



新聞や雑誌、インターネットの記事で紹介されることも多いため、S&P500指数のインデックスファンドなどを通じて、海外株式を保有している方は多いのではないのでしょうか？

その一方で、最近では、日本の経済・企業の変化を評価する形での日本株式の上昇を受けて、改めて日本株式に関心を持つ方も増えています。

そこで今回は、「海外株式だけでなく、日本株式も保有した方がいいの？」という方のために、**株式における分散投資の意義**についてご紹介したいと思います。

「株式」という一つの資産内で、複数の投資信託を保有するべきかは、意外と悩ましい問題ですよ。

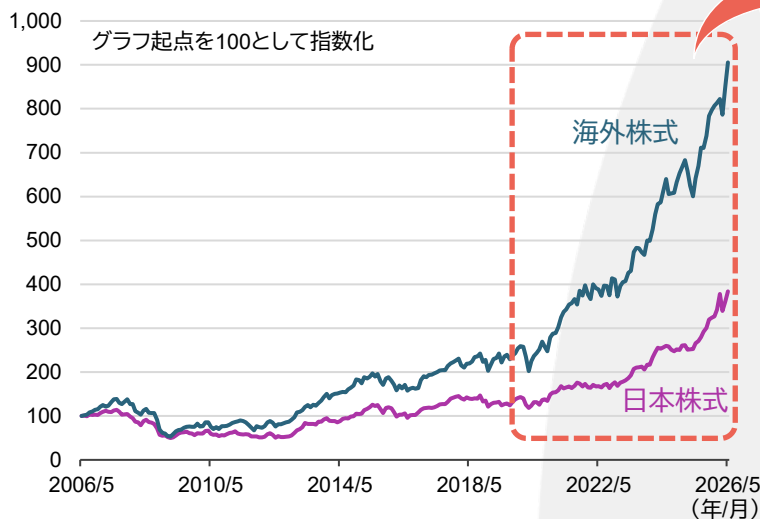


## 海外株式に劣後していた日本株式が台頭

日本は、「失われた30年」とも呼ばれる経済停滞を経験してきました。その影響もあり、経済成長を背景に上昇を続けてきた海外株式に対して、日本株式は長らく出遅れてきました。しかし近年、デフレからインフレへの転換が進むとともに、企業が資本効率や株主価値を意識した経営に動き始めたことで、日本株式は海外株式と比べても遜色のないパフォーマンスを示すようになっていきます。

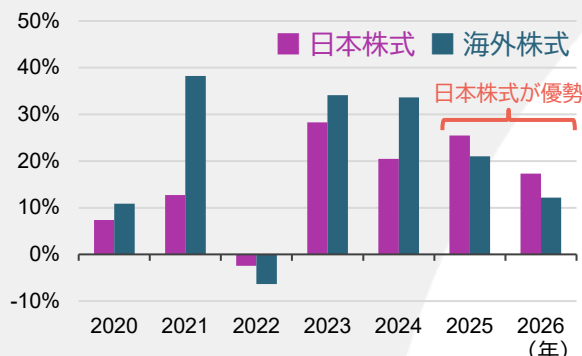
過去20年間の日本株式と海外株式の推移

(2006年5月末～2026年5月末、円ベース)



2020年以降の日本株式と海外株式の騰落率

(2020年～2026年(2026年は5月末まで)、円ベース)



●日本株式: TOPIX(配当込み) ●海外株式: MSCI KOKUSAI インデックス(配当込み、米ドルベース)をアモーヴァ・アセットマネジメントが円換算 ※上記は過去のものであり、将来の運用成果等を約束するものではありません。信頼できると判断した情報をもとにアモーヴァ・アセットマネジメントが作成

2025年9月1日付で、日興アセットマネジメント株式会社から社名変更しました。

当資料は、アモーヴァ・アセットマネジメントが情報提供を目的として作成したものであり、特定ファンドの勧誘資料ではありません。また、弊社ファンドの運用に何等影響を与えるものではありません。なお、掲載されている見解および図表等は当資料作成時点のものであり、将来の市場環境の変動等を保証するものではありません。投資信託は、値動きのある資産(外貨建資産には為替変動リスクもあります。)を投資対象としているため、基準価額は変動します。したがって、元金を割り込むことがあります。投資信託の申込み・保有・換金時には、費用をご負担いただく場合があります。詳しくは、投資信託説明書(交付目論見書)をご覧ください。

## 日本か海外か、決める前に押さえておくべきこと

「今なら、勢いのある日本株式だけでもいいんじゃない？」と思う方もいそうですが、「どちらか一方だけ」という選択には注意が必要です。なぜなら、同じ株式ということで共通点もありますが、日本株式と海外株式には様々な違いもあるからです。

最終的には、自身の見立てに従って選んでいくことにはなりますが、過去の経験から学べる以下のポイントは、投資先を考える際に押さえておいていただきたいと思います。

「何かが勝ち続ける」という保証はない

1980年代は  
日本株式が強かった

2000年代前半は  
米国株式も不調だった

「集中投資」は  
ブレが大きくなる

その国・地域固有の  
景気・政策の影響を  
まともに受けやすい

特定業種への依存度が  
大きくなりやすい

「為替変動リスク」は  
侮れない

円高・円安の予想は  
プロでも難しい

円高が海外株高を  
相殺する場合がある  
(その逆もある)

※上記は過去の例および一般論を示したものであり、将来の実現を保証するものではありません。

## みんな、海外株式にしか投資をしていない？

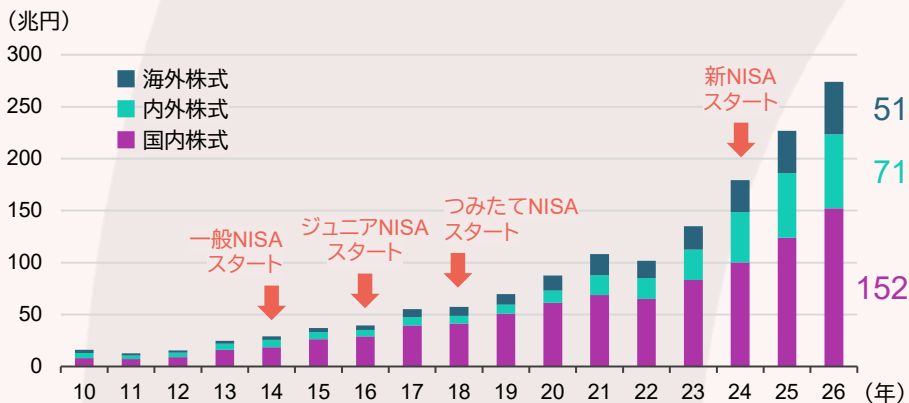
長期的なパフォーマンスが良かったことや、日本の少子高齢化・人口減少といった構造的な課題を背景に、「海外株式だけで十分」と考える方は少なくありません。実際、海外株式を主要投資対象とする投資信託には、継続した資金流入があり、存在感を高めています。

ただ、日本株式に関心を持つ人も依然として健在であり、特に2026年3月には過去最高となる3.6兆円の資金流入(純設定額は1.9兆円)がありました。

### 株式を主要投資対象とする 投資信託の推移

(2010年～2026年(2026年は5月末))

●公募株式投信における国内株式・海外株式・内外株式の純資産総額  
※右記は過去のものであり、将来の運用成果等を約束するものではありません。  
一般社団法人資産運用業協会のデータをもとにアモーヴァ・アセットマネジメントが作成



2025年9月1日付で、日興アセットマネジメント株式会社から社名変更しました。

アモーヴァ・アセットマネジメント株式会社

当資料は、アモーヴァ・アセットマネジメントが情報提供を目的として作成したものであり、特定ファンドの勧誘資料ではありません。また、弊社ファンドの運用に何等影響を与えるものではありません。なお、掲載されている見解および図表等は当資料作成時点のものであり、将来の市場環境の変動等を保証するものではありません。投資信託は、値動きのある資産(外貨建資産には為替変動リスクもあります。)を投資対象としているため、基準価額は変動します。したがって、元金を割り込むことがあります。投資信託の申込み・保有・換金時には、費用をご負担いただく場合があります。詳しくは、投資信託説明書(交付目論見書)をご覧ください。

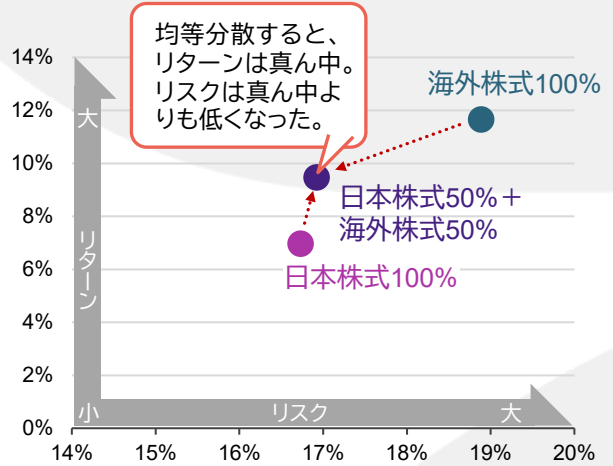
## 国・地域分散は有効なアプローチ

明確なビジョンがあり、強い確信を持てるなら、一方に集中して投資するという選択も考えられます。しかし、将来の見通しにそこまでの確信が持てないなら、前ページで示したポイントも踏まえて、日本株式と海外株式の両方を保有する「分散投資」も選択肢の一つです。

分散投資というと、株式と債券のような異なる資産の組み合わせをイメージする方が多いと思いますが、異なる国・地域に分散するのも有効なアプローチと言えます。

### 日本株式と海外株式のリターン・リスク

(2006年5月末～2026年5月末、円ベース)



●日本株式: TOPIX(配当込み) ●海外株式: MSCI KOKUSAIインデックス(配当込み、米ドルベース)をアモーヴァ・アセットマネジメントが円換算 ●日本株式50% + 海外株式50%: 日本株式と海外株式に50:50の割合で均等配分し、月次リバランス ※リターンは累積リターンを年率換算、リスクは月次リターンの標準偏差を年率換算※上記は過去のものであり、将来の運用成果等を約束するものではありません。

信頼できると判断した情報をもとにアモーヴァ・アセットマネジメントが作成

## 分散投資で実現する“継続できる状態づくり”

分散投資の目的が、「大負けのリスクを減らすこと」であって、「最大のリターンを狙うことではない」点は知っておきましょう。一括りに株式と言っても、すべての国・地域で全く同じ方向・同じ値幅で動くわけではありません。大切なのは、どのような局面でも投資を継続できる状態を保つこと。長期的なリターンを獲得するためにも、今持っている資産に別の国・地域をプラスすることを考えてみてください。

### 日本株式の推移

(1979年12月末～2026年5月末)



### 米国株式の推移

(1979年12月末～2026年5月末)



### 新興国株式の推移

(1987年12月末～2026年5月末)



●日本株式: TOPIX ●米国株式: S&P500指数(米ドルベース) ●新興国株式: MSCIエマージング・マーケット・インデックス(米ドルベース) ※新興国株式はデータ取得の都合上、1987年12月末以降のデータを表示。※上記は過去のものであり、将来の運用成果等を約束するものではありません。信頼できると判断した情報をもとにアモーヴァ・アセットマネジメントが作成

### 関連テーマも「こよみ」でチェック！

コールセンターにお寄せいただく素朴な疑問に回答する、小さな読み物「こよみ」では、様々な話題を取り上げています。バックナンバーの中には、今回取り上げた内容に関連するものもあるので、ぜひチェックしてみてください。

▼「こよみ」HP



<https://www.amova-am.com/guide/koyomi>



Vol.207

### 高く売って、安くなった時に買い戻す？ 大切なのはマーケットに居続けること



株式市場が大きく変動する局面で増える、売買のタイミングに関するご相談。特に下落時には手放したくなる衝動にかられがちですが、そうした中でも「マーケットに居続けること」がなぜ大切なのかをお伝えしています。

[https://www.amova-am.com/files/guide/koyomi/pdf/koyomi\\_vol-207.pdf](https://www.amova-am.com/files/guide/koyomi/pdf/koyomi_vol-207.pdf)

Vol.206

### 不安な時代こそ「世界を持つ」 — 全世界株式という選択



地政学的リスクの浮上などで不安な時代だからこそ、資産運用を止めるのではなく、継続する姿勢が重要。「長期的に世界経済の成長を取り込む」という観点から、全世界株式の特徴と向き合い方を整理しています。

[https://www.amova-am.com/files/guide/koyomi/pdf/koyomi\\_vol-206.pdf](https://www.amova-am.com/files/guide/koyomi/pdf/koyomi_vol-206.pdf)



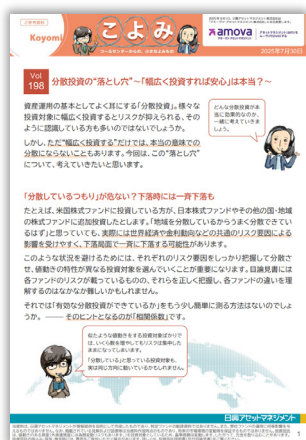
Vol.198

### 分散投資の“落とし穴” ～「幅広く投資すれば安心」は本当？～



分散投資はリスクを抑えるために押さえておきたいテクニックです。ただやみくもにいろいろ買えばいい訳ではないという、分散の“落とし穴”についてお伝えしています。

[https://www.amova-am.com/files/guide/koyomi/pdf/koyomi\\_vol-198.pdf](https://www.amova-am.com/files/guide/koyomi/pdf/koyomi_vol-198.pdf)



コールセンター  
0120-25-1404  
営業時間 平日 9:00-17:00



2025年9月1日付で、日興アセットマネジメント株式会社から社名変更しました。

アモーヴァ・アセットマネジメント株式会社

当資料は、アモーヴァ・アセットマネジメントが情報提供を目的として作成したものであり、特定ファンドの勧誘資料ではありません。また、弊社ファンドの運用に何等影響を与えるものではありません。なお、掲載されている見解および図表等は当資料作成時点のものであり、将来の市場環境の変動等を保証するものではありません。投資信託は、値動きのある資産(外貨建資産)には為替変動リスクもあります。を投資対象としているため、基準価額は変動します。したがって、元金を割り込むことがあります。投資信託の申込み・保有・換金時には、費用をご負担いただく場合があります。詳しくは、投資信託説明書(交付目録見書)をご覧ください。