



投資信託を検討していると、「毎月分配型」「高分配型」のものを目にするかもしれません。実際に、「分配金が多い投資信託の方がいい投資信託に思える」「定期的にお金を受け取れるのが良い」と感じる方も少なくありません。

一方で、「そもそも分配金が多い方がいいの？」と疑問を持つ方もいるのではないのでしょうか。

そこで今回は、**投資信託の分配金について考える際に押さえておきたいポイント**をご紹介します。

分配金の金額も
投資信託を選ぶ際の
重要なポイントですね。



そもそも分配金とは？——分配金は“利益”とは限らない

分配金に対して「お小遣い」や「利息」のようなイメージを持つ方も少なくありません。しかし、分配金は必ずしも「利益」から支払われるとは限りませんし、分配金が支払われると、その分だけ基準価額は下がります。つまり、資産の一部を現金で受け取っているという側面もある点には注意が必要です。

運用が好調で利益が出ている場合は、その利益の一部として分配金が支払われます。一方で、市場環境が悪かったことなどから利益が出ていない場合の分配金は、元本を取り崩して受け取っているだけの可能性があります。分配金の金額が多いからといって、必ずしも運用成績が良いとは限りません。大切なのは、「いくら分配金を受け取ったか」だけではなく、資産全体が増えているかどうかです。

分配金のイメージ

運用益から分配金が支払われるケース

投資信託の資産額 100万円

運用益
+10万円



分配金
3万円支払い

投資信託の資産額 107万円

運用で得られた利益の一部を分配

元本から分配金が支払われるケース

投資信託の資産額 100万円

運用損失
▲5万円



分配金
3万円支払い

投資信託の資産額 92万円

元本を取り崩して分配する

分配金は“もらえるお金”ですが、“運用で増えたお金”とは限りません。分配金と資産の増減を、セットで確認する習慣を身につけましょう。



上記は例示です。

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。

アモーヴァ・アセットマネジメント株式会社

分配金が出る投資信託と分配金を抑えた投資信託、あなたに合うのはどっち？

それでは分配金についてどう考えていけばいいのでしょうか。結論としては、「多い方が良い」「少ない方が良い」と一概に言うことはできません。まず考えたいのは、自分が投資に何を求めているかを理解することです。

例えば、定期的な収入のように受け取りたい方にとっては、分配金を出す投資信託が役立つ場合があります。一方で、将来に向けて資産を育てたい方にとっては、分配金を抑えた投資信託や、利益を受け取らず再投資することが選択肢になるでしょう。

投資信託を選ぶ際は、「分配金の多さ」だけではなく、「自分の目的に合っているか」という視点を忘れないようにしましょう。

分配金が出る投資信託が向いている人

- ✓ 定期的な収入を受け取りたい
- ✓ 年金以外の収入源を持ちたい
- ✓ 運用しながら資金を活用したい
- ✓ 資産取り崩しの手間を省きたい



定期的にお金を受け取りたい方に向いていますね。

分配金を抑えた投資信託が向いている人

- ✓ 将来の資産形成を重視
- ✓ まだ資金を取り崩す予定がない
- ✓ 長期で資産を増やしたい



じっくり資産成長を目指したい方に向いていますね。

上記は例示です。

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。

アモーヴァ・アセットマネジメント株式会社

他にも知っておきたい分配金に関するアレコレ

① 分配金にも税金がかかる

運用で得られた利益の一部として支払われる分配金には税金がかかります。また、分配金再投資コースを選んでいても、税引後の分配金が再投資されるため、税金はかかっています。一方で、NISA(少額投資非課税制度)口座で保有している場合は分配金も非課税です。分配金を活用したい方にとっても、NISAは有力な選択肢といえるでしょう。

② 分配金を受け取らない方が長期では有利となる可能性

分配金を受け取ると、その分だけ投資信託の資産は減少します。受け取ったお金を使うことができる一方で、運用される資産は少なくなるため、その後の分配金を含めたトータルの運用成果にも影響することがあります。一方、分配金を抑えた投資信託や分配金再投資コースを選択すると、運用資産を取り崩すことなく、(良い時も悪い時も)常に市場に居続けることとなります。長期で右肩上がりであるならば、分配金を受け取って使わずにいることと比べて、最終的な利益が大きくなることが期待されます。

③ 分配金を日々の楽しみとして活用する考え方も

分配金の活用方法は人それぞれです。毎月の生活費の一部として活用する方もいれば、旅行や趣味の費用として活用する方もいます。また、年1回などまとまった分配金の受け取りを楽しみにしている方もいます。資産形成だけでなく、運用を続ける楽しみや安心感につながることも、分配金の魅力の一つです。

分配金には魅力がありますが、その水準で投資信託の良し悪しは判断できません。大切なのは、「定期的な収入を得たいのか」「将来に向けて資産を育てたいのか」を明確にすることです。投資信託を選ぶ際は、単純な分配金の金額だけでなく、ご自身の目的との整合性を意識してみることが大切です。

