504	8.3	64.4	17.5	10.4	8.3	43.0	19.8	35.5	9.9	15.5
60-69歳	2,194	7.7	64.7	18.2	11.7	9.1	39.2	20.5	38.4	9.5	12.4

(%)

＊1：住まい、自動車、子の教育費用など　＊2：学位取得、語学習得、資格取得など　＊3：のちに現金化ができるもの

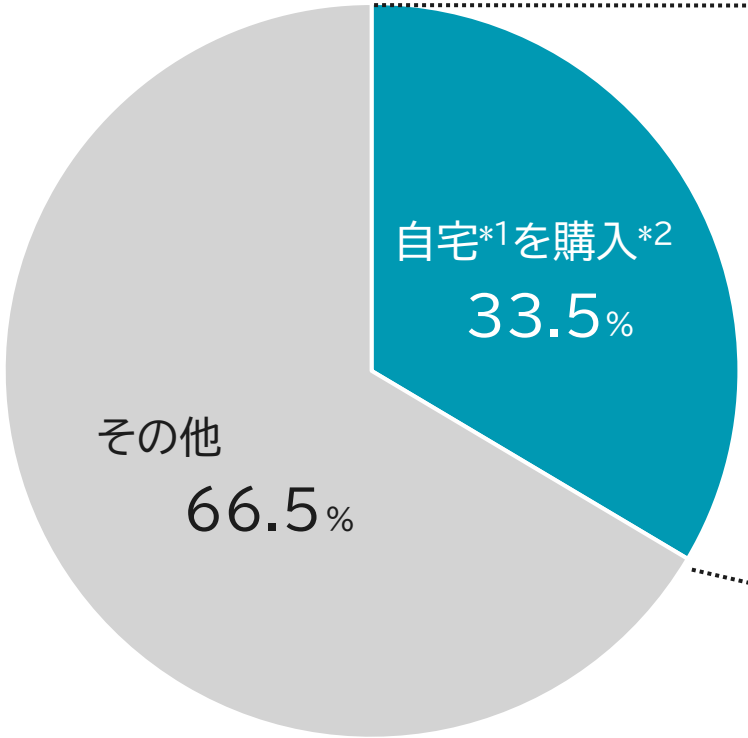
Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

持ち家購入者の約8割が「住宅ローン」を利用

- 自分もしくは配偶者・子どもが居住・利用している住宅を、ご自身で購入した人は全体の33.5%
- そのうち、79.2%が住宅ローンを利用

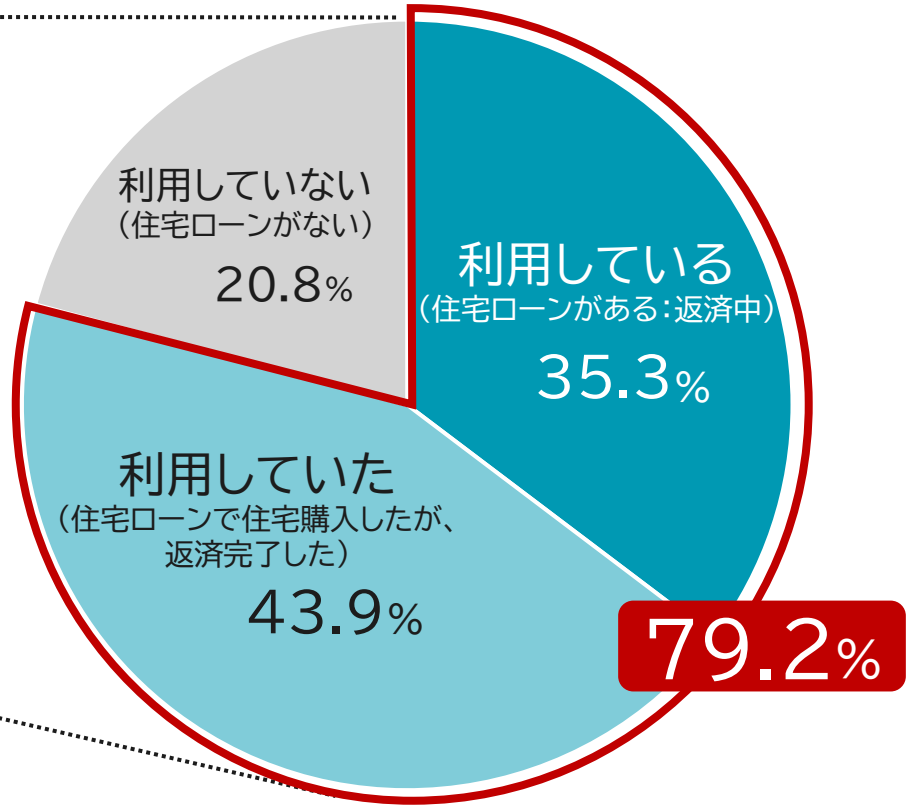
図表2　住宅の所有状況（戸建て・集合住宅問わず）

（回答者数＝11,190）



図表3　住宅ローンの利用状況

（回答者数＝3,753）



＊1：自分もしくは配偶者・子どもが居住・利用している住宅　＊2：相続・譲渡などによる保有ではなく自身で購入した人

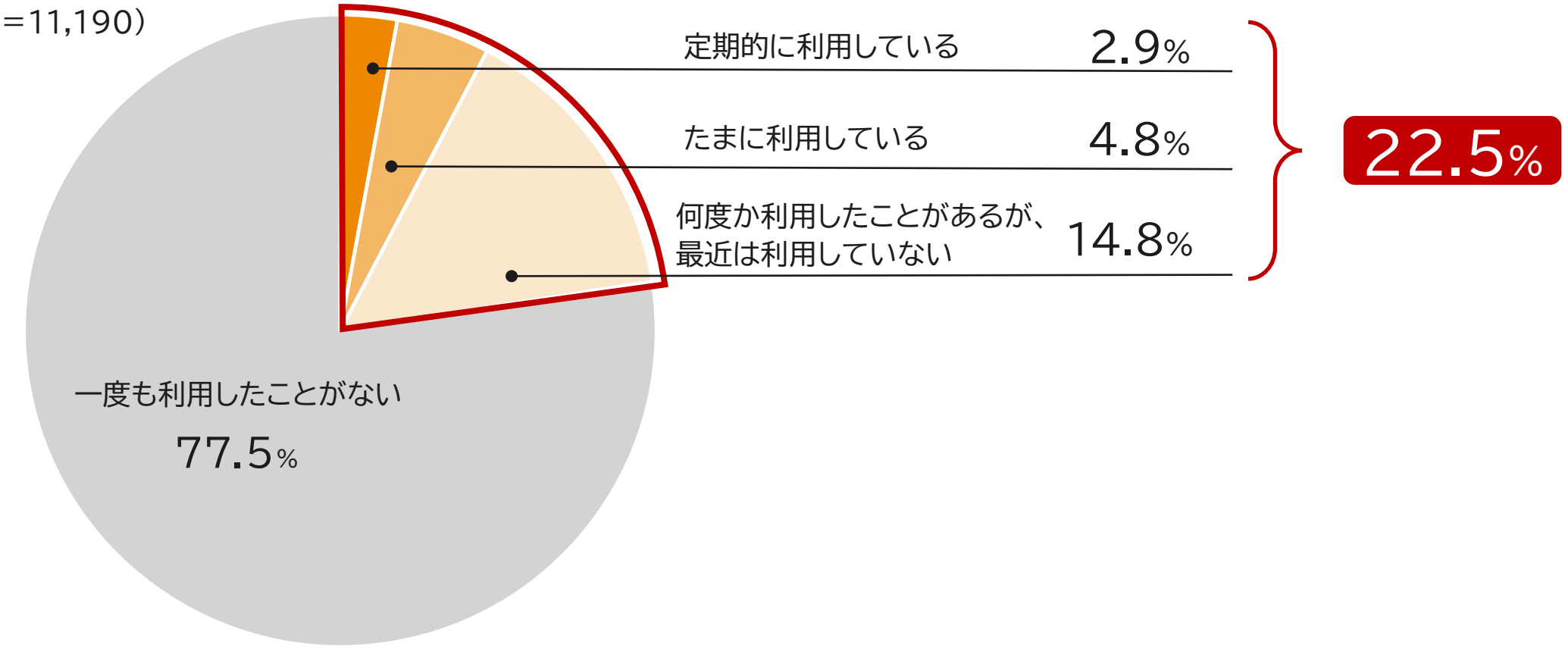
Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

およそ4人に1人は「キャッシング」の利用経験あり

- およそ4人に1人は、毎月の生活費が不足する時に「キャッシング（比較的短期の借入れ）」を利用した経験あり

図表4　毎月の生活費が不足する時の「キャッシング（比較的短期の借入れ）」の利用状況

（回答者数＝11,190）



※「キャッシング」とは、「金融機関の提供する小口の融資サービスで、金融機関やカード会社が発行するカード（クレジットカードを含む）で、利用限度内であれば何度でも借り入れできるサービス」を指します

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

2 「住宅ローン」の借り方によって生じる差は？　－返済比率からの視点－

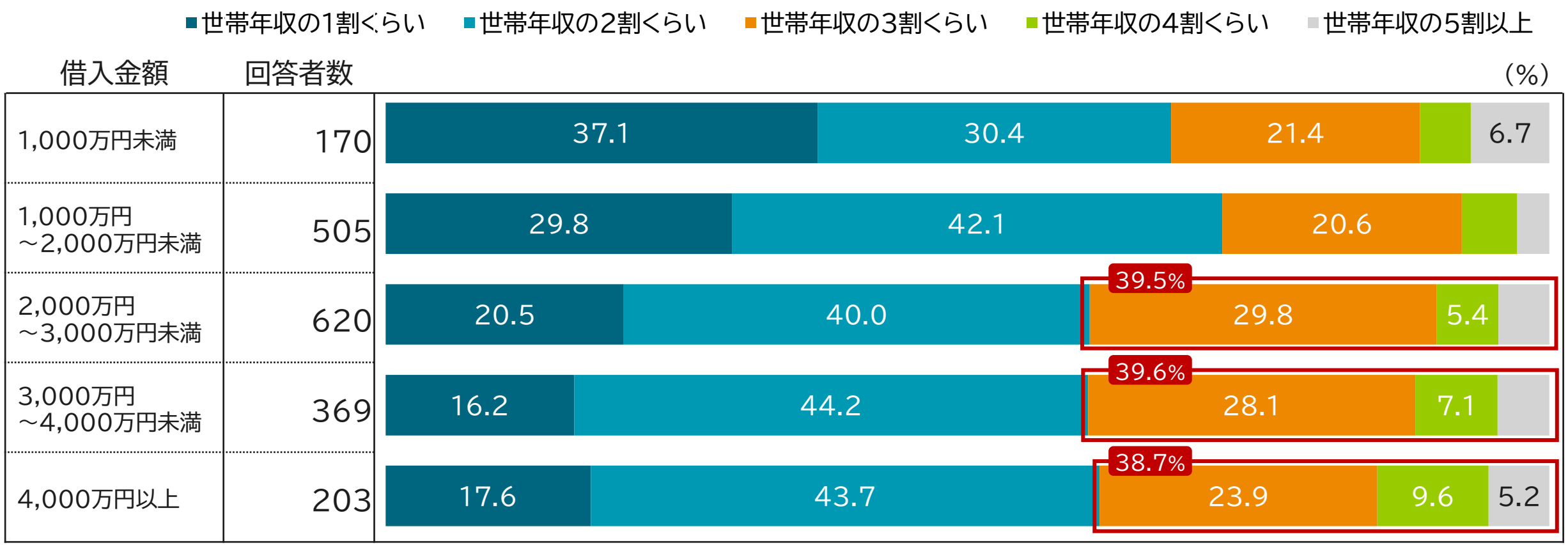
- 借入金額2,000万円以上では、「5人に2人」が返済比率3割以上
- 返済比率3割では、「返済を負担に感じる」が42.8%
- 【ご参考】返済比率が3割以上になると、自己実現へのお金の苦労が生じやすい
- 返済比率1割では、約半数が「住宅ローンの返済」と「資産形成」を両立

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

借入金額2,000万円以上では、「5人に2人」が返済比率3割以上

- 返済比率を3割以上に設定している割合は、借入金額2,000万円～3,000万円未満で39.5%、3,000万円～4,000万円未満で39.6%、4,000万円以上で38.7%

図表5　世帯年収に対する返済比率（借入金額別）



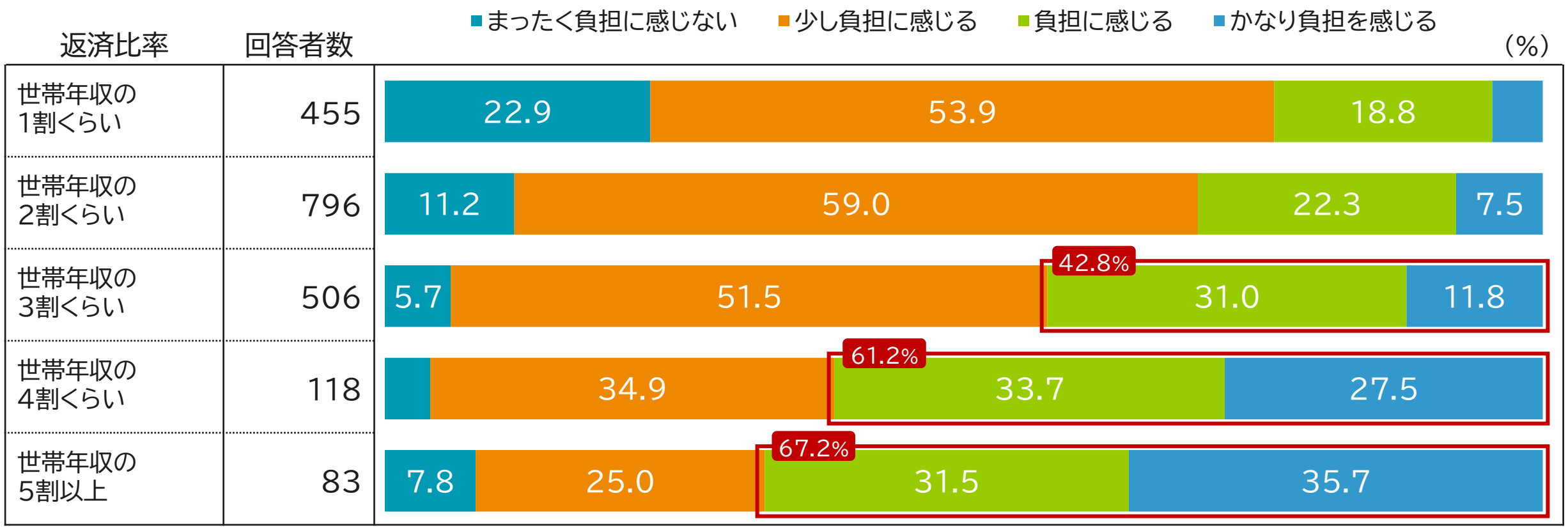
＊回答者：住宅ローン利用経験者　＊借入金額選択肢「わからない、覚えていない」、返済比率選択肢「わからない」を除く　＊5.0%未満はグラフ内の比率表記を省略

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

返済比率3割では、「返済を負担に感じる」が42.8%

- 返済比率が高くなるほど、住宅ローン返済に対する負担感が大きくなる
- 「負担に感じる」「かなり負担を感じる」は、返済比率4割で61.2%、5割で67.2%と半数を超える

図表6　住宅ローン返済に対する負担感（返済比率別）



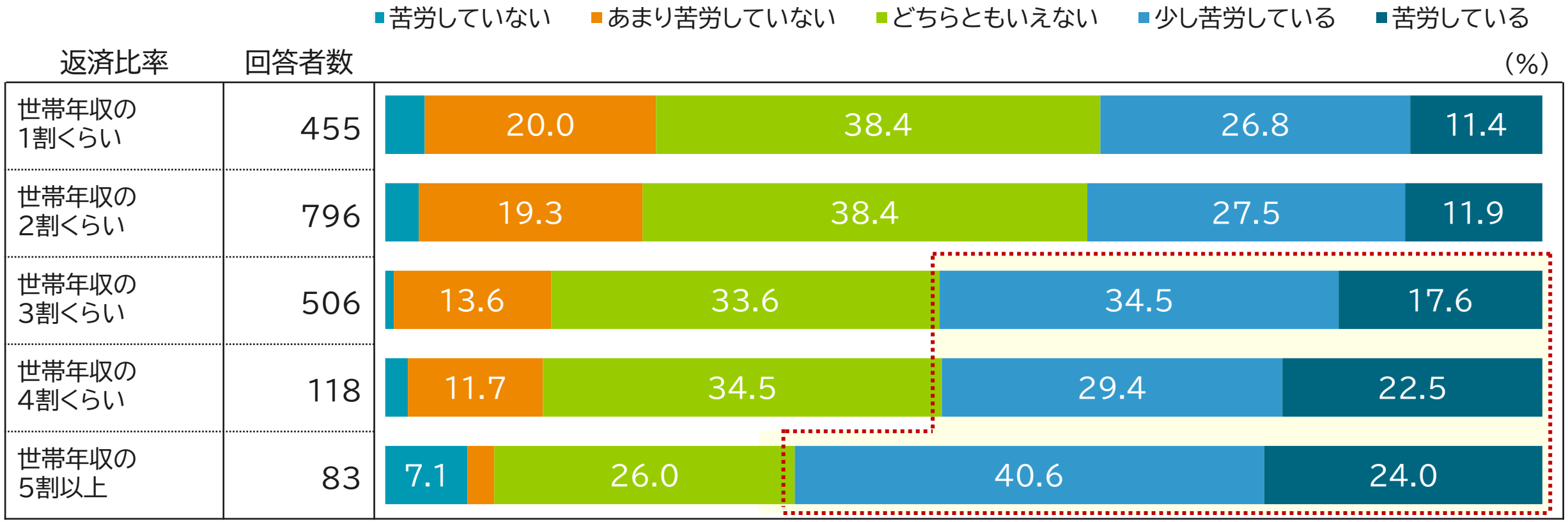
＊回答者：住宅ローン利用経験者　＊返済比率選択肢「わからない」を除く　＊5.0%未満はグラフ内の比率表記を省略

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

【ご参考】返済比率が3割以上になると、自己実現へのお金の苦労が生じやすい

- 返済比率が高くなるほど、自己実現(幸せ)に向けてお金の面で「少し苦労をしている」「苦労している」という回答が増加し、返済比率3割以上でその回答は半数を超える

図表7　自己実現(幸せ)に向けてのお金の面での苦労(返済比率別)



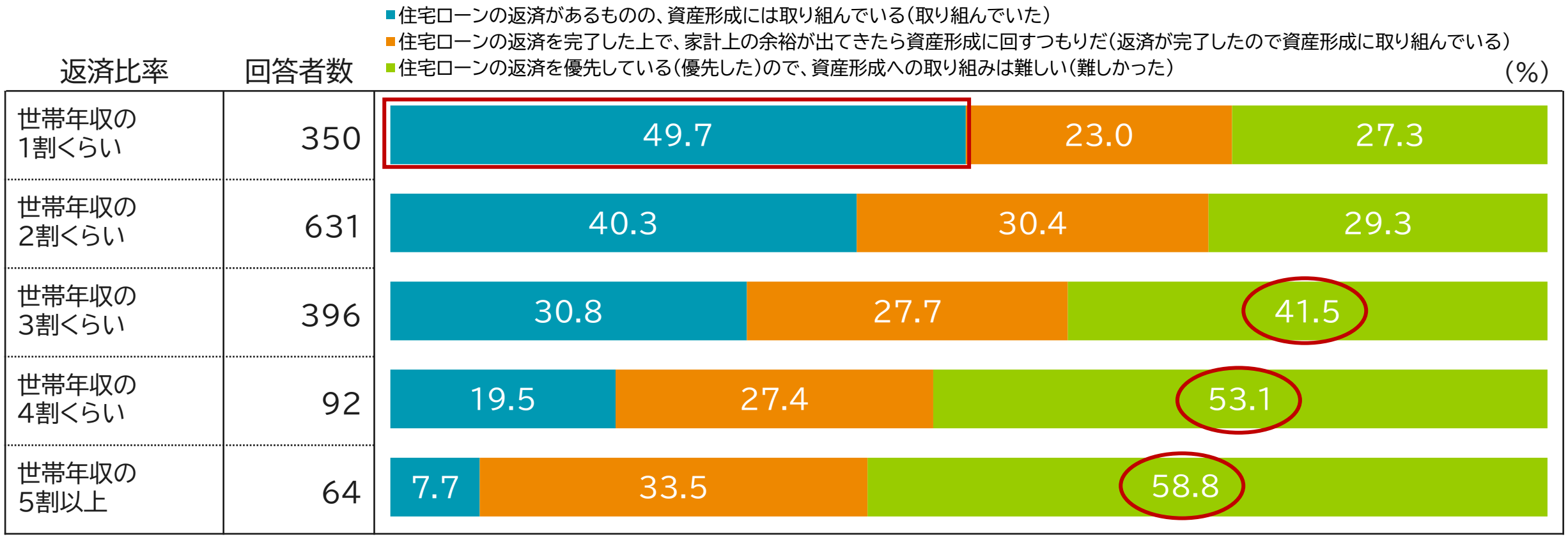
＊回答者:住宅ローン利用経験者　＊返済比率選択肢「わからない」を除く　＊5.0%未満はグラフ内の比率表記を省略
(出所)三井住友トラスト・資産のミライ研究所「金融リテラシー度とファイナンシャル ウェルビーイングに関する実態調査」(2023年)の設問とクロス集計

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

返済比率1割では、約半数が「住宅ローンの返済」と「資産形成」を両立

- 「住宅ローンの返済があるものの、資産形成には取り組んでいる（取り組んでいた）」は、返済比率1割では49.7%と約半数
- 「住宅ローンの返済を優先している（優先した）ので、資産形成への取り組みは難しい（難しかった）」は、返済比率3割で41.5%、4割で53.1%、5割で58.8%と、返済比率が高まるにつれて増加

図表8 「住宅ローンの返済」と「資産形成：家計での積立て」の両立状況（返済比率別）



＊回答者：住宅ローン利用経験者　＊返済比率選択肢「わからない」、資産形成への取組み選択肢「この中にはひとつもない」を除く

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

3 「住宅ローン」の借り方によって生じる差は？ －頭金の準備割合からの視点－

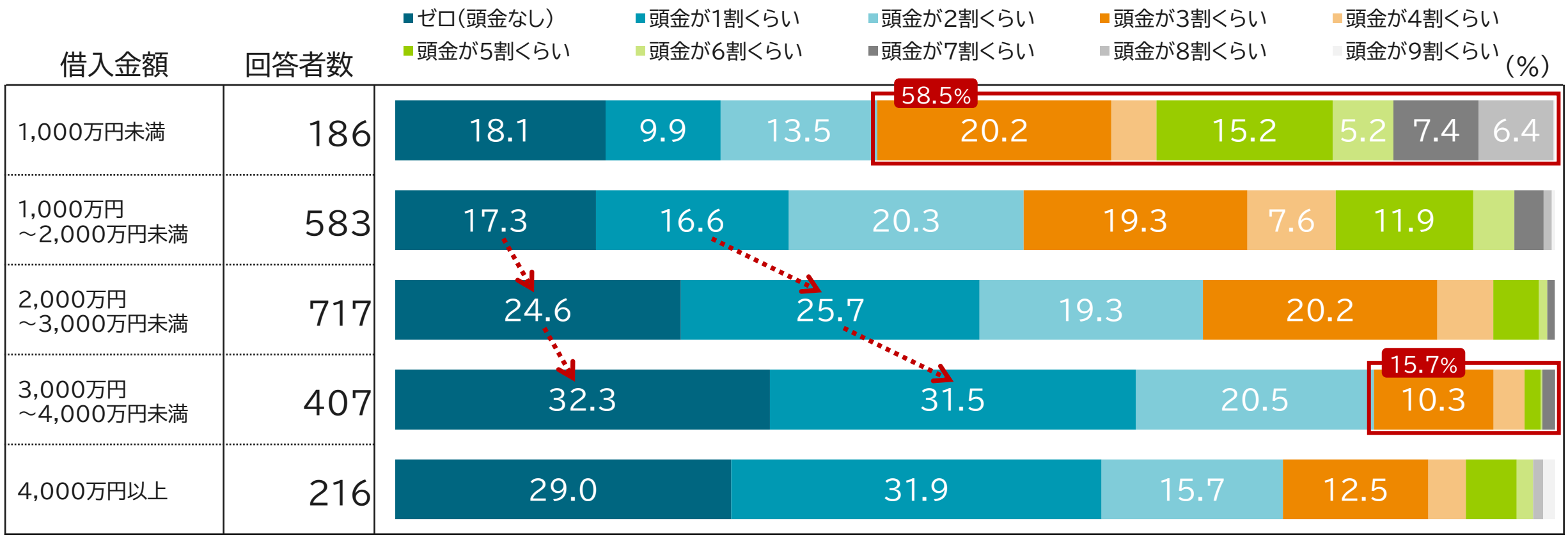
- 借入金額3,000万円以上では、3人に1人は頭金「ゼロ」
- 頭金準備割合の決定理由は、手元の資金を使うか・使わないか
- 手元の資金を使うか・使わないかの意識は、「ゼロ」「1割」と「2割以上」で差
- 頭金「ゼロ」では、およそ2人に1人は返済を負担に感じる
- 頭金「ゼロ」では、「ローン返済」と「資産形成」の両立が困難な人が約半数

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

借入金額3,000万円以上では、3人に1人は頭金「ゼロ」

- 頭金「ゼロ」「1割」の比率は、借入金額2,000万円～3,000万円未満と、3,000万円～4,000万円未満で段階的に上昇
- 頭金「3割以上」の比率は、借入金額が1,000万円未満では58.5%と半数超だが、3,000万円～4,000万円未満では15.7%まで減少

図表9　頭金の準備割合（借入金額別）



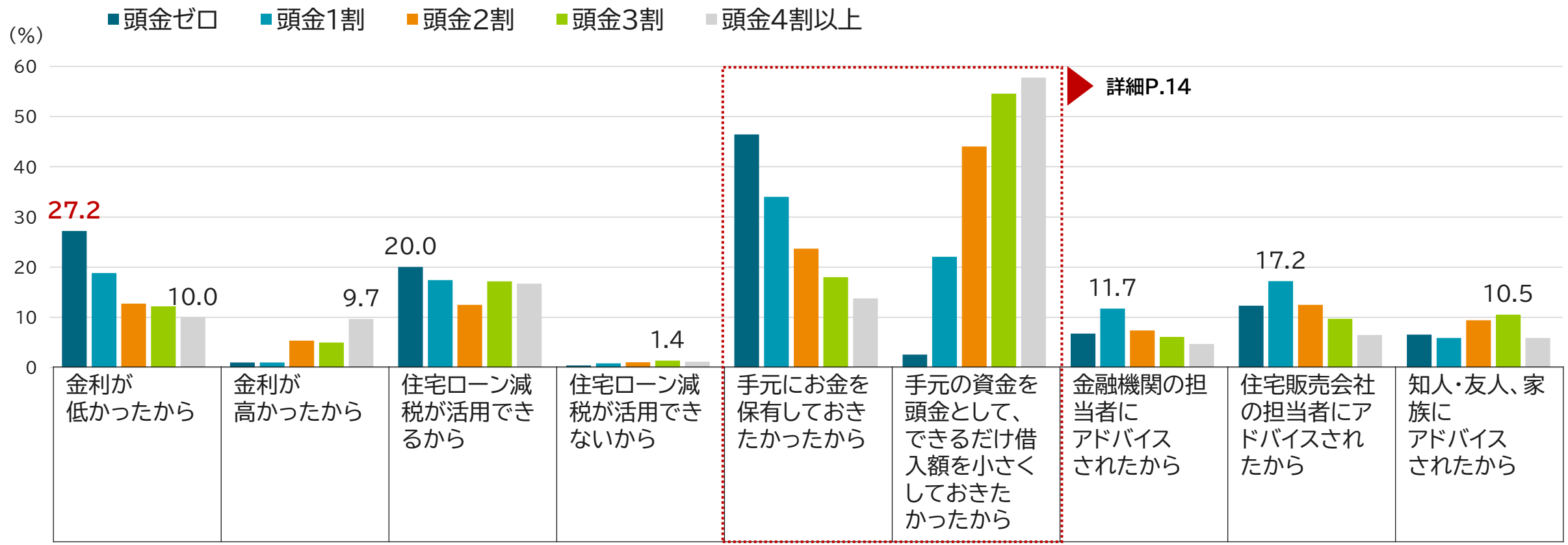
＊回答者：持ち家購入者かつ住宅ローン利用経験者を集計　＊頭金準備割合選択肢「わからない、忘れた」、借入金額選択肢「わからない、覚えていない」を除く　＊5.0%未満はグラフ内の比率表記を省略

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

頭金準備割合の決定理由は、手元の資金を頭金として使うか・使わないか

- 頭金準備割合の決定理由は、「借入利率」や「住宅ローン控除の活用」よりも「手元の資金を頭金として使うか・使わないか」の選択が多い
- 頭金「ゼロ」では、4人に1人が「金利が低かったから」を選択しており、低金利の環境から借入額を増やしている可能性

図表10　頭金の割合を決めた理由（頭金の準備割合別）（複数回答可）



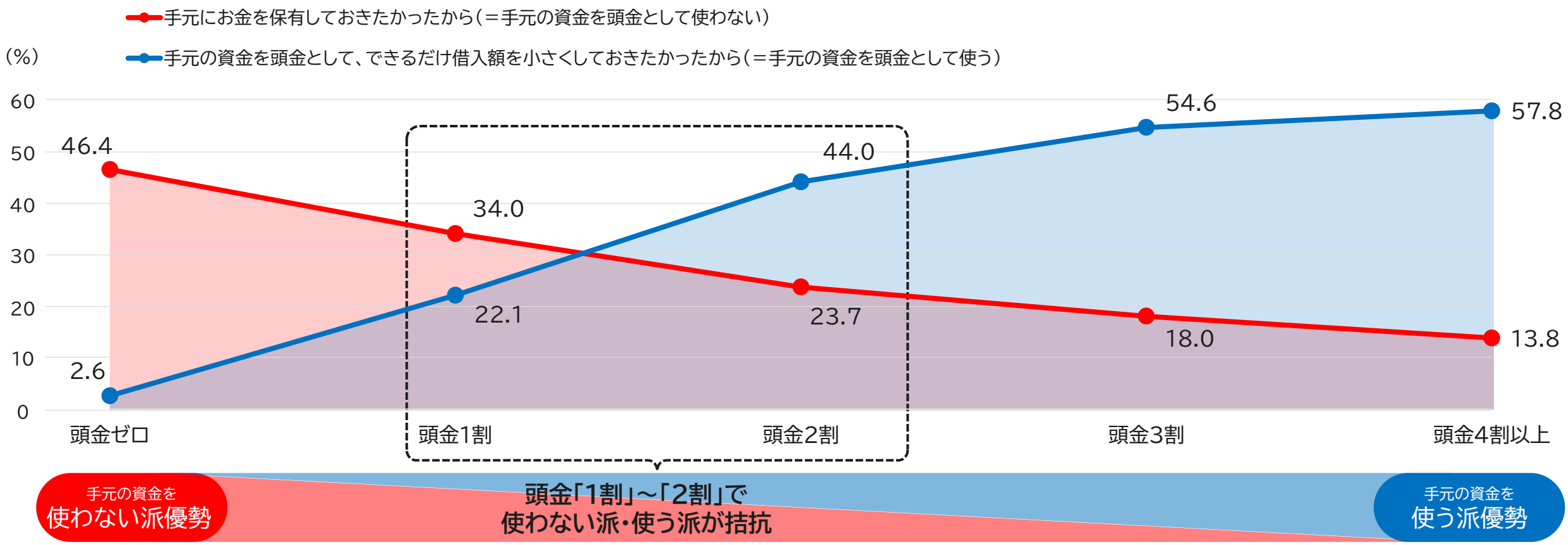
＊回答者：持ち家購入者のうち、頭金準備割合認知者　＊頭金を決めた理由のうち「その他」を除く　＊回答者数：頭金の準備割合が低い方から順に、504、494、393、361、341

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

手元の資金を頭金として使うか・使わないかは、「ゼロ」「1割」と「2割以上」で差

- 頭金「ゼロ」では、手元の資金を頭金として「使わない派」が大きく優勢
- 「1割」「2割」では「使わない派」「使う派」の両者が拮抗、「3割以上」では「使う派」優勢が明確に

図表11　頭金の割合を決めた理由のうち「手元の資金をどうするか」に関する回答状況（頭金の準備割合別）



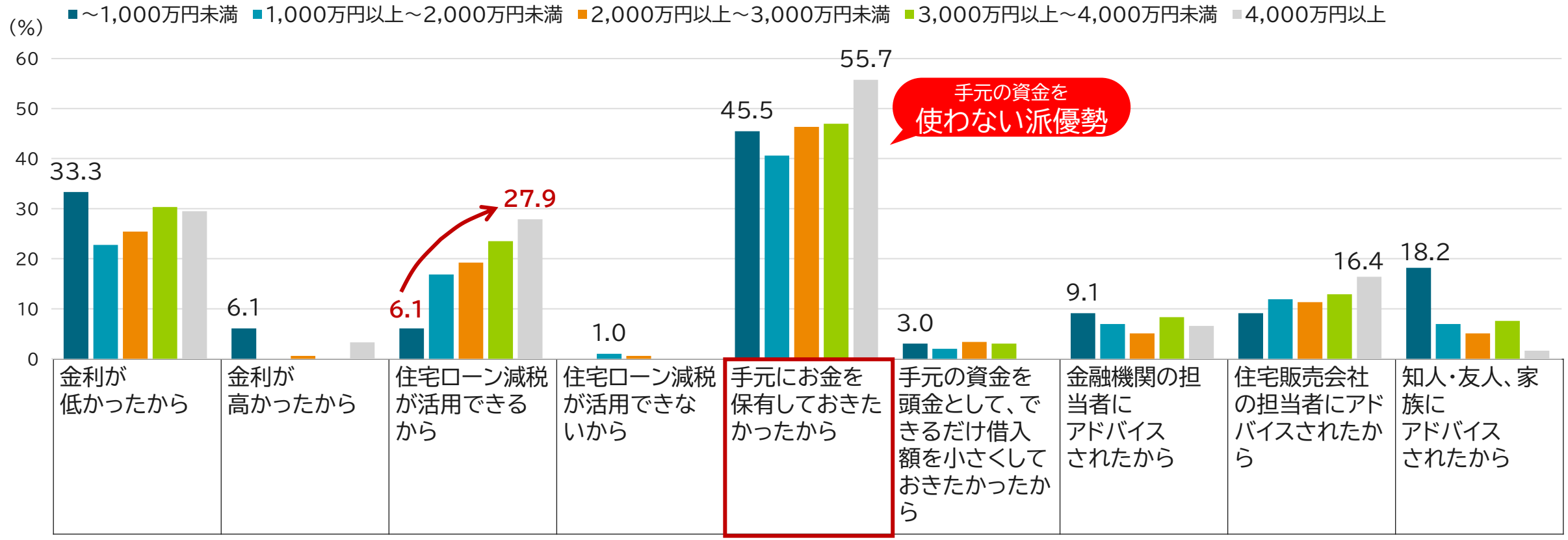
＊回答者：持ち家購入者のうち、頭金準備割合認知者　＊回答者数：頭金の準備割合が低い方から順に、504、494、393、361、341

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

【ご参考】《頭金準備割合「ゼロ」のケース》頭金準備割合の決定理由

- 借入金額によらず「手元にお金を保有しておきたかったから」が最も選択が多い結果に
- 借入金額が多くなるにつれて「住宅ローン控除の活用」を意識しており、頭金を「ゼロ」とすることで借入限度額上限まで活用したいとの意識が鮮明

図表12　借入金額別　頭金の割合を決めた理由（複数回答可）



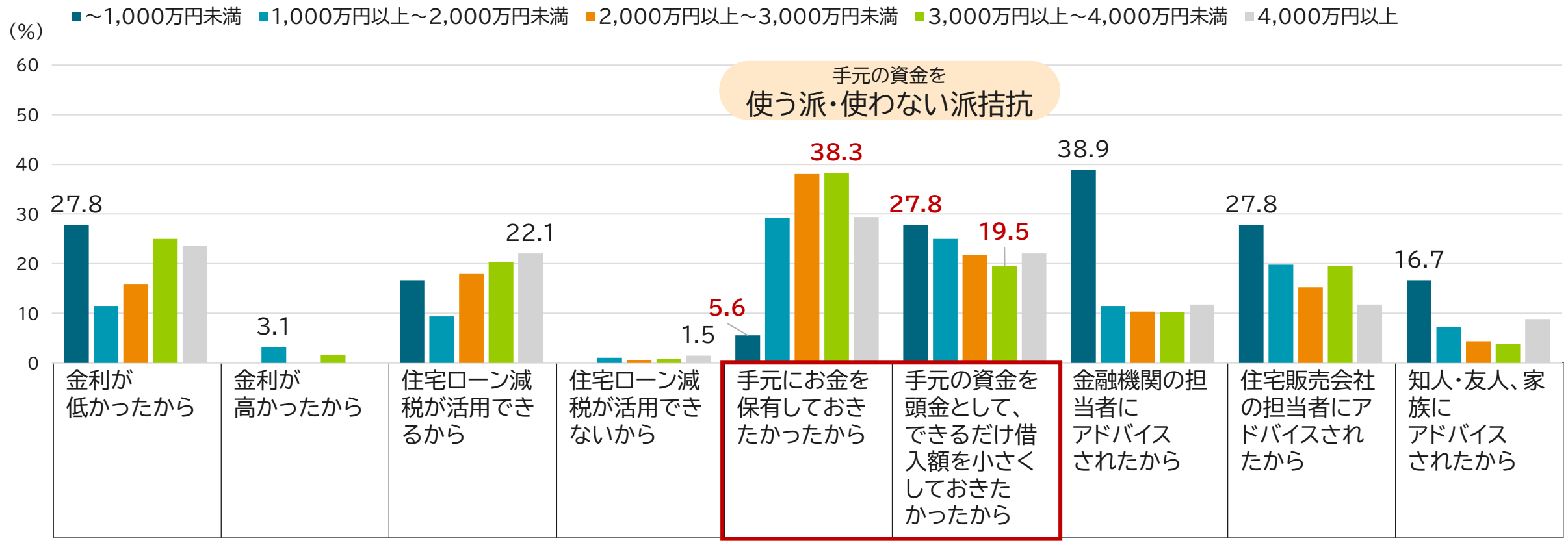
＊回答者：持ち家購入者かつ住宅ローン利用経験者のうち頭金準備割合認知者　＊頭金準備割合選択肢「わからない、忘れた」、頭金を決めた理由選択肢「その他」を除く
＊回答者数：借入金額が少ない方から順に、33、101、177、132、61

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

【ご参考】《頭金準備割合「1割」のケース》頭金準備割合の決定理由

- 頭金準備割合「ゼロ」や「2割以上」に比べると、「金融機関の担当者」や「住宅販売会社の担当者」からのアドバイスも判断の理由に

図表13　借入金額別　頭金の割合を決めた理由（複数回答可）



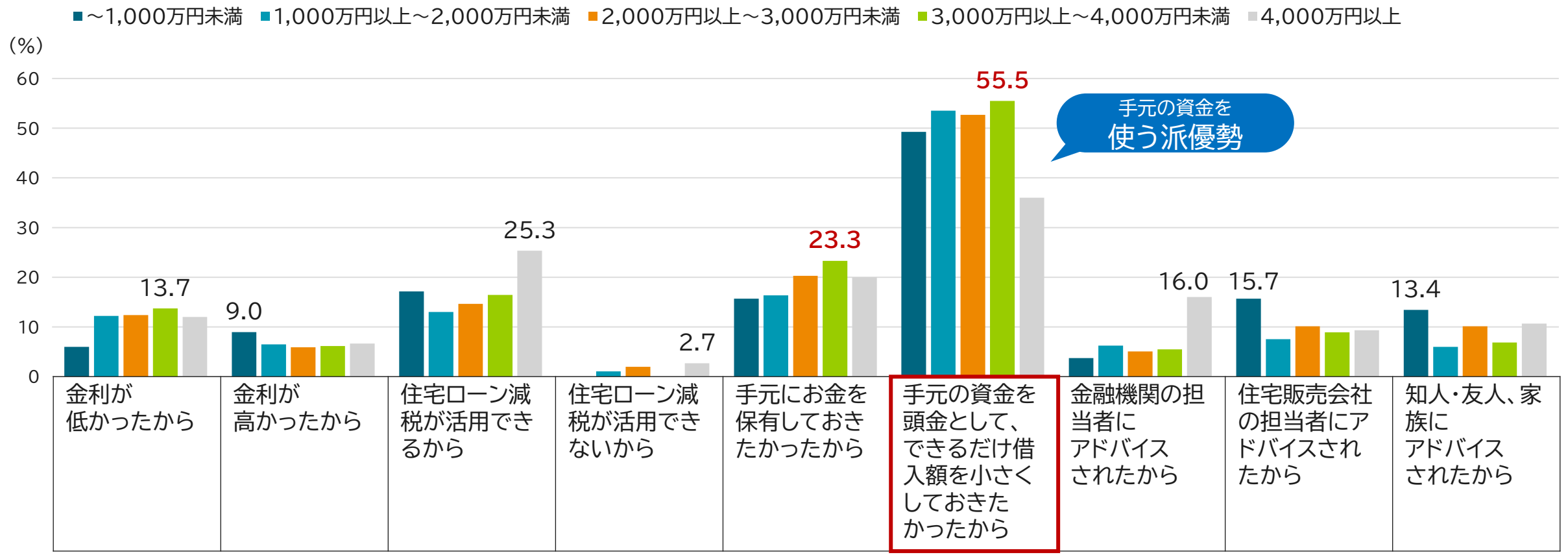
＊回答者：持ち家購入者かつ住宅ローン利用経験者のうち頭金準備割合認知者　＊頭金準備割合選択肢「わからない、忘れた」、頭金を決めた理由選択肢「その他」を除く
＊回答者数：借入金額が少ない方から順に、18、96、184、128、68

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

【ご参考】《頭金準備割合「2割以上」のケース》頭金準備割合の決定理由

- 借入金額によらず「手元の資金を頭金として、できるだけ借入額を小さくしておきたかったから」が最も選択が多い結果に
- 「金利が低かったから」との回答が10%程度にとどまっており、金利環境によらず「借入額を抑えておきたい」との意識が鮮明に

図表14　借入金額別　頭金の割合を決めた理由（複数回答可）



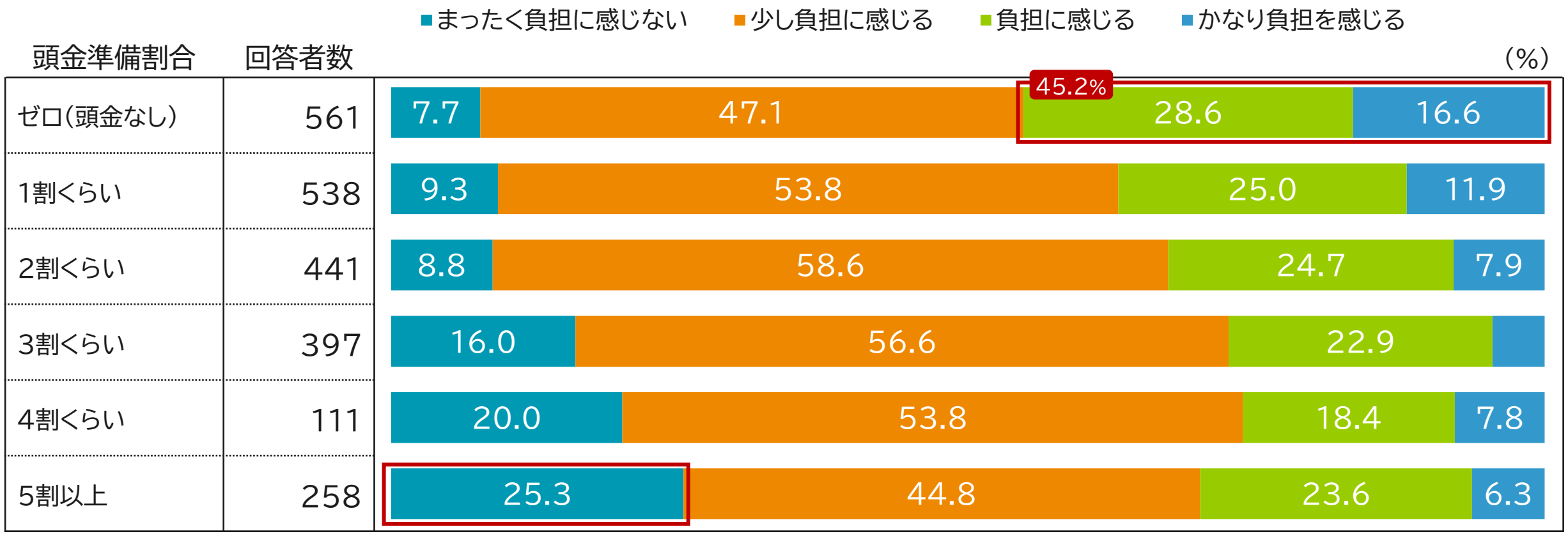
＊回答者：持ち家購入者かつ住宅ローン利用経験者のうち頭金準備割合認知者　＊頭金準備割合選択肢「わからない、忘れた」、頭金を決めた理由選択肢「その他」を除く
＊回答者数：借入金額が少ない方から順に、134、385、355、146、75

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

頭金「ゼロ」では、およそ2人に1人は返済を負担に感じる

- 頭金「ゼロ」だと、「負担に感じる」「かなり負担を感じる」の比率が45.2%と約半数
- 頭金を5割以上入れると、4人に1人は「まったく負担に感じない」と回答

図表15　住宅ローン返済に対する負担感（頭金の準備割合別）



頭金準備割合	回答者数	まったく負担に感じない	少し負担に感じる	負担に感じる	かなり負担を感じる
ゼロ（頭金なし）	561	7.7	47.1	28.6	16.6
1割くらい	538	9.3	53.8	25.0	11.9
2割くらい	441	8.8	58.6	24.7	7.9
3割くらい	397	16.0	56.6	22.9	
4割くらい	111	20.0	53.8	18.4	7.8
5割以上	258	25.3	44.8	23.6	6.3

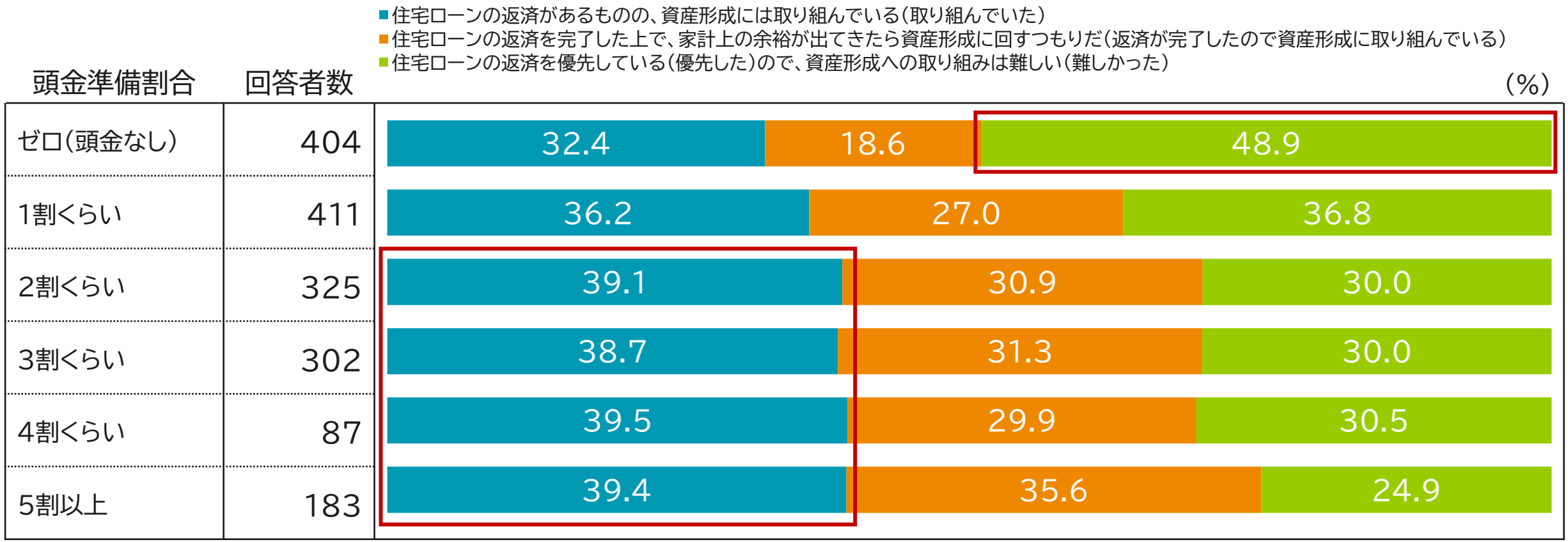
＊回答者：持ち家購入者かつ住宅ローン利用経験者を集計　＊頭金準備割合選択肢「わからない、忘れた」を除く　＊5.0%未満はグラフ内の比率表記を省略

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

頭金「ゼロ」では、「ローン返済」と「資産形成」の両立が困難な人が約半数

- 頭金「2割以上」では、「住宅ローンの返済があるものの、資産形成には取り組んでいる（取り組んでいた）」が最多で約5人に2人
- 頭金「ゼロ」では、「ローン返済」と「資産形成」の両立が難しい（難しかった）が48.9%

図表16　資産形成への取組み（頭金準備割合別）



頭金準備割合	回答者数	■住宅ローンの返済があるものの、資産形成には取り組んでいる（取り組んでいた）	■住宅ローンの返済を完了した上で、家計上の余裕が出てきたら資産形成に回すつもりだ（返済が完了したので資産形成に取り組んでいる）	■住宅ローンの返済を優先している（優先した）ので、資産形成への取り組みは難しい（難しかった）
ゼロ（頭金なし）	404	32.4	18.6	48.9
1割くらい	411	36.2	27.0	36.8
2割くらい	325	39.1	30.9	30.0
3割くらい	302	38.7	31.3	30.0
4割くらい	87	39.5	29.9	30.5
5割以上	183	39.4	35.6	24.9

＊回答者：持ち家購入者かつ住宅ローン利用経験者　＊頭金準備割合選択肢「わからない、忘れた」、資産形成への取組み「この中にはひとつもない」を除く

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.

ご留意事項

- 本資料は、情報の提供を目的として作成しており、具体的な対応についてはお客様のご判断により行っていただくことになります。お客様のご判断によって行ったご対応の結果生じた損害につきましては、弊社は一切責任を負いません。
- 本資料は、作成日において弊社が信頼できると判断した情報等に基づいて作成したものであり、その情報の正確性・確実性について保証するものではありません。また、今後の金融情勢・社会情勢等の変化により、内容が変更となる場合がございます。
- 本資料に係る一切の権利は、他社資料の引用部分を除いて三井住友信託銀行に属し、いかなる目的であれ本資料の一部または全部の無断での使用・複製は固くお断り致します。本資料の一部または全部を転載・複製する際は、弊社にご照会くださいますようお願い申し上げます。

ご照会先

三井住友信託銀行

三井住友トラスト・資産のミライ研究所

mirai@smtb.jp

作成日:2023年7月26日
564-23-2049

Copyright © SUMITOMO MITSUI TRUST BANK, LIMITED All rights reserved.