

# 儲かる対象とタイミングを予想しなくても利益が出る投資ができる3つの方法とは！？ 【ほったらかしで3000万円貯める！ お金と投資の超入門】

## 「分散」「長期」「積み立て」でリスクを抑えましょう！

投資がまったく初めてのあなたにとって、投資はリスクが高いと感じるかもしれません。それなのに、儲かる対象とタイミングを予想していたら、リスクはよけいに高くなってしまいます。大事なのは、儲かる対象とタイミングを予想しなくてもいい投資をすること。それには三つの方法があります。

### ●「分散」すれば、どれかがマイナスでも補える

何が上がるかわからないのであれば、「全部買っておく」という手があります。全部買っておけば、そのうちどれかが上がったときにその恩恵を受けることができます。同様に、何が大きく下がるかわからないので、一つの対象に投資を絞り込むのはリスクが高くなります。投資の有名な格言に、「卵を一つのカゴに盛るな」という言葉があります。いくつもの卵を同じカゴに入れておくと、カゴを落としてしまうと卵は全部ダメになってしまいます。

しかし、いくつかのカゴに分けておけば、別のカゴにある卵は守ることができるのです。『主要4資産と分散投資した場合のリターンの推移』の図の2008年のランキングをもう一度みてください。この年は2008年に1度の金融危機といわれたリーマンショックが起こった年です。他の年では外国株がリターンのトップになっていることが多く、債券のリターンはかなり見劣りしますが、この年ばかりは日本債券がリターンのトップ。一方で、普段は稼ぎ頭である外国株は53%ものマイナスを出してしまっています。このとき、四つの資産に分散していれば、マイナスは29%でした。それでも厳しい損失ではありますが、資産が半分になってしまうよりはだいぶマシでしょう。資産が半分になってしまうのはイヤですが、平時の外国株の高いリターンをとらないのも、もったいないこと。だったら、分散して投資することで、ときどきやってくるこうした暴落相場の下げ幅を軽くするのです。

## ▶主要4資産と分散投資した場合のリターンの推移 (2005-2020年)

												単位 %					
最高リターン	第1位	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
		第1位	日本株式	外国株式	外国債券	日本債券	外国株式	日本債券	日本債券	外国株式	外国株式	外国株式	日本株式	外国株式	日本株式	日本債券	外国株式
		45	24	5	3	38	2	2	32	55	21	12	5	22	1	28	11
第2位	外国株式	外国債券	外国株式	外国債券	4資産分散	日本株式	外国債券	日本株式	日本株式	外国債券	4資産分散	日本債券	外国株式	外国債券	日本株式	日本株式	
		25	10	4	-16	13	1	0	21	54	16	2	3	19	-5	18	7
第3位	4資産分散	4資産分散	日本債券	4資産分散	日本株式	外国株式	4資産分散	外国債券	4資産分散	4資産分散	日本債券	4資産分散	4資産分散	4資産分散	4資産分散	4資産分散	
		19	9	3	-29	8	-2	-6	20	32	13	1	2	11	-7	13	7
第4位	外国債券	日本株式	4資産分散	日本株式	外国債券	4資産分散	外国株式	4資産分散	外国債券	日本株式	外国株式	日本株式	外国債券	外国株式	外国債券	外国債券	
		10	3	0	-41	7	-3	-9	19	23	10	-1	0	5	-10	5	6
最低リターン	第5位	日本債券	日本債券	日本株式	外国株式	日本債券	外国債券	日本株式	日本債券	日本債券	外国債券	外国債券	日本債券	日本株式	日本債券	日本債券	
		1	0	-11	-53	1	-13	-17	2	2	4	-5	-3	0	-16	2	-1

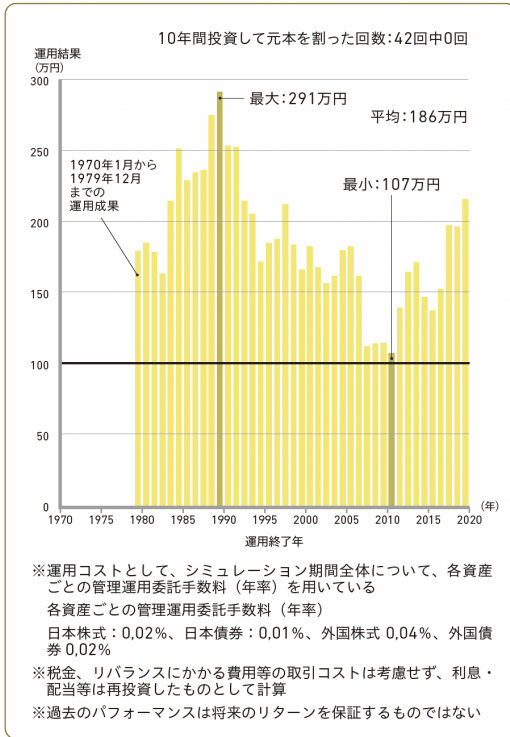
GPIFウェブサイト(https://www.gpif.go.jp/gpif/diversification1.html)をもとに作成

### ●「長期」で投資すれば、いつときの損、も補える

分散投資をすると、いちばん上昇する対象に集中投資するより利益は小さくなるものの、いちばん下落する対象に集中投資してしまった場合よ

り損失を小さくできます。それでも、1年単位で投資の成果を評価すると、2008年のリーマンショック時のように、3割近い損失を出してしまう年があります。

#### ▶ 4 資産分散投資で100万円を10年間運用した結果



では、投資の成果を評価する期間を、1年(短期)ではなく10年(長期)に延ばしてみるとどうでしょう?『4 資産分散投資で100万円を10年間運用した結果』の図は、1970年から2020年までの50年間に、100万円を国内債券、国内株、外国債券、外国株の4資産に25%ずつ投資し、10年間保有した場合の運用成果をグラフ化したものです。いちばん左端のタテ棒は1970年から1979年10年間、隣の棒は1971年から1980年まで10年間の実績と、1年ずつ投資を開始した年をずらしてすべて10年間の実績を並べています。

左右に伸びる太いヨコ線はちょうど元本にあたる100万円の水準です。棒グラフの1本1本が、それぞれの10年の投資成果を表しています。いちばんパフォーマンスがよかったのは、1980年から1989年までの10年間で、なんと100万円が291万円になっています。一方、いちばん成績が悪かったのはリーマンショックを挟んだ2002年から2011年までの10年間ですが、それでも107万円と7%増やすことができている。すべてを平均すると、186万円と86%の利益を出すことができている。

#### ●リーマンショック級の危機でもあわてない!

金融市場はよいときと悪いときを繰り返すので、1年単位で評価するとどうしても運用成果のブレが大きく、損失は避けられません。それでも、10年続ければ、100年に1度の金融危機にぶつかってしまった不運なタイミングでも、利益を出すことができている!これは驚きの結果です。過去50年間で損失を出さなかったからといって、将来も10年続ければ損失を出さずに済む保証はありません。それでも、100年に一度の金融危機の直撃を受けても10年投資すれば報われたというのは頼もしいデータです。

●「積み立て」で投資すれば、着実に資産が増えていく

投資対象を分散し、それを10年以上続ければ安定した成果が期待できるわけですが、10年以上放置できるまとまった資金はないという人も多いでしょう。そんな人には、積み立て投資という手があります。積み立て投資は、毎月決まった額を投資していく方法です。投資する金融商品と金額を決めて金融機関に申し込むと、毎月同じ日に同じ額が銀行口座から引き落とされ、投資されていきます。金額は大手ネット証券であれば100円から設定できるので、まとまった資金がなくても毎月の給与から少しずつ、投資額を増やしていくことができます。すべて自動。ストップする手続きをしない限り、ほったらかしで投資額を積み上げていくことができます。積み立て投資のメリットはそれだけではありません。リスクをより抑え、利益のチャンスを増やす積み立て投資ならではの魅力がたくさんあります。

【出典】『ほったらかしで3000万円貯める！ お金と投資の超入門』

監修：坂本綾子/ファイナンシャルプランナー（日本FP協会認定CFP®） 日本文芸社刊

監修者プロフィール

明治大学在学中より、雑誌の編集に携わり、卒業後にフリーランスの雑誌記者として独立。1988年より女性誌、マネー誌にて、お金の記事を執筆。1999年にファイナンシャルプランナー資格取得。2010年にファイナンシャルプランナー坂本綾子事務所を設立し、執筆に加えて、家計相談やセミナー講師も行なう。2012年よりフォスター・フォーラム（良質な金融商品を育てる会）の活動に参加、消費者教育を担当。近著に『年収200万円の私でも心おだやかに毎日暮らせるお金の貯め方を教えてください！』（SBクリエイティブ）、『まだ間に合う！50歳からのお金の基本』（エムディエヌコーポレーション）、『節約・貯蓄・投資の前に今さら聞けないお金の超基本』（朝日新聞出版）などがある。

書籍情報：『ほったらかしで3000万円貯める！ お金と投資の超入門』

監修：坂本綾子/ファイナンシャルプランナー（日本FP協会認定CFP®）

# ほったらかしで 3000万円貯める! お金と投資の 超入門

ファイナンシャルプランナー  
監修 坂本綾子



もうお金で困らない、お金の不安を一掃！ 知識ゼロ、貯金ゼロでもOK！ ムリなく確実に、ほったらかしでドンドン貯まる「i DeCo（イデコ）」と「つみたてNISA（ニーサ）」のしくみと始め方をトコトンやさしく解説しました。いま、話題の「i DeCo」「つみたてNISA」は積み立て投資の最強ツールです。月3万円の積み立てでも、35年後には2700万円に！（年利4%で運用）。ほったらかしで3000万円を貯めるノウハウを存分に教えます。さまざまなシミュレーションのほか、成功例や失敗例、うまくいく「i DeCo」と「つみたてNISA」の始め方、失敗しない商品の選び方、選ぶべき厳選10本など、成功するために知っておきたい知識とテクニックが満載です。キーワードは、長期、分散、積み立て投資。投資に手間や時間をかけない、あてにいかない、予想をしない、なるべく早く初めて、長く続けること。ズバリわかる！ ラクして大きく増やす、スボラさん向けの投資術です。これからお金を増やしたい人、貯めたい人、必読です。

公開日：2022.05.08



美しい時代へ — 東急グループ —

〔東関東自動車道〕酒々井ICから軽快アクセス

## 芝山ゴルフ倶楽部 視察プレーのご案内

詳細はこちら >>

全米屈指のコース設計家  
D・ミュアヘッド氏が設計

東急リゾート&ステイ

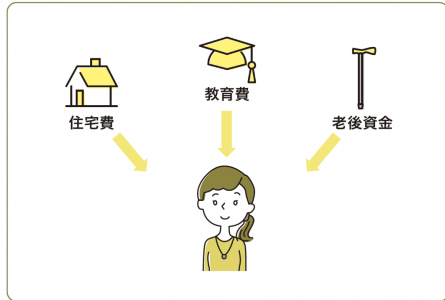
オススメ記事

100万円に5%の利息がつく場合、単利と複利で10年後資産はどのくらい差が出る！？【ほったらかしで3000万円貯める！お金と投資の超入門】



もう、親世代の稼ぎ方は通用しない！早い内からムリなく投資を始めておくべき理由とは！？【ほったらかしで3000万円貯める！お金と投資の超入門】

▶あなたにもやってくる!? 三大出費



住宅費/教育費/老後資金の三大出費を乗り切る為にやるべき投資とは！？【ほったらかしで3000万円貯める！お金と投資の超入門】