

CONTENTS

はじめに _____ 3

第1章

為替って何ですか? _____ 11

01 為替って円とドルの交換のこと? _____ 12
為替は、現金を持ち運ぶことなくお金をやりとりすることです。

02 通貨の価値は何を基準にするの? _____ 16
基軸通貨のドルが事実上の基準です。

03 円高と円安はどちらがいいの? _____ 20
海外旅行に行く日本人であれば円高が、
海外からの旅行者は円安がお得になります。

04 どんな通貨が取引されているの? _____ 24
外国為替市場では、多くのメジャー通貨・マイナー通貨が取引されています。

05 為替レートはどうやって決まるの? _____ 28
需要と供給によって決まります。

06 円・ドル以外のレートは
どうやって決まるの? _____ 32
ドルの為替相場をもとにして計算されます。

07 為替レートが変わらない国もあるの? _____ 36
為替レートを固定している国もあります。日本も昔は固定レートでした。

08 為替で得をするしくみ・損をするしくみは? _____ 40
買った値段より高く売れば利益がでます。

Column1

この50年でドル円レートはどのように動いた? _____ 44

第2章

外国為替市場のしくみを知ろう! _____ 45

09 外国為替市場ってどこにあるの? _____ 46
実態はなく、その時刻に取引の中心となっている国や都市の名前がつけられています。

10 外国為替はいつ取引されている? _____ 50
外国為替取引は世界中で24時間行われています。

11 誰が外国為替市場で取引をしているの? _____ 54
取引の中心は銀行を中心とした金融機関です。
機関投資家・個人投資家・中央銀行なども参加しています。

12 海外に行った際の現地両替に
レートが2つある理由とは? _____ 58
海外旅行で両替するときの為替レートには買いと売りの2種類があります。

CONTENTS

13 機関投資家っていったい誰ですか? _____ 62

保険会社・年金基金・ヘッジファンドなど
豊富な資金を運用している大口の投資家です。

14 国や日本銀行も円やドルを売買するの? _____ 66

通貨価値や為替相場を安定させるために、
国や日本銀行も為替取引を行います。

15 先物取引って何ですか? _____ 70

先に予約して、一定期間後に決済する取引です。

16 オプション取引って何ですか? _____ 74

買う権利と売る権利を売買する取引方法です。

17 スワップ取引って何ですか? _____ 78

等価値の金融商品や通貨を交換する取引方法です。

Column2

デノミは経済の混乱を引き起こす? _____ 78

第3章

主な通貨の特徴を知ろう! _____ 83

18 主要通貨・新興国通貨の値動きの特徴は? _____ 84

近年は主要通貨は値動きが小さく、新興国通貨は値動きが大きい傾向です。

19 米ドルがやっぱり世界の中心? _____ 88

アメリカドルは世界の基準通貨で、その値動きは世界に影響を与えます。

20 日本円は世界一安全な通貨? _____ 92

日本円は取引高世界第3位で、有事の際に買われる傾向があります。

21 ヨーロッパではユーロが主役? _____ 96

ユーロは第2の基軸通貨と呼ばれ、世界19カ国で利用されています。

22 英ポンドはかつて基軸通貨だった? _____ 100

英ポンドはかつての基準通貨であり、今も主要通貨の1つです。

23 カナダドルは原油価格に左右される? _____ 104

カナダドルは資源国通貨の1つで、原油価格に左右されます。
また、アメリカドルとも連動します。

24 オセアニア通貨は連動する? _____ 108

オーストラリアドルとニュージーランドドルは連動します。
中国との経済的な結びつきも強いです。

25 そのほかの通貨には何があるの? _____ 112

南アフリカランドや中国人民元、
スイスフランなども個人投資家に人気の通貨です。

Column3

プラザ合意って何? _____ 116

CONTENTS

第4章

為替を使った金融商品には 何がある? _____ 117

- 26** 為替にはどんな金融商品があるの? _____ 118
外貨預金やFX、外貨建ての債券や保険、外貨建て投資信託などがあります。
- 27** 外国為替取引はどんなリスクがあるの? _____ 122
為替変動リスクと流動性リスク、カントリーリスクが主なリスクです。
- 28** 外貨預金のメリット・デメリットは? _____ 126
金利が高いというメリットの反面、為替差損が生じるリスクがあります。
- 29** FXってどんな取引ですか? _____ 130
異なる通貨を売買して利益を出す外国為替取引の1つです。
- 30** FXはどうやって利益を出すの? _____ 134
為替差益やスワップポイントによって利益を出します。
- 31** FXは少額で大きく儲けられる? _____ 138
「レバレッジ」をかけることで、手持ち資金よりも多額の外貨を売買できます。
- 32** FXで損をするとどうなるの? _____ 142
証拠金が減ります。
足りなくなると追加で請求されたり、強制的にロスカットされたりします。
- 33** 円キャリートレードって何? _____ 146
日本円の長期間の低金利を利用して、金利差で利益を出す取引方法です。

- 34** そのほかの外貨建て商品の特徴とはじめかたは? _____ 150
投資信託やMMF、債券、保険の特徴やはじめかたを説明します。

- 35** 為替投資のリスクを減らすには? _____ 154
リスクを考慮して投資先を選ぶことと、分散投資が大切です。

Column4

為替取引で気をつけたい税金申告 _____ 158

第5章

為替が動く理由には何がある? _____ 159

- 36** ファンダメンタルズって何? _____ 160
国の経済状態を示す、さまざまな指標のことです。
- 37** 金融政策と為替の関係って? _____ 164
政策金利が上がると通貨の価値が上がります。
名目金利よりも実質金利が重要です。
- 38** 中央銀行が市場に介入するのはどんなとき? _____ 168
為替レートの安定などを目的に、外国為替市場で売買を行うことがあります。

CONTENTS

- 39 金利が上がると円高になる？** _____ 172
一般的には、金利が上がると通貨の価値も上がるため円高になると考えられます。
ただし円は低金利ですが、必ず円安はなる訳ではありません。
- 40 景気がよくなると通貨は上がる？** _____ 176
景気のよい国の通貨は買われやすいため、上昇しやすい傾向があります。
- 41 ビッグマック指数で何が見える？** _____ 180
同じ商品の値段を基準にして2国間の通貨を比較する指数です。
- 42 資源国通貨って何？** _____ 184
資源国通貨とは鉄や金、石油などの資源が産出される国の通貨です。
- 43 経済成長とともに通貨の価値は上がる？** _____ 188
経済が成長すると通貨の価値が上昇する傾向があります。
経済成長を示す指標はGDPです。
- 44 どんな経済指標に注意すればいいの？** _____ 192
アメリカのGDPを中心に、雇用統計や恐怖指数、
住宅着工件数は重要な指標なので確認しておきましょう。
- 45 デジタル通貨は一般に普及するようになる？** _____ 196
世界各国が法定通貨のデジタル化を検討しており、
もっと身近な存在になる可能性があります。
- 押さえておきたい為替の専門用語** _____ 200
- 索引** _____ 204

02

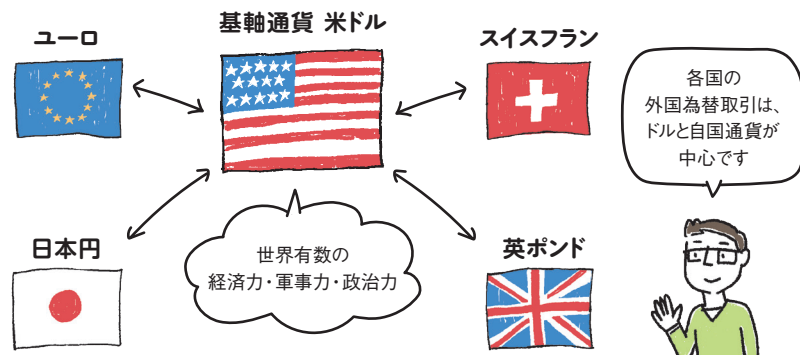
通貨の価値は
何を基準にするの？

基軸通貨のドルが事実上の基準です。

世界中で使われる基軸通貨のドルが基準

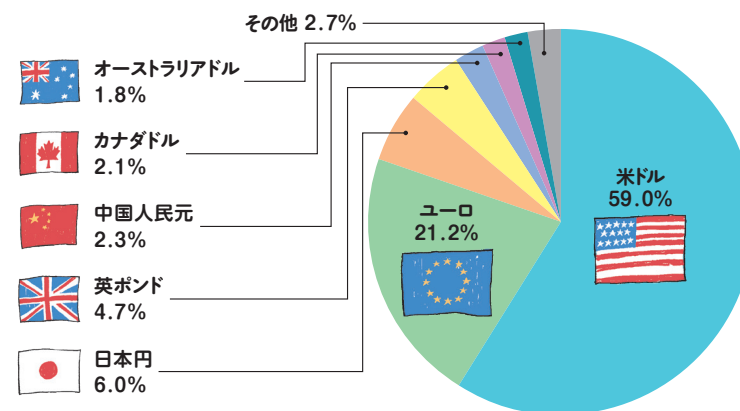
基軸通貨とは、世界中の通貨の中心となっている通貨のことを指します。現在の基軸通貨は米ドルです。実際にほとんどの国の外国為替取引の中心は、その国の通貨とドルの取引です。

基軸通貨は誰かが決めているわけではなく、基軸通貨になり得る条件を満たしている通貨が基軸通貨として扱われるようになります。具体的には国際通貨という国際的な取引の決済に幅広く使われる通貨のうち、最も経済力、政治力がある国の通貨が基軸通貨となります。以前はイギリスのポンドが使われていましたが、第二次世界大戦後にドルに取って代わられました。



また、各国の外貨準備高の1位もドルです。外貨準備高とは、なにかあったときのために各国が保有している自分の国以外の通貨の保有額のことです。たとえば、円が大暴落したり、経済危機に陥ったりしたときに、国が日本円しか持っていないと大変なことになってしまいます。そのようなリスクを避けるためにある程度の外貨を保有しておくのです。この外貨準備高におけるドルの割合が高いということは、それだけドルの信用度が高いということを意味しています。

世界の外貨準備高 (2020年10～12月)



出典：IMF「Currency Composition of Official Foreign Exchange Reserves」のデータをもとに作成

金本位制による国際通貨制度のはじまり

国際通貨制度のはじまりは、金本位制です。金本位制とは、日本銀行のような中央銀行が発行した紙幣を銀行に持っていけば、決められた分量の金と交換してもらえる制度です。これまで、貴金属を貨幣として使用していた人々に、「今日からこの紙が貴金属の貨幣と同じ価値を持ちますよ」と通知しても、信頼してもら

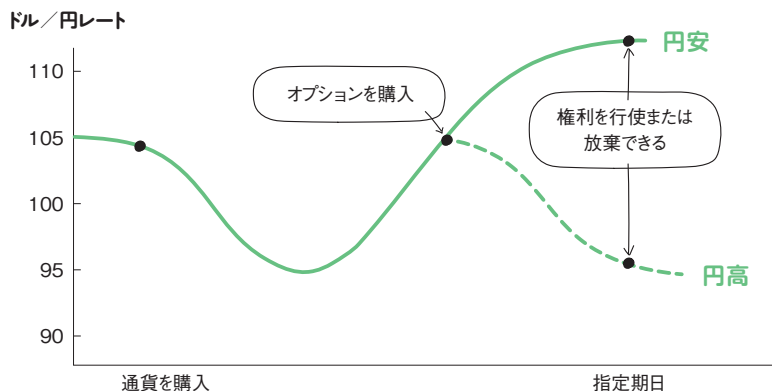
16

オプション取引って
何ですか？

買う権利と売る権利を売買する取引方法です。

「買う権利」と「売る権利」を売買する

為替のオプション取引とは、選択した通貨を特定の期日に指定した金額で買う権利、もしくは売る権利を売買する取引です。買う権利をコールオプション、売る権利をプットオプションといい、この指定した金額のことを権利行使価格（ストライクプライス）といいます。将来の特定の期日に通貨を売買する形態は先物予約と似ていますが、オプションは権利の売買である点が異なります。また、オプション取引は先物予約と違い、権利を行使せずに放棄することが可能です。

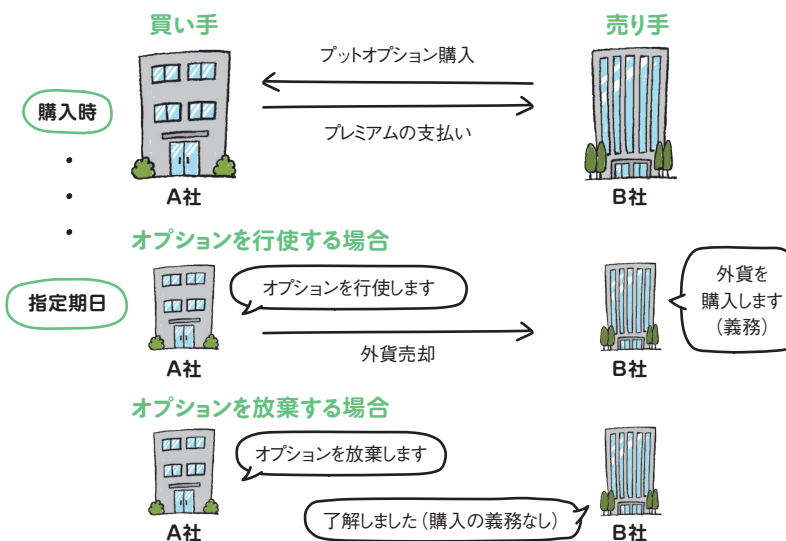


買い手は売り手に保証料（プレミアム）を支払う

オプション取引は権利を放棄することができるため、買い手にとってはリスクがない魅力的な取引にみえますが、買い手は売り手に対して、権利行使価格に応じた保証料を支払う必要があります。この保証料をプレミアムといいます。プレミアムはオプションを購入した時点で支払います。プレミアムの価格は、満期までの期間、権利行使価格、原資産価格の変動率、短期金利などさまざまな要因によって決められます。

プットオプションを購入した場合、買い手は売り手に対してプレミアムを支払います。そして指定した期日が到来したときに、買い手に有利な状況になっていれば、プットオプションを行使します。すると、売り手が外貨を購入する義務が発生します。買い手が権利を行使しなければ、売り手の手元にはプレミアムだけ残り、外貨を購入する義務は生じません。

オプション取引のしくみ



23

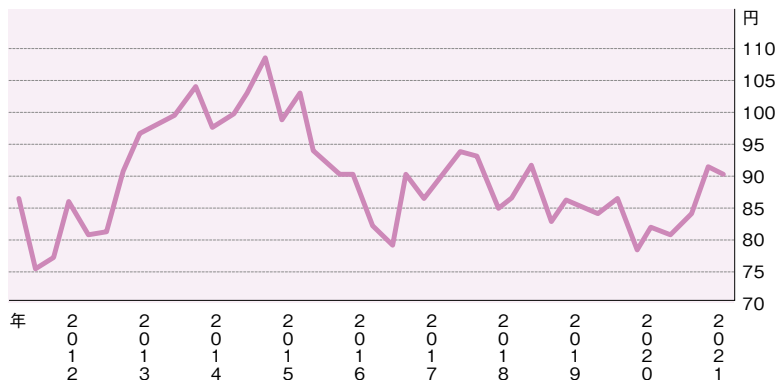
カナダドルは原油価格に左右される？



カナダドルは資源国通貨の1つで、原油価格に左右されます。また、アメリカドルとも連動します。

原油価格が上がるとカナダドルも上がる

▼ カナダドル／円 10年間の推移



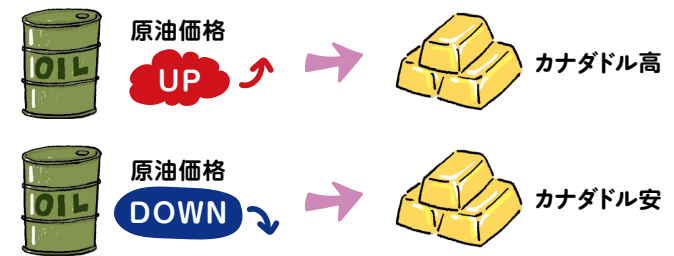
カナダドル／円相場は、米ドル／円相場と似た動きをします



出典：楽天証券ホームページのデータをもとに作成

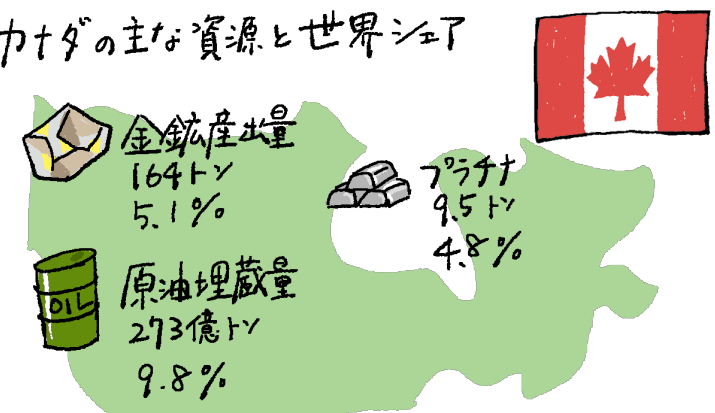
カナダは資源国通貨の代表といわれています。資源国通貨とは鉄鉱石や石油などの天然資源の輸出が多い国の通貨のことをいい、為替相場もその資源の相場に大きく影響されます。意外と知られていませんがカナダの原油埋蔵量は世界第3位の273億トン

で、シェアは9.8%。カナダは世界有数の産油国であり、工業国家でもあります。よって、原油価格が上昇すれば、カナダドルが買われて上がり、原油価格が下落すれば、カナダドルが売られて下がります。



また、カナダが有する資産は原油だけではありません。金鉱の産出量は世界第5位の164トン、シェアは5.1%、プラチナも9.5トンで世界第4位、レアメタルの1つとして注目を集めるパラジウムのシェアは世界第3位です。また近年では頁岩層から採取される天然ガスであるシェールガスにも期待が寄せられています。

カナダの主な資源と世界シェア



出典：二宮書店編集部編『データブック オブ・ザ・ワールド 2021 世界各国要覧と最新統計』（二宮書店）のデータをもとに作成

32

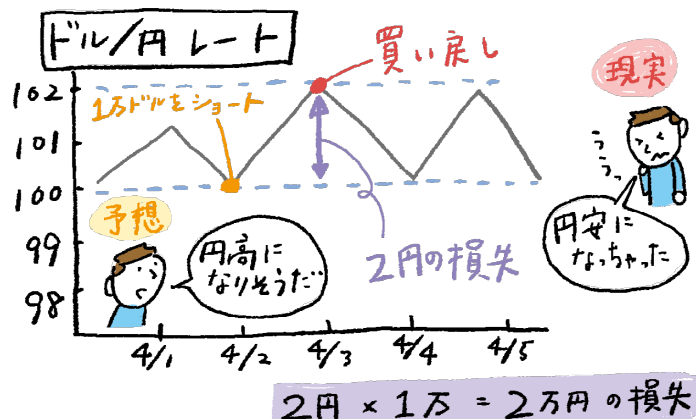
FXで損をすると
どうなる？

証拠金が減ります。足りなくなると追加で請求されたり、強制的にロスカットされたりします。

FXで損をするしくみ

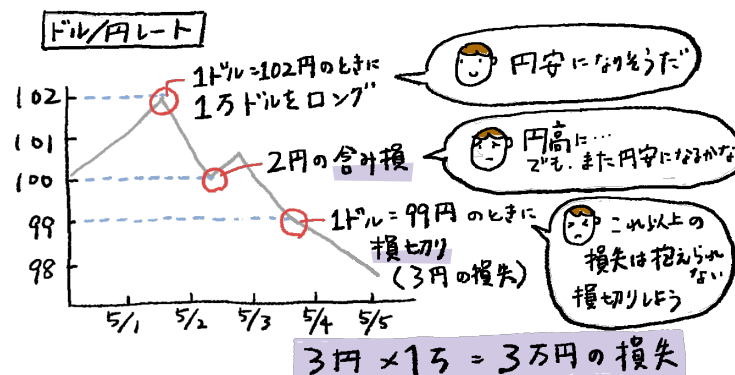
FXは為替相場が想定と反対の動きをした際に損失がでます。「今は1ドル=100円だけど、今日は円高になるはず」と予想して、1万ドルのショートポジションを持った事例で説明します。

予想通り円高が進行して1ドルが98円になればショートポジションは成功です。ところが予想外に円安が進み、1ドル=102円になれば、「2円分」の損失となります。1万ドルの売りを建てていた場合、 $2円 \times 1万 = 2万円の損失$ です。



同様にロングポジションでも円安を予想していたのに、現実には円高が進んでしまったというケースでは、損失が出てしまいます。

原則として、FXで損失が確定するのはロングポジションにおける売却や、ショートポジションにおける買い戻しを行ったときです。売却や買い戻しをしていない状態で損失を抱えている状態のことを、含み損や評価損といいます。また、その損失が大きくならないうちに決済して損失を確定することを損切りといいます。



決済をして損失が確定されると、業者に預け入れていた証拠金からその金額が差し引かれます。証拠金が4万円で、1万円の損失が確定した場合、残った証拠金は3万円となり、今後取引できる通貨単位が減ってしまいます。

証拠金が一定以下になると追証が発生する

139ページでも説明したように、通貨単位とレバレッジとレートによって取引に必要な証拠金の額は異なります。たとえば、レバレッジ25倍、1ドル=100円のときに米ドルを1万ドル購入する場合、必要な証拠金の金額は $1万ドル \times 100 \div 25 = 4万円$ です。

41

ビッグマック指数で
何が見える？

同じ商品の値段を基準にして
2国間の通貨を比較する指数です。

同じ商品で、2国間の通貨を比較する

ビッグマック指数とは、**購買力平価**の考え方に基づく指数の1つです。購買力平価とは、**世界中どこでも同じ物の値段は1つであるという「一物一価」を前提として、物の値段を基準に中長期的な為替レートが決まる**という考え方です。

▼ 購買力平価に基づく為替レート



日本 ビッグマック1個 = 400円	アメリカ ビッグマック1個 = 4ドル
$400円 = 4ドル$ つまり1ドル = <u>100円になる</u>	

ビッグマック指数は、マクドナルドの定番ビッグマックを基準にして考えます。最近スターバックスのカフェラテ・トールサイズの価格を比較するトール・ラテ指数という指数も登場しました。いずれの指数もイギリスのエコノミストという経済雑誌が定期的に発表しています。

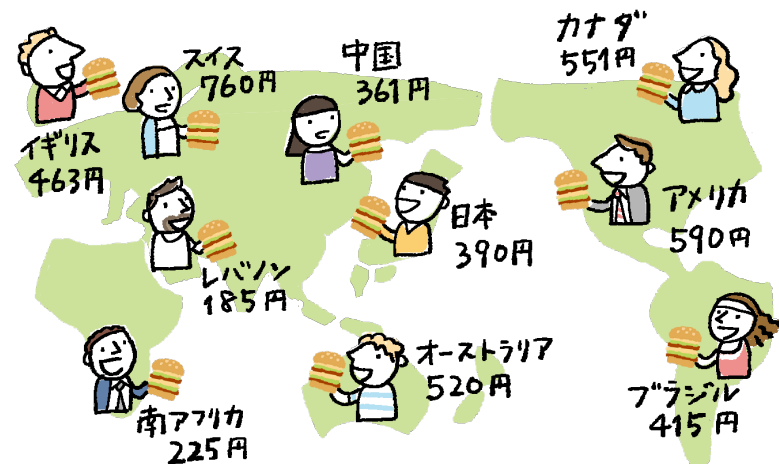
2国間の物価の変動を 正しく反映しているのか判断できる

ビッグマック指数やトール・ラテ指数は、**2国間の物価の変動が、為替レートに正しく反映されているかどうかを判断できる指数**といわれています。

なぜビッグマックやトール・ラテが指標に使われるのかというと、マクドナルドやスターバックスが多くの国にチェーン展開されているためです。また、ビッグマックやトール・ラテはあまり価格の変動がないためだともいわれています。

ビッグマックやトール・ラテにはさまざまな原材料が使われており、労働者による一定の作業も必要です。つまり**ビッグマックやトール・ラテの価格は、その国の賃金水準や物価が正しく反映されていると考えられる**のです。

▼ 日本円換算した各国のビッグマックの価格（2021年1月）



出典：エコノミストホームページのデータをもとに作成