

2025年6月

「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」(2025年)より

住宅ローン利用経験者に聞いた、 「リアルな後悔」ランキング

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

研究員 矢野 礼菜

1. 調査名：「住まいと資産形成に関する意識と実態調査」(2025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：2025年1月
5. サンプルサイズ：11,435
6. サンプルの属性(年代別)

18-19歳	108
20-29歳	1,995
30-39歳	1,944
40-49歳	2,443
50-59歳	2,707
60-69歳	2,238

7. 備考：図表は端数処理の関係上、合計で100%とならない場合があります

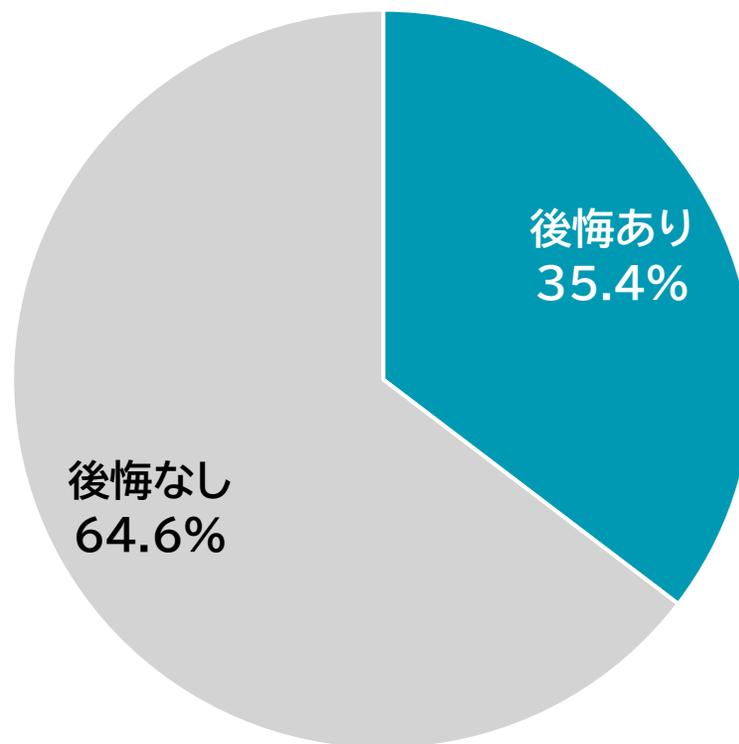
1 住宅ローン返済中に感じた、「こうしておけばよかった！」

約3人に1人が住宅ローンに“後悔”

- 住宅ローン返済中の方のうち、約3人に1人が住宅ローンに対して何らかの後悔あり

図表1 住宅ローンに対する後悔の有無

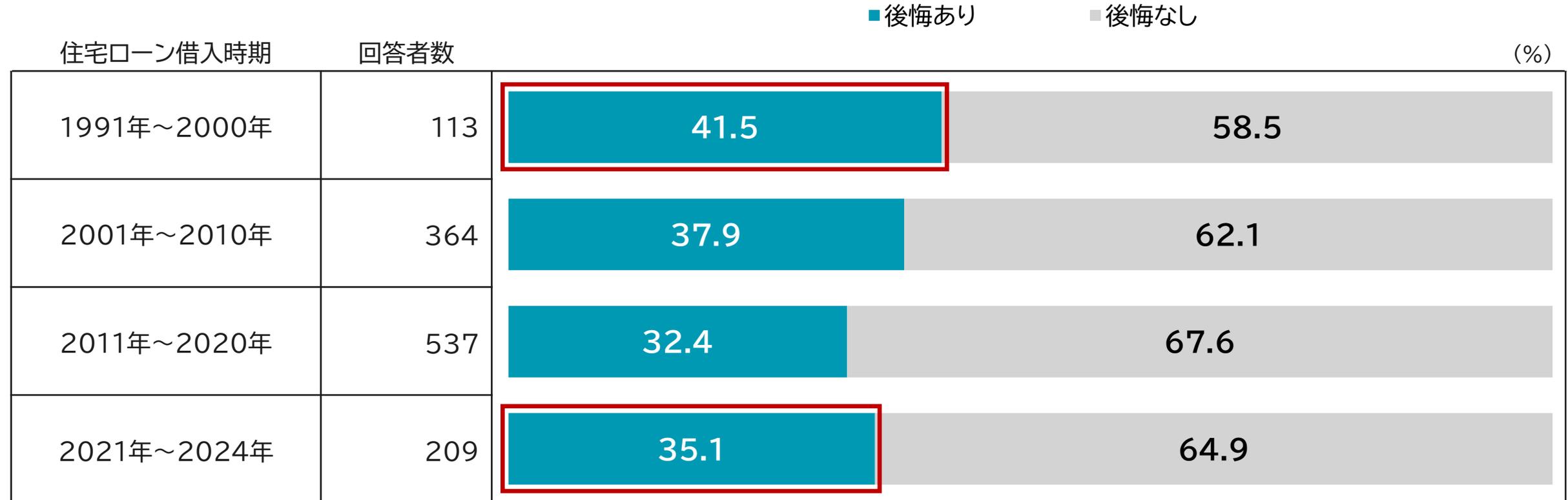
返済中の方(1,227名)



長期間返済を続けているほど、後悔を抱えている人が多い

- 1991年～2000年に住宅ローンを借入れ、現在も返済中の人(返済期間25年間～34年間)のうち、約4割が「後悔あり」
- 借入時期が最近になるにつれて「後悔あり」の割合が低下するも、直近の2021年～2024年では35.1%が「後悔あり」と回答しやや増加→足元の金利上昇が影響か

図表2 住宅ローン借入時期別 住宅ローンに対する後悔の有無



※回答者:住宅ローン返済中の方 ※借入時期が1990年以前については該当者が少ないため除いている

後悔している人のうち、およそ3人に1人は「借入金額を少なくすればよかった」

- 最も多かったのは「借入金額を少なくすればよかった(30.1%)」、次いで「頭金の割合を多くすればよかった(24.9%)」「借入期間を短くすればよかった(16.7%)」
- 「保障内容を充実させればよかった」も上位に挙げられている

図表3 住宅ローンに対する後悔の上位5項目(複数回答可)

1		借入金額を 少なく すればよかった	30.1%
2		頭金の割合を 多く すればよかった	24.9%
3		借入期間を 短く すればよかった	16.7%
4		固定金利ではなく 変動金利 にすればよかった	14.9%
5		保障内容*を 充実 させればよかった	13.8%

※回答者数:1991年以降に住宅ローンを借り入れて返済中かつ後悔している方432名 *疾病保障特約など

長期間返済を続けているほど、「借入期間を短くすればよかった」と後悔

- 「借入金額を短くすればよかった」を選択する割合は、借入時期が以前である(=長く返済を続けている)ほど多い(表内★)
- 2021年以降、金利に対する後悔が「固定金利ではなく変動金利にすればよかった(表内♠)」から「変動金利ではなく固定金利にすればよかった(表内♣)」に変化しており、住宅ローンを借り入れた時期に多く選ばれていた金利形態の影響を受けているものと思われる

図表4 住宅ローン借入時期別 住宅ローンに対する後悔の上位5項目(複数回答可)

借入時期	順位	後悔の項目	割合
1991年～ 2000年 (回答者数:47)	1	借入金額を 少なく すればよかった	32.5%
	2	借入期間を 短く すればよかった(★)	24.5%
	3	頭金の割合を 多く すればよかった	24.4%
	4	固定金利ではなく 変動金利 にすればよかった(♠)	19.0%
	5	保障内容*を 充実 させればよかった	11.9%
2001年～ 2010年 (回答者数:138)	1	借入金額を 少なく すればよかった	31.3%
	2	頭金の割合を 多く すればよかった	25.6%
	3	固定金利ではなく 変動金利 にすればよかった(♠)	18.6%
	4	借入期間を 短く すればよかった(★)	17.2%
	5	保障内容*を 充実 させればよかった	12.7%

長期間返済を続けているほど、「借入期間を短くすればよかった」と後悔

借入時期

2011年～
2020年
(回答者数:174)

1	 借入金額を 少なく すればよかった	28.6%
2	 頭金の割合を 多く すればよかった	24.4%
3	 借入期間を 短く すればよかった(★)	14.8%
4	 保障内容*を 充実 させればよかった	14.4%
5	 固定金利ではなく 変動金利 にすればよかった(♠)	19.0%

2021年～
2024年
(回答者数:73)

1	 借入金額を 少なく すればよかった	30.0%
2	 頭金の割合を 多く すればよかった	25.1%
3	 変動金利ではなく 固定金利 にすればよかった(♣)	19.0%
4	 保障内容*を 充実 させればよかった	15.8%
5	 借入期間を 短く すればよかった(★)	15.1%

※回答者:各借入時期に住宅ローンを借り入れて返済中かつ後悔している方 *疾病保障特約など

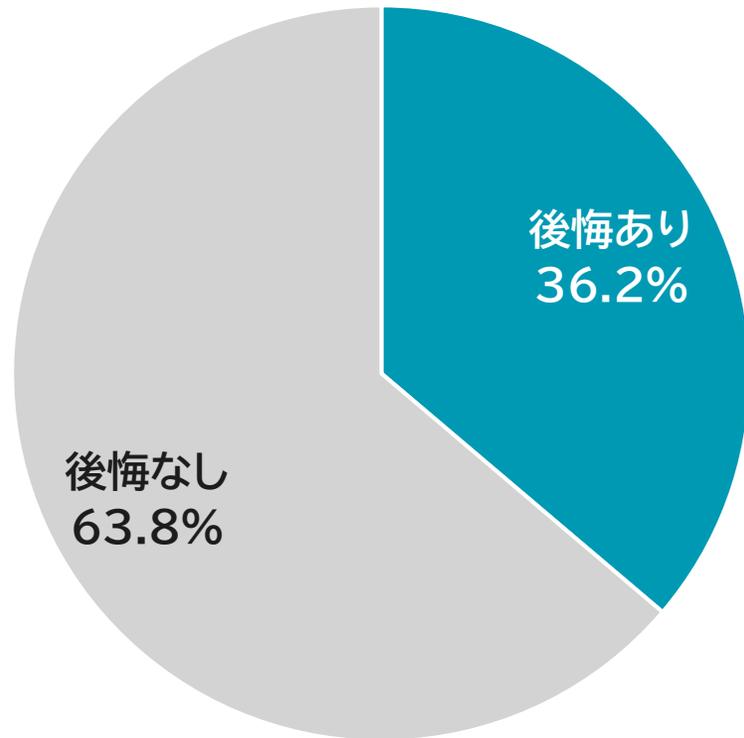
2 単独ローンとペアローンで、後悔ランキングに違いあり

ペアローンの方が「後悔あり」の割合が+5.4%

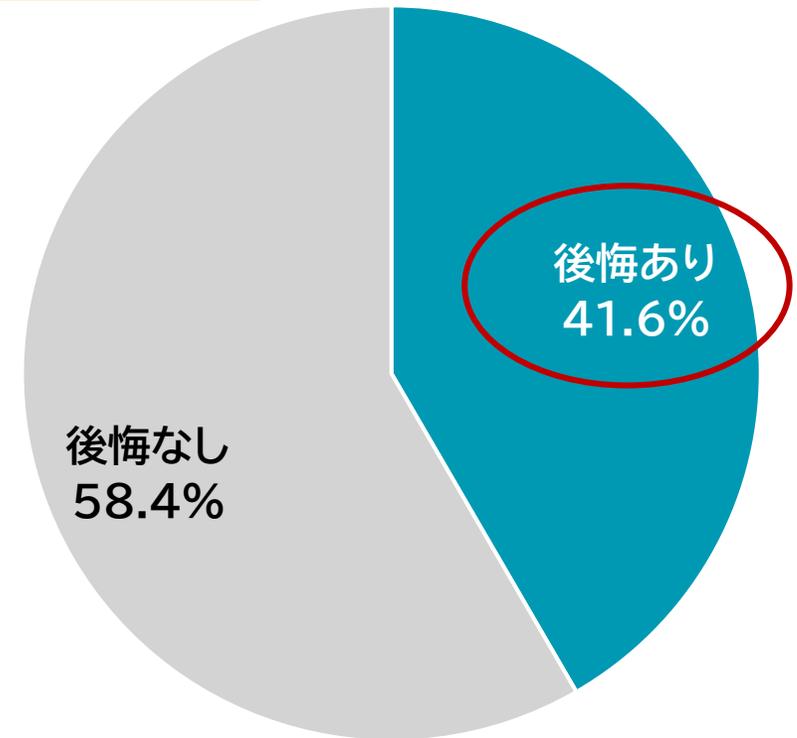
- 住宅ローンに対して「後悔あり」の割合は、単独ローンは36.2%であるのに対し、ペアローンでは41.6%とより高くなっている

図表5 借入形態別 住宅ローンに対する後悔の有無

単独ローン(2,138名)



ペアローン(284名)



※回答者:住宅ローン借入経験者 ※「わからない」については除く

約5人に1人は「単独ローンにすればよかった」と後悔

- ペアローン利用者で最も多い後悔は「ペアローンではなく単独ローンにすればよかった」

図表6 借入形態別 住宅ローンに対する後悔の上位5項目(複数回答可)

借入形態

単独ローン
(回答者数:775)

1	 借入金額を 少なく すればよかった	26.1%
2	 頭金の割合を 多く すればよかった	25.5%
3	 借入期間を 短く すればよかった	16.5%
4	 固定金利ではなく 変動金利 にすればよかった	16.5%
5	 保障内容*を 充実 させればよかった	10.9%

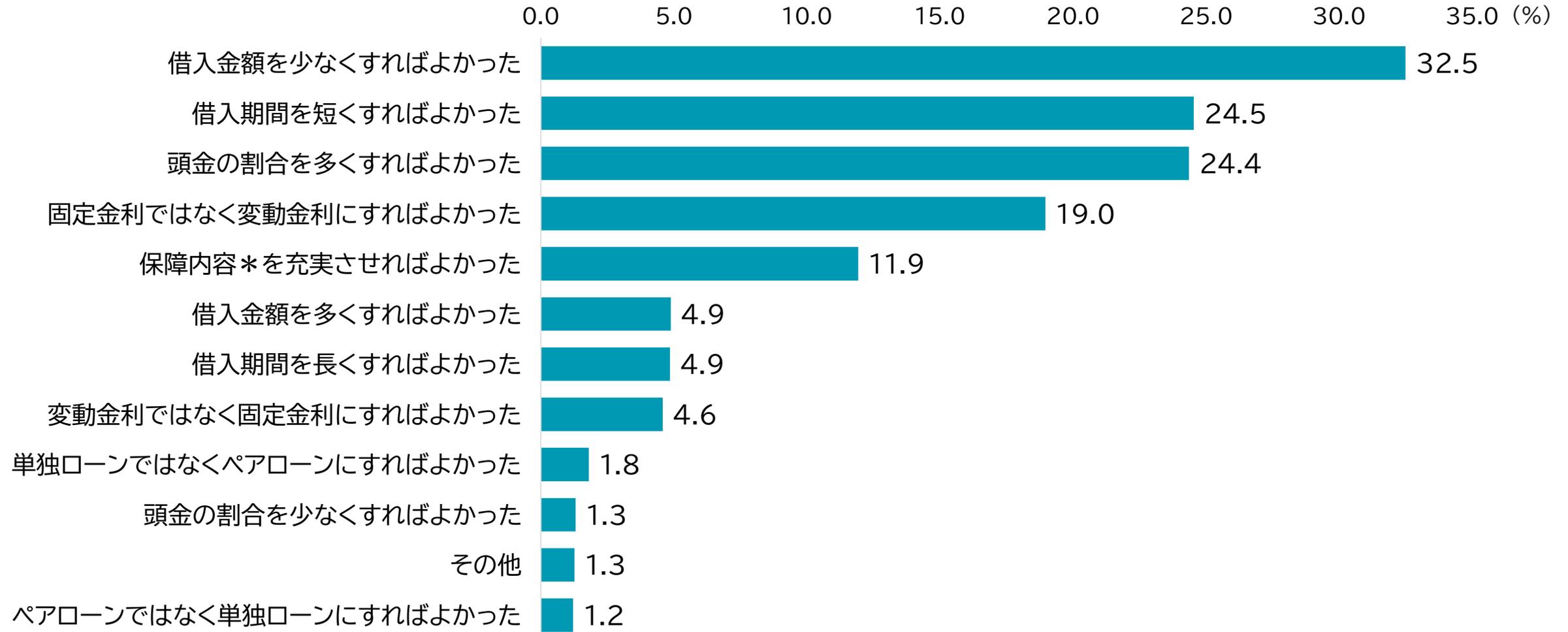
ペアローン
(回答者数:118)

1	 ペアローンではなく 単独ローン にすればよかった	22.4%
2	 頭金の割合を 多く すればよかった	21.7%
3	 保障内容*を 充実 させればよかった	21.6%
4	 固定金利ではなく 変動金利 にすればよかった	19.0%
5	 借入金額を 少なく すればよかった	16.3%

3 データ集

【借入時期別】住宅ローンに対する後悔 全項目

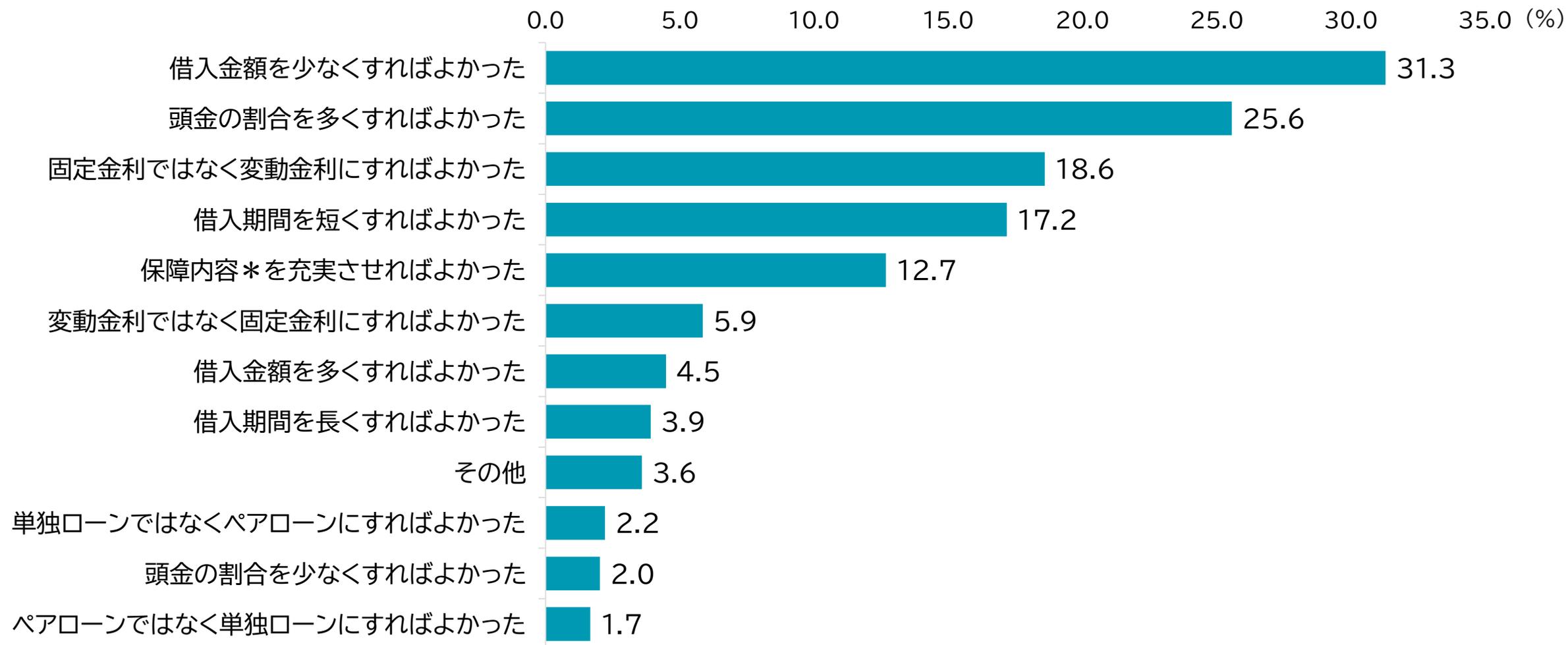
図表7 住宅ローンに対する後悔（借入時期:1991年～2000年）



※回答者数:上記借入時期に住宅ローンを借入れて返済中かつ後悔している方 47名 *疾病保障特約など

【借入時期別】住宅ローンに対する後悔 全項目

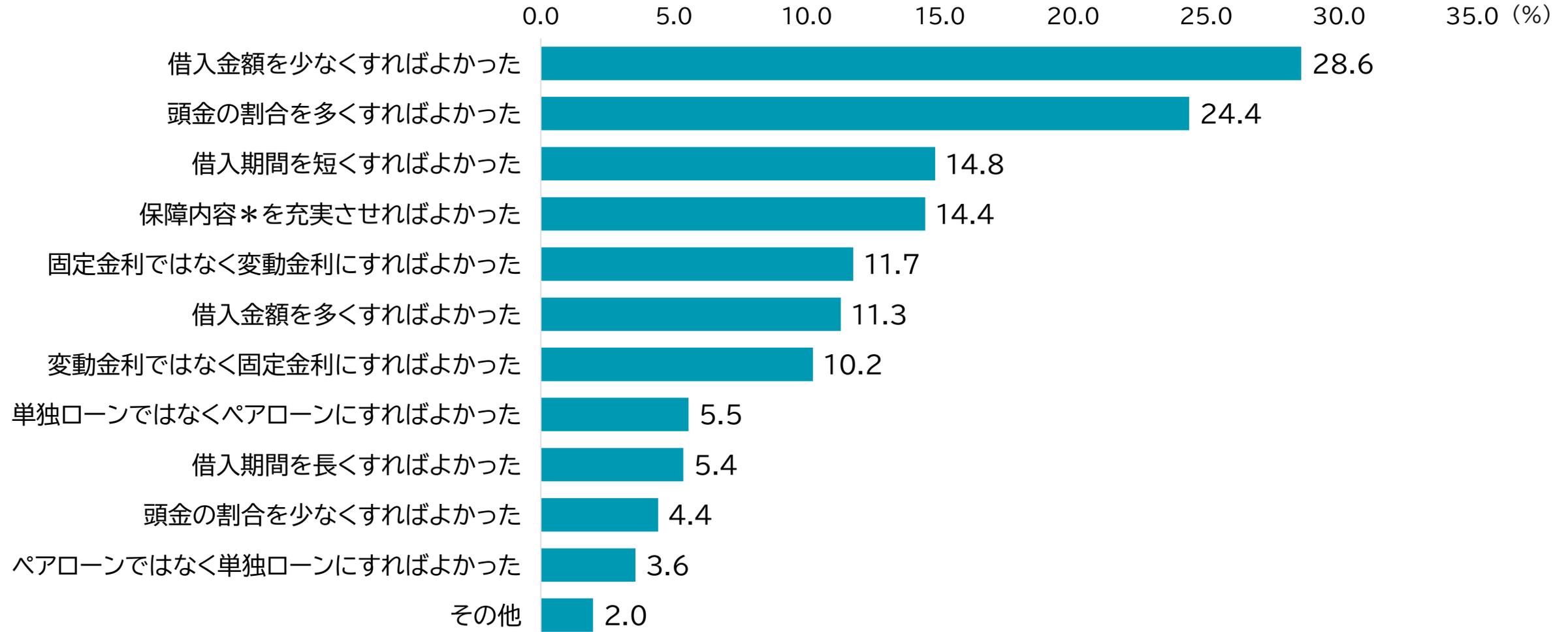
図表8 住宅ローンに対する後悔（借入時期：2001年～2010年）



※回答者数：上記借入時期に住宅ローンを借入れて返済中かつ後悔している方 138名 *疾病保障特約など

【借入時期別】住宅ローンに対する後悔 全項目

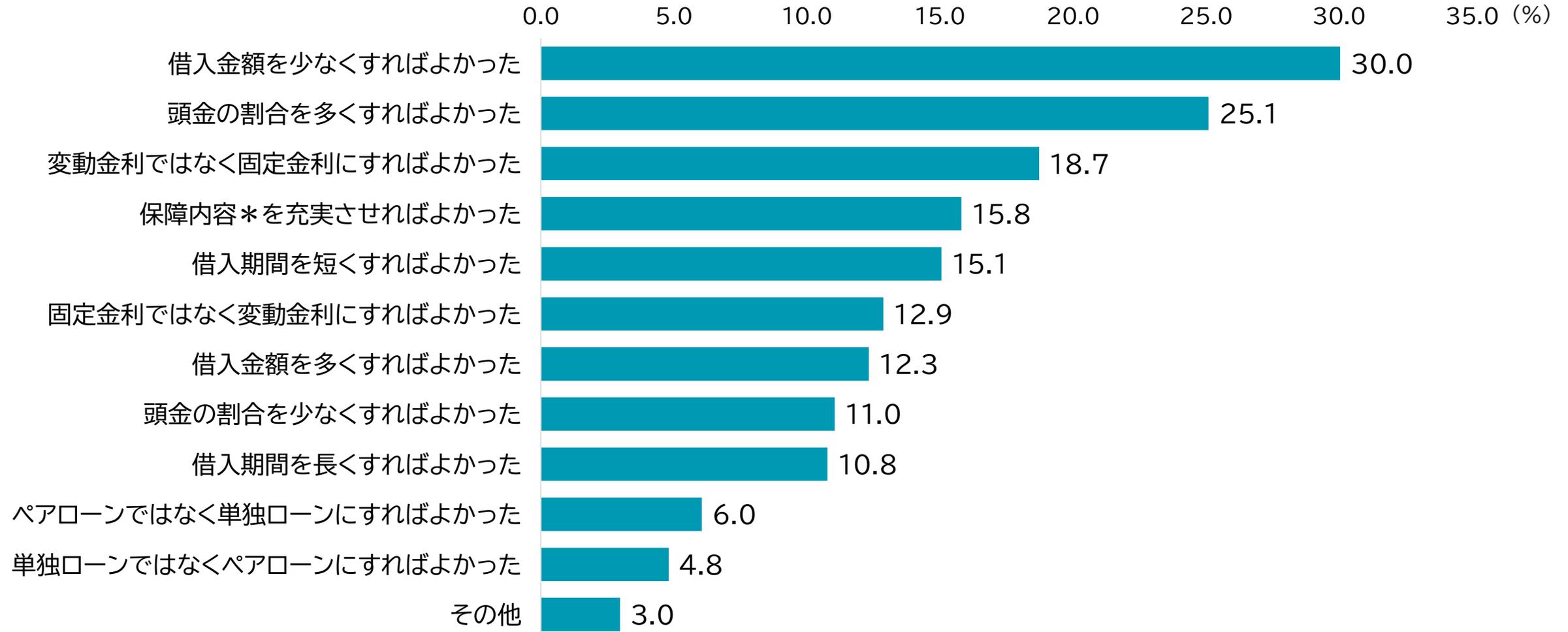
図表9 住宅ローンに対する後悔（借入時期：2011年～2020年）



※回答者数：上記借入時期に住宅ローンを借入れて返済中かつ後悔している方 174名 *疾病保障特約など

【借入時期別】住宅ローンに対する後悔 全項目

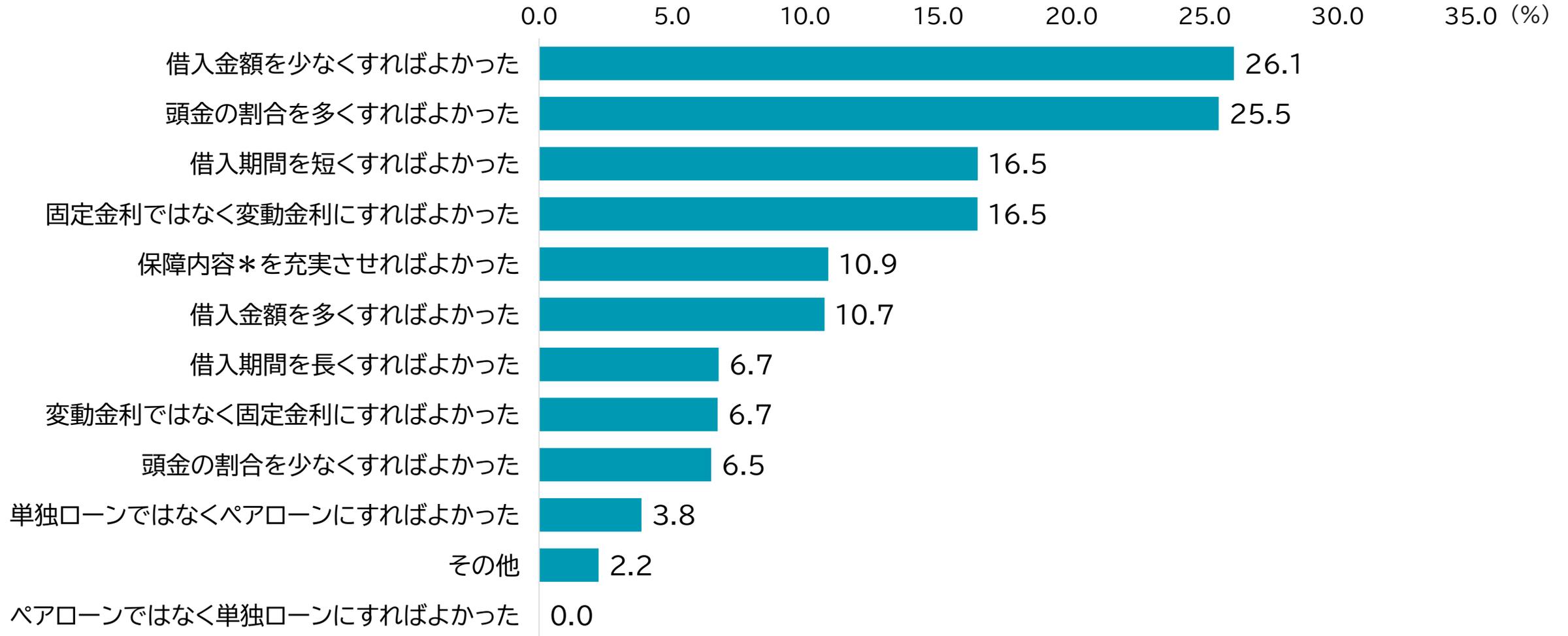
図表10 住宅ローンに対する後悔（借入時期:2021年～2024年）



※回答者数:上記借入時期に住宅ローンを借入れて返済中かつ後悔している方 73名 *疾病保障特約など

【借入形態別】住宅ローンに対する後悔 全項目

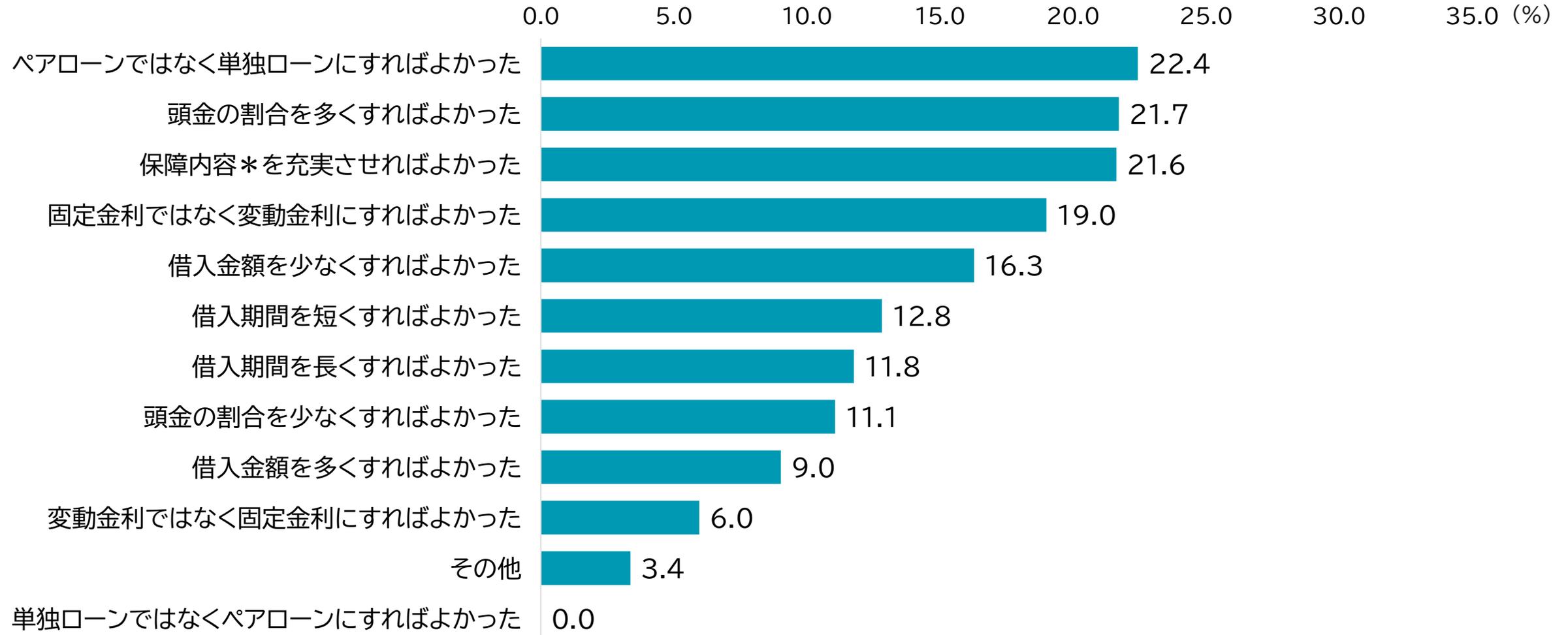
図表11 住宅ローンに対する後悔（借入形態：単独ローン）



※回答者数: 上記借入形態での住宅ローン利用経験者のうち後悔している方 775名 *疾病保障特約など

【借入形態別】住宅ローンに対する後悔 全項目

図表12 住宅ローンに対する後悔（借入形態:ペアローン）



※回答者数:上記借入形態での住宅ローン利用経験者のうち後悔している方 118名 *疾病保障特約など

- 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: 2025年6月17日
564-25-2018