

## 05

# 投資の鉄則は「ルールが崩れたら売る」

## 「損切りしない理由」を探してはいけない

ルールを徹底するために最初に考えるべきポイントは「例外を認めない」という点です。たとえば、「ダウ理論(48ページ参照)を使ってトレンド方向に買っていく」というルールを設定した場合、その条件が崩れたら必ず損切りする必要があります。

これはどのような方法でも同じで、損切りの条件を満たしたら、即実行することが鉄則です。なぜ、このような考え方をするのかというと、最初に決めた損切りの条件を満たしている状況でも、「ダウ理論は崩れているけど、時間軸を変えれば上昇トレンドに変わるかもしれないし、業績もそこまで悪くない」というように、**損切りできない人は共通して「損切りしない理由」を探すからです。**

要は、**それまでまったく意識してこなかった根拠をこじつけて、損切りしなくてもよいと自分を誤魔化すのです。**

これも意思が弱い・強い問題ではなく、人間の「本能」からくるものなので、あらかじめ「そういうもの」だと理解して、ルールに沿うというしくみで欲望をコントロールするのが正解です。だからこそ、「ルールが崩れたら売る」を徹底すると最初に決めておきましょう。

## 損切りを行ううえでのNG行為

人間の「本能」によって、株価の上昇を期待してしまう。

### 業績を根拠に株を買った場合

業績が25%アップするという予想をもとに株を買う

不景気の影響を受け業績が低迷

○  
このまま業績低迷が続く場合、買った根拠が崩れたので迷わずに損切りを行う

×  
「長期的には業績が戻る可能性があるはず」と理由をこじつけて保有する

### 株価チャートを根拠に株を買った場合

株価チャートの買いサイン、売りサインに沿って取引をする

想定外の急な下降トレンドに入った

○  
下降トレンドは以降も継続しやすいと判断し、すぐに損切りを行う

×  
「急に株価が上昇することもあるはず」と理由をこじつけて保有する

**損切りしない理由を探す行為はNG**  
→ 損切りのルールに則ることができなくなるため

## 08

# 損切りのしかたは自由 自分でルールを決める

## 一番行いやすい方法を選ぶ

「ルールに反したら損切り」「逆指値注文を出す」、こうした基本を踏まえたうえで、損切りポイントの設定方法を解説していきます。損切りポイントを決める際の手法は、「テクニカル指標（3章参照）」「利益や損失の割合（4章参照）」など、いくつかあります。

たとえば、移動平均線を使って買いのタイミングを決めるケースを考えてみましょう。移動平均線は、おおまかな株価の動きを分析できるテクニカル指標の1つです。「価格が移動平均線を上抜けたら買い」というルールを設けた場合、損切りの基準は買いポイントの反対、つまり「価格が移動平均線を下抜けたら売り」となります。

**テクニカル（株価チャート）を使った設定方法は、視覚的に理解しやすく、初心者でもわかりやすいです。**最初はこの方法から始めてみて、取引の回数を重ねてきたら、利益や損失の割合を基準にしてみるなど、それぞれの投資スタイルやスキルにあった方法を選ぶとよいでしょう。

**どの手法から始めるべきかわからない人は、順張りを基準に損切りの設定を考えてみるのがお勧めです。**順張りは上昇トレンドに沿って買っていき手法ですが、トレンドが崩れたら損切りと判断できるので、心理的にも納得がしやすいです。

## 行いやすい手法で損切りする



まだ慣れてないから  
株価チャートで  
判断しよう

### 株価チャート

ローソク足や移動平均線を読み解き、トレンドを把握する方法。初心者でもわかりやすい。こうした方法は**テクニカル分析**とも呼ばれる。

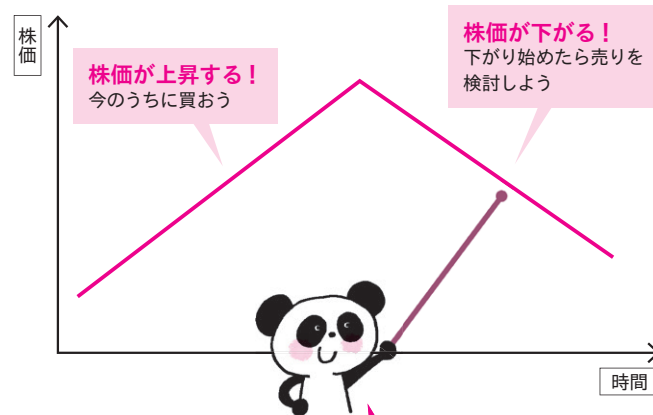


どれだけの利益と  
損失が出るのかを  
考慮したい

### 利益・損失の割合

利益確定と損切りのバランスを比率で表す方法。「利益を大きく、損失を小さく」することを意識できる。**リスクリワード比率**と呼ばれる。

## 初心者のお勧めは順張り



順張りはトレンドに沿って  
売買すると利益を得られます

## 09

# 「買い」の理由① 株価トレンドが上昇基調

## トレンドはしばらく同じ方向に動く特性がある

順張りを含めて、買いの根拠として使える理由を紹介しておきます。1つめは「銘柄の株価トレンドが上昇基調であること」です。

株価の動きは、大きく「トレンド」と「レンジ」の2つに分けて考えることができます。トレンドは上方向、もしくは下方向のどちらかに株価の動きが傾いている状態のことで、反対にレンジは上方向、下方向どちらにも動きがない状態のことです。

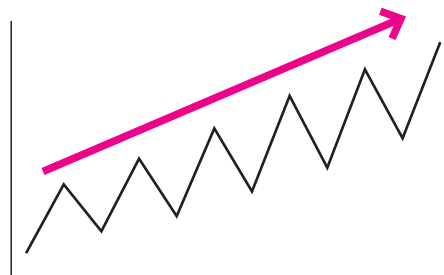
トレンドは、一度発生すると終わりを迎えるまでしばらく同じ方向に動き続けるという特性があります。そのため、**上方向にトレンドが出ている銘柄を買うとトレンドが継続する限りは利益を狙うことができます**といえます。この方法が、28ページでも解説した順張りです。

トレンドに沿って買う場合、一見すると「高過ぎて買えない」と戸惑うかもしれませんが、ある程度株価が高くても、トレンドが継続すればさらに高値を更新していくので、一時的な含み損で済むことが多いのもメリットです。

また、38ページで解説する移動平均線などのツールを使うとトレンドの終盤を見極めやすくなるので、損切りの基準が設定しやすいのも特長です。

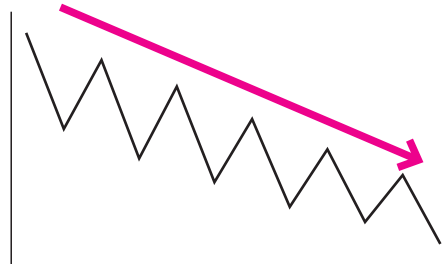
## 相場の3パターン

### 上昇トレンド



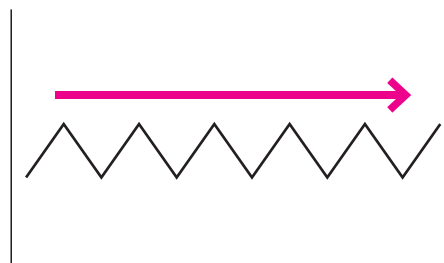
上方向に株価の動きが傾いている、右肩上がりのチャート。基本的に**買いが多く行われている状況**。

### 下降トレンド



上昇トレンドとは反対に、下方向に株価の動きが傾いている右肩下がりのチャート。買いよりも**売りのほうが多い**。

### レンジ相場



ボックストレンドともいう。上方向、下方向、どちらにも動きがない横ばいのチャート。**株価がもみ合っている状況**。

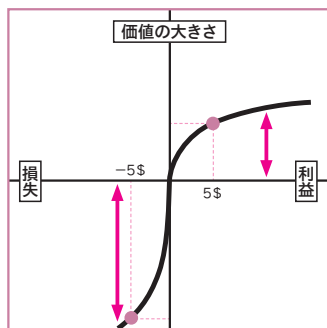
# 利益よりも損失を重視する 損失回避性向

「損切りが必要なのはわかっているけど、できない」。こうした人間の非論理的な行動を研究するのが「行動経済学」という学問分野です。ノーベル経済学賞を受賞したダニエル・カーネマン氏は、利益よりも損失に対して、より価値を見出す「損失回避性向」という心理状態について説明しています。

下図の横軸は「利益と損失」、縦軸は「利益や損失に対して感じる価値」を表しています。左右で曲線の傾きが異なり、5ドルの利益が出た際の喜びよりも、5ドルの損失が出たときの悲しみのほうが2倍近く大きいことがわかります。

金額は同じ5ドルですが、人は利益を出すことよりも損失を出すことのほうがより「嫌だ」と感じてしまう傾向があるのです。この現象は、損切りできない心理にも大きく影響しています。

## 「損失回避」で利益より損失を重視してしまう



金額は同じでも……



利益よりも損失を  
大きく感じる  
＝損切りを  
実行できない

**損失回避心理**

## 12

# チャートパターンで損切り⑧

## 急騰からの急落

### 一気に上がった株価は一気に下がる

もう1つの「すぐに逃げるべきチャートパターン」は、「急騰からの急落」です。株価の上がり方にはいろいろと種類があります。たとえば、ダウ理論のトレンド継続のように、安値を切り上げつつ、徐々に高値を更新していき上がり方であれば、長期的な視点で上昇トレンドになるケースが多いです。

一方、突発的なニュースなどによって大きく注目が集まった場合、1日あたりの値動きが大きくなり、チャート上では大きな陽線（白色のローソク足）となって急騰します。このとき、買いエントリーを出したほとんどの投資家は短期的な利益を狙っており、利益確定の動きが早いです。そのため、株価の急騰後、とくに長い上ヒゲを伴ったピンバーが出ると、続くローソク足で短期的な急落につながりやすくなります。ピンバーとは、「胴が短く、上下どちらかのヒゲが長いローソク足」です（右ページのワンポイント参照）。

長期投資の場合、こうした急騰・急落は気にせずに保有を続けるのが基本です。ただし、一度短期的に急騰・急落した銘柄は、そこから再度上昇トレンドに移行するまでに時間がかかることが多いため、上ヒゲの長いピンバーが出た場合は一度利益確定をしておくのがお勧めです。

### 上ヒゲのピンバーは急落のサイン

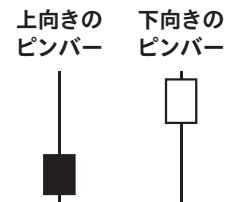
〈BASE(4477) 日足 2020年11月～2021年1月〉



### ワンポイント 多くの投資家が意識するピンバー

ピンバーの特徴は、胴体が短いこと、上下どちらかのヒゲが長いことです。とくに、長いヒゲがローソク足の2/3以上あるものがピンバーだとされています。

下ヒゲの長いものは「下向きのピンバー」と呼ばれ、価格が上昇するサインとされています。反対に、上ヒゲの長いものは「上向きのピンバー」と呼ばれ、急落のサインとして知られています。



## 章末練習問題①

### 2章

株価の動きを予測して損切りポイントを定める

「ダウ理論を使った損切りポイントの設定」を、実際のチャートを例に問題形式でおさらいしましょう。

下図を見てください。このチャート上の右端の時点で株を買う場合、ダウ理論のトレンド継続、転換の考え方を踏まえると、どこに損切りポイントを置けばよいでしょうか？

**最初に考えるべきは、チャートの前半にある下降トレンドに、右端のローソク足が含まれるかどうか？ という点です。**下降トレンドに含まれない場合は、どこでトレンドが転換したのかを、安値と高値に線を引いて確認しましょう。

〈ワークマン(7564) 日足 2020年2月~5月〉



ヒント

- 下降トレンドは継続しているのかを確認する
- 損切りポイント=現在のトレンドの底

解答は次ページ▶

## ✎章末練習問題③

54～69ページで解説した「チャートパターンで損切り」について、復習も兼ねて練習問題を解いてみましょう。

下図を見てください。**このチャート内では、買いでエントリーできるチャートパターンが発生しています**。本章で解説したうちのどのチャートパターンかを判断したうえで、買いエントリーのポイントと、損切りポイントをそれぞれ設定してください。ここで発生しているチャートパターンは実践でもよく使われます。

## 2章

株価の動きを予測して損切りポイントを決める

〈MONOTARO(3064) 日足 2019年12月～2020年5月〉



ヒント

- 2回目の安値到下ヒゲ+陽線の反発がある
- 軽い反落を経て高値を付けている

解答は次ページ▶

## 初心者が使うべきは移動平均線

このように、テクニカル指標はさまざまな種類があり、どれを使うか迷ってしまいます。しかし、初めはもっとも扱いやすい「移動平均線（84ページ参照）」を使えるようになりましょう。**移動平均線はトレンド系の代表的なテクニカル指標であり、チャート上に表示することで、トレンドを視覚的に理解しやすくなります。**

再三ですが、損切りを行うためにはまず「買う理由」が必要です。トレンドに沿った順張りの場合、**トレンドが発生（もしくは継続）したら買い、トレンドが崩れたら利確・損切りを行います。**前述したダウ理論では、こうしたトレンドの有無をローソク足の組み合わせだけで確認しましたが、ここに移動平均線を加えることで、精度を上げることができるのです。

具体例を見てみましょう。右図はBASE（4477）の2020年以降の日足チャートに、25日単純移動平均線を表示させたものです。まずローソク足の動きを見ると、2020年4月以降一貫して強い上昇トレンドが続き、10月に1万7000円台の高値が付いたあと、トレンドが転換し、一気に1万円台まで下がっています。

ここで移動平均線に注目すると、4月に株価が移動平均線を上抜けてから上昇トレンドが発生し、10月に移動平均線を下抜けたことで上昇トレンドが終了しています。

つまり、この銘柄に対して「**移動平均線を上抜けたら買い、下抜けたら利確・損切り**」というルールでエントリーした場合、上昇トレンドの始まりから終わりまで、きれいに乗ることができるのです。

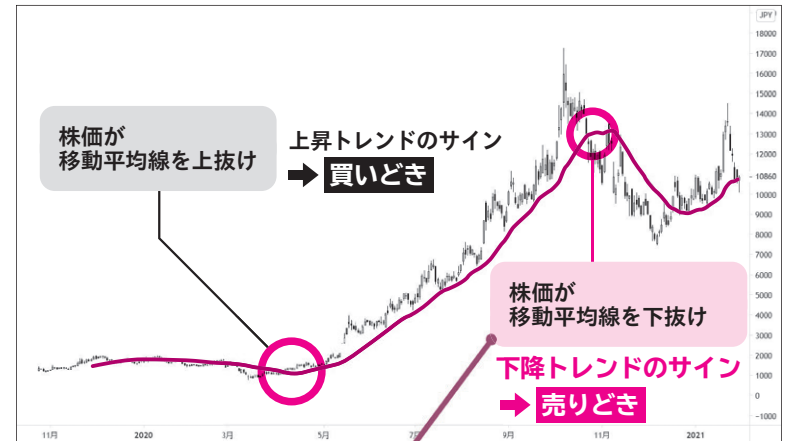
## 移動平均線によるトレンド予想

移動平均線は初心者が使いやすいテクニカル指標。  
移動平均線に沿って利確・損切りポイントを置くと……



**トレンドにうまく乗ることができる**

〈BASE(4477) 日足 2020年11月～2021年2月〉



**株価が移動平均線を下抜けたら売りましょう**



# 安定した状況を壊したくない 現状維持バイアス

損失回避と似た心理作用として、現状に固執してしまう「現状維持バイアス」というものがあります。たとえ将来的に利益につながるようなことでも、未知のものを受け入れることを「安定した現状を壊す損失」として認識し、抵抗感を抱いてしまうのです。

一度でも塩漬け株を作ってしまった人ならわかると思いますが、おおむね下記のような行動パターンなのではないでしょうか。

含み損が発生する→どうすればよいかわからなくなる→損切りしたあとに上がるかもしれないと予想し、保持すればそのうち含み損もなくなるだろうと考える→塩漬けになる。

これぞまさに現状維持バイアスが働いていて、未知のものである損切りへの心理的な抵抗が働き、含み損を抱えている現状に固執した結果、塩漬けになってしまうのです。

## 「現状維持バイアス」は塩漬けの原因になる

含み損が発生してしまいました！ どうしよう……



損切りを実行して、  
現状を変えよう

現状を変えたくない。  
損切りせずに  
保有しよう

**現状維持バイアス**

## 章末練習問題①

本章で解説してきた、移動平均線を使った売買のポイントについて、実践問題を解きながら振り返ってみましょう。

下図を見てください。これは、スノーピーク(7816)の日足チャートに25日移動平均線を表示したものです。

一連の上昇トレンドの中で、「移動平均線の上抜けで買い、下抜けで売り」とルールを決めて売買を行った場合、**損切りになったエントリーが2回、利益確定になったエントリーが2回発生します。**この計4回のエントリーを探してみましょう。

### 3章

相場の動きを読んで損切りするテクニカル指標

〈スノーピーク(7816) 日足 2020年2月~12月〉



ヒント

- 下抜けで売り(=決済)を行う
- チャート右端に2カ所ポイントがある

解答は次ページ▶