



物価上昇・金利・為替 ニュースで聞く言葉の基礎まとめ

しくみを知れば、ニュースがもっと分かるようになる

引用元:日本銀行、総務省統計局、財務省、内閣府

まずは「物価」とは何か



物価 = モノやサービスの価格のこと

日常生活で購入する商品やサービスの価格水準



国全体の物価の動きは「消費者物価指数(CPI)」で確認できる

物価の変動を数値で把握できる指標



CPIは食料・エネルギーなど日常生活に関わる品目を調査して算出

約600品目を対象に毎月調査

物価を構成する主な要素



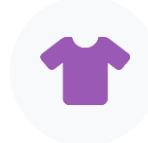
食料品



エネルギー



住居



衣料品



医療



交通

引用元:総務省統計局「消費者物価指数(CPI)」

<https://www.stat.go.jp/>

物価上昇(インフレ)の意味

1

インフレ=物価が継続して上昇する状態

一時的な値上げではなく、継続的な上昇傾向

2

給料が上がらないまま物価が上がると、生活が苦しくなる

実質的な購買力の低下を意味する

3

"同じお金で買える量が減る" → お金の価値が下がる

現金の実質的な価値が目減りする



引用元:日本銀行「インフレとは何か」

<https://www.boj.or.jp/>

金利とは？基本のしくみ



金利 = お金を借りた時に支払う利息の割合

金利が上がると…



借入の負担が増える

住宅ローンやクレジットの
返済額が増加



貯金の利息が増える

預金で得られる利息が
増加する



金利は日本銀行による金融政策で調整される

"金利が上がる"と生活に何が起きる?



負担が増える



住宅ローン変動金利が上昇

毎月の返済額が増加し、家計を圧迫



クレジットの分割手数料なども影響

分割払いやリボ払いの利息が上昇



メリットが増える



預金の利息増加

貯蓄のメリットは増える

定期預金や普通預金の金利が上昇

💡 貯蓄がある人にはプラス

金利上昇は借入がある人には負担増、貯蓄がある人にはメリット増

引用元:日本銀行「金利と経済の関係」

<https://www.boj.or.jp/>

為替(円安・円高)とは何か



為替 = 異なる通貨の交換比率

円とドルなど、異なる通貨を交換する際の比率



円安: 1ドルを買うのに"より多くの円"が必要

例: 1ドル = 110円 → 150円(円の価値が下がる)



円高: 1ドルを買うのに"少ない円"で済む

例: 1ドル = 150円 → 110円(円の価値が上がる)

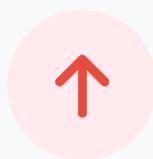


引用元:財務省「外国為替市場に関する基礎知識」

<https://www.mof.go.jp/>

円安になると起きること

- ① 円安 = 1ドルを買うのに「より多くの円」が必要な状態(例: 1ドル=110円 → 150円)



マイナス影響

輸入品の価格が上がる

食料・エネルギーなど

輸入に頼る商品の価格上昇



マイナス影響

海外旅行が高くなる

外貨に両替する際に

より多くの円が必要



プラス影響

輸出企業にはプラス

海外での売上が

円換算で増加(利益増)

引用元:財務省「円相場の変動が与える影響」

<https://www.mof.go.jp/>

円高になると起きること

1ドル = 150円 → 1ドル = 130円

円高



プラス

輸入品の価格が下がりやすい

食料品やエネルギーが割安に



プラス

海外旅行が割安になる

外貨での支払いが有利に



マイナス

輸出企業にはマイナスの影響が出る場合も

海外での競争力が低下

引用元:財務省「外国為替市場の基礎」

<https://www.mof.go.jp/>

物価・金利・為替はどう関係する?(まとめ)



引用元:日本銀行「物価と金融の関係」

<https://www.boj.or.jp/>

今日からできる"ニュース理解"の3ステップ

1



物価指数(CPI)を毎月チェック

→ 生活費がどう変化しているかを把握

(総務省統計局)

2



金利の方向性を知る

→ 日本銀行の金融政策決定会合の概要を見る

(日本銀行)

3



為替の動きを知る

→ 円安・円高の理由と影響を理解する

(財務省)



この3つを習慣にすれば、経済ニュースがもっと分かるようになります

総合免責事項（Comprehensive Disclaimer）

- i 本資料は、研修および一般的な情報提供のみを目的として作成されたものであり、特定の個人または団体に対する専門的助言（法律、税務、金融、投資、経営その他一切の専門的判断を含む）を提供するものではありません。
- ▲ 本資料に記載された内容は、作成時点において信頼できると判断した政府機関・公的機関等の情報に基づいていますが、**その正確性、完全性、適時性を保証するものではありません**。また、今後の法令改正、制度変更、経済環境の変動その他の事情により、内容が適合しない可能性があります。
- ☞ 本資料の内容に基づいて行われる一切の判断、行動、意思決定については、**利用者自身の責任において行われるもの**とし、本資料の作成者・提供者は、資料の使用または使用不能により直接的・間接的に生じた損害、結果、損失、不利益について、如何なる場合も**責任を負わないもの**とします。
- ⚠ また、本資料の内容は将来の結果を保証するものではなく、利用者が本資料をどのように利用するかに関して、当方は一切の関与・管理を行いません。利用者は、**必要に応じて専門家（弁護士、税理士、社会保険労務士、ファイナンシャルプランナー等）に相談の上、自己の判断で対応するもの**とします。
- 👉 本資料の複製、転載、引用等は自由ですが、それらの利用により発生したいかなるトラブル、紛争、法的問題についても、**当方は一切の責任を負わないもの**とします。

✓ 利用者は、本資料の利用に関し、**当方が一切の責任を負わないことに同意のうえ、本資料を利用するもの**とします。