

つくる総研調査レポート

東京 23 区マンション市場における取得能力の低下 マンション取得能力指数による試算

2026 年 6 月 11 日

つくる総研は、中位所得の世帯が、中央値価格のマンションを取得できる水準にあるかを測定する指標である「マンション取得能力指数」を算出しました。算出の結果、2020 年 1 月から 2026 年 3 月にかけて世帯所得の中央値は 12%増加した一方で、東京 23 区のマンション価格の中央値は 66%上昇しており、所得の伸びを大きく上回りました。この結果、マンション取得能力指数は大きく低下し、中位所得の世帯にとって東京 23 区のマンション取得は急速に難しくなったことが示されました。

【調査背景】

東京 23 区のマンション価格が高いことは、すでに広く認識されています。しかし、価格の高低だけでは、中位所得の勤労世帯が実際に買えるかどうかは分かりません。住宅取得の負担は、価格だけでなく、ローン金利、所得水準の組み合わせで決まるためです。今回のマンション取得能力指数は、金利と所得を組み合わせ、買いやすさ・買いにくさを具体的な数値で示すものです。

住宅は、生活設計や資産形成に直結します。本試算は、中位所得世帯が、都市部で住まいを取得し続けられるかを考えるうえで社会的な意味があります。

【マンション取得能力指数とは】

マンション取得能力指数は、中位所得の世帯が、中央値価格のマンションを取得できる水準にあるかを測定する指標です。マンション価格の中央値、世帯所得の中央値、金利から月次で算出します。

基準値は 100 です。100 を上回る場合は、中位所得の世帯が中央値価格のマンションを取得できる水準にあることを示します。一方、100 を下回る場合は、中位所得だけではマンション取得が難しい水準にあることを示します。

【マンション取得能力指数の計算方法】

マンション価格の中央値を **MEDPRICE**、ローン金利を **IR** とします。マンション価格の 20%を頭金として支払い、残額 80%を 35 年の元利均等返済ローンで借り入れると仮定した場合、毎月の返済額 **PMT** は以下のとおりです。

$$PMT = MEDPRICE \times 0.8 \times \frac{IR / 12}{1 - \frac{1}{(1 + IR/12)^{420}}}$$

毎月の住居費負担率を所得の 25%と仮定し、購入に必要な年間世帯所得を **QINC**、二人以上の世帯のうち勤労者世帯の世帯所得の中央値を **MEDINC** とすると、マンション取得能力指数 **HAI** は以下の式で表されます。

$$QINC = PMT / 0.25 \times 12$$

$$HAI = MEDINC / QINC \times 100$$

HAI は、マンション価格、所得、金利を踏まえて、取得しやすさを把握するための指標です。

【算出の前提】

MEDPRICE は、東京 23 区のマンション価格の中央値です。

当社保有の不動産データをもとに算出します。ファミリー向け物件を想定し、専有面積 40 m²以上 200 m²以下の物件について、m²単価を 70 m²換算して算出しました。築年数に制限は設けていません。中古マンションとなります。一部の高額物件が平均値を押し上げる影響を避けるため、平均値ではなく中央値を採用しました。

IR は、ローン金利の代理指標として 10 年国債利回りを用います。

財務省の「国債金利情報」から取得します。ただし、金利の下限は 0%とします。マイナス金利の時は 0%となります。実際のローン金利は、変動金利・固定金利の別、借入人の属性、利用金融機関などによって幅があるため、本試算ではわかりやすさを重視して 10 年国債利回りを採用しました。

MEDINC は、勤労世帯の可処分所得額です。

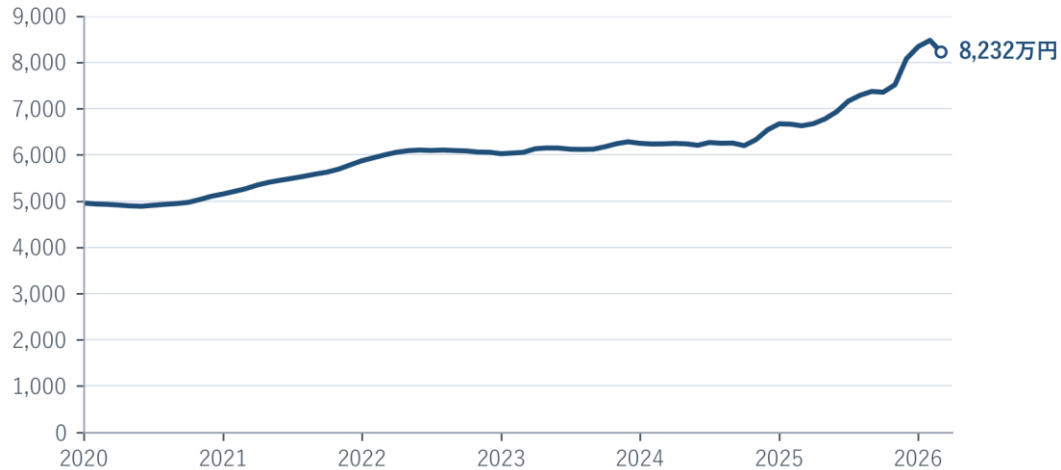
総務省統計局の「家計調査」の「二人以上の世帯のうち勤労者世帯」の可処分所得額の中央値をもとに算出します。賞与による月次変動をならすため、過去 12 か月の可処分所得を合計して年間所得とします。可処分所得は、実所得から直接税や社会保険料などの非消費支出を控除した値であり、実質的に手取り所得に近い概念です。

【前提となる数値の推移（2020 年 1 月～2026 年 3 月）】

マンション価格中央値（MEDPRICE）

マンション価格中央値 東京23区

70㎡換算価格、単位：万円

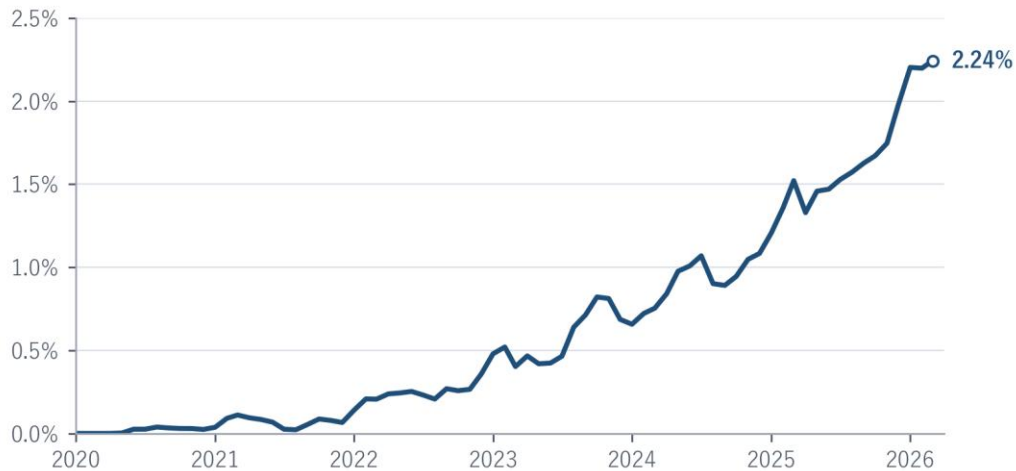


注：月次データ。期間は2020年1月から2026年3月。

10 年国債利回り（ローン金利の代理指標）（IR）

10年国債利回り

月間平均、単位：%

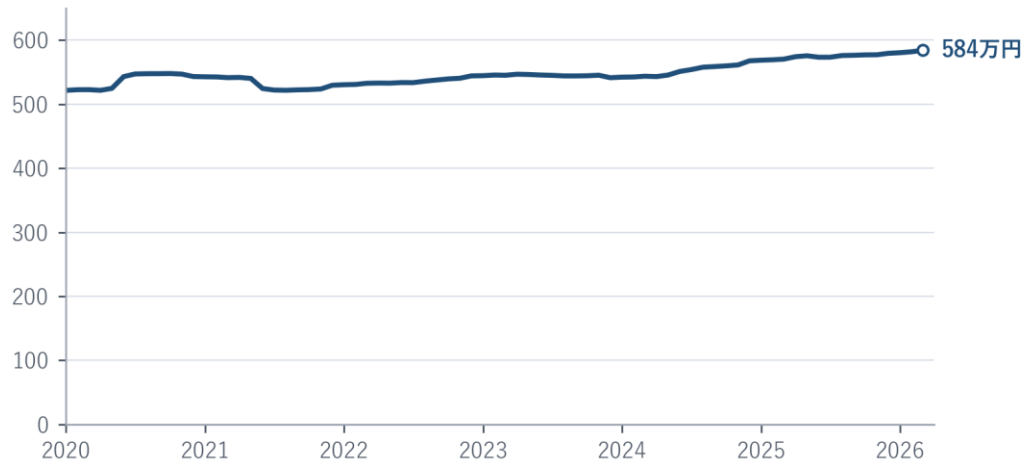


注：月次データ。期間は2020年1月から2026年3月。

世帯所得中央値（二人以上の世帯のうち勤労者世帯）（MEDINC）

世帯所得中央値

二人以上の勤労者世帯、年額、単位：万円

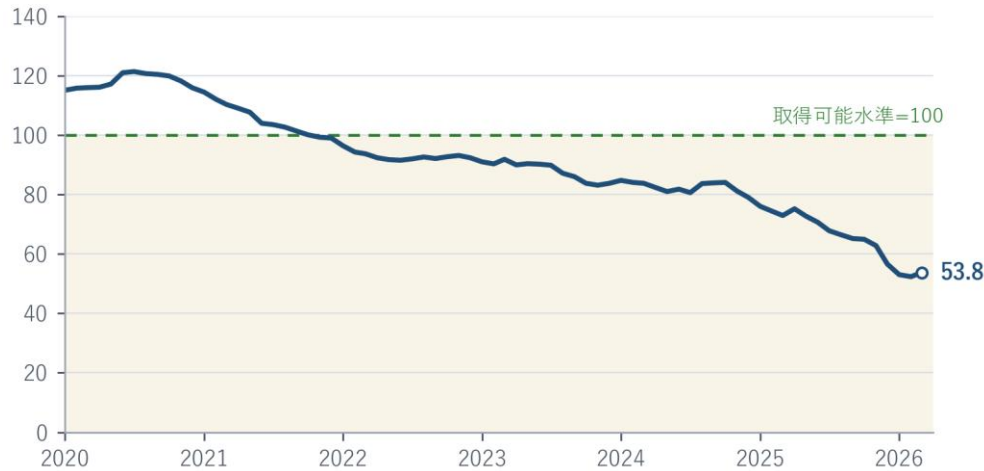


注：月次データ。期間は2020年1月から2026年3月。

【マンション取得能力指数の推移（2020 年 1 月～2026 年 3 月）】

HAI マンション取得能力指数 東京23区

100以上で取得可能水準、指数



注：月次データ。期間は2020年1月から2026年3月。

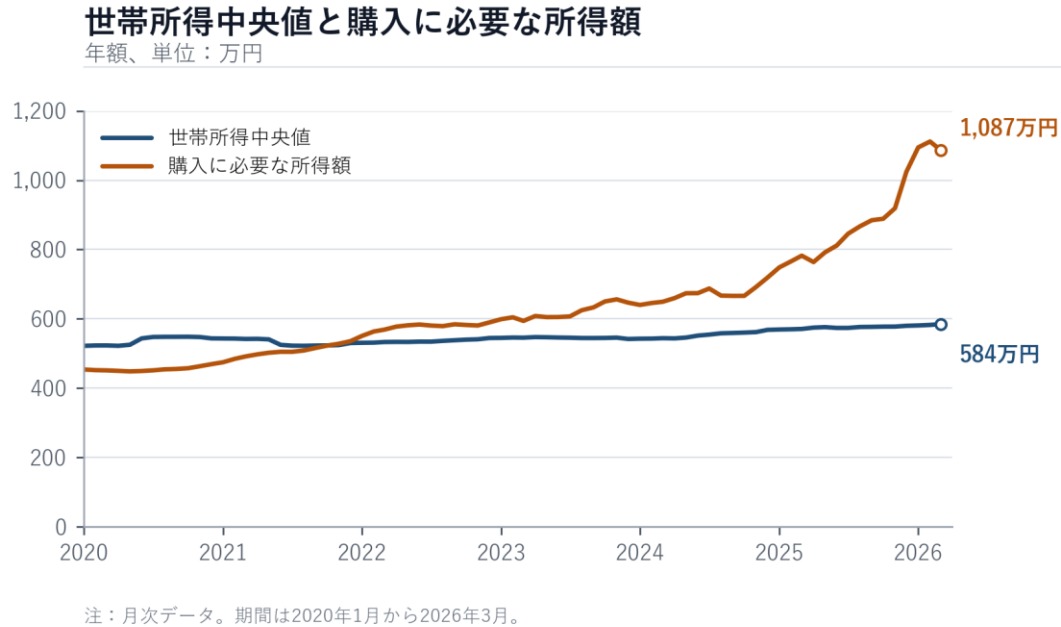
2021 年 10 月まではマンション取得能力指数（HAI）が 100 を上回っており、東京 23 区のマンションは相対的に取得しやすい水準にありました。

2022 年以降は 10 年国債利回りが徐々に上昇し、HAI は低下しました。さらに 2024 年後半以降は、金利上昇に加えてマンション価格が急速に上昇したことで、取得困難度が一段と強まりました（HAI は低下）。

2026 年 3 月時点では、マンション購入に必要な世帯所得が年間 1,087 万円であるのに対し、中位の世帯所得は 584 万円です。HAI は 53.8（必要な所得額に対し、実際の所得額は 53.8%の水準）となっており、中位所得の世帯にとっては非常に取得しにくい状況です。

【指数の構成要素の分解】

HAI を構成する 2 つの要素を分けて図示したものが以下の図です。



青線は世帯所得の推移。赤線は中央値価格のマンションを購入するために必要な年間所得額の推移を示したものです。所得の推移に対し、マンション価格の上昇と金利コストの上昇により、必要所得額が大きく上昇していることがわかります。

【マンション総支払額・所得倍率：PIR】

HAI の前提をもとに、「マンション総支払額・所得倍率」（PIR）を以下のように算出しました。

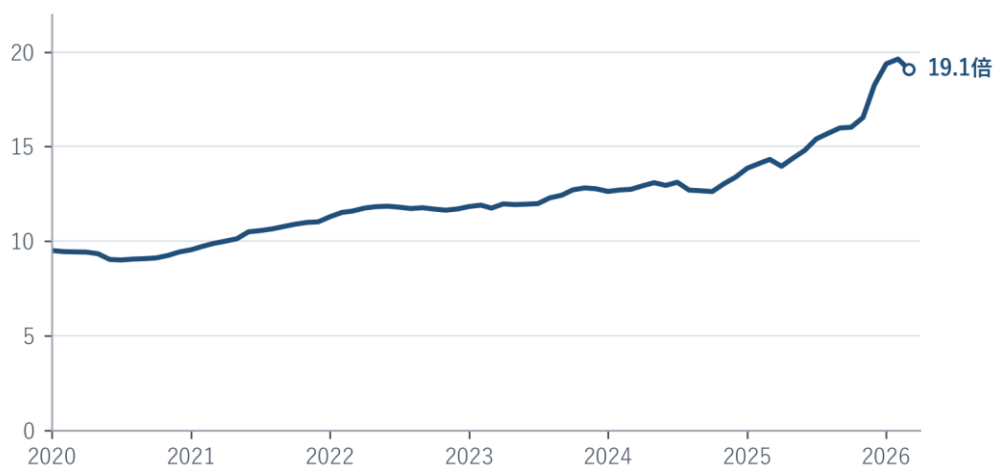
$$PIR = \frac{MEDPRICE \times 0.2 + PMT \times 420}{MEDINC}$$

MEDPRICE × 0.2 は頭金を表し、PMT × 420 は 35 年ローンの総返済額を表します。分子はマンション取得にかかる 35 年間の総支払額であり、分母は二人以上の世帯のうち勤労者世帯の年間世帯所得です。

PIR は、マンション取得にかかる総支払額が世帯所得の何倍に相当するかを示す指標です。「所得の何倍か」として直感的に把握しやすい指標です。

マンション総支払額・所得倍率

総支払額を年収で割った倍率、単位：倍



注：月次データ。期間は2020年1月から2026年3月。

2026 年 3 月時点では、中位的なマンション取得にかかる総支払額は約 1 億 1,158 万円です。一方、世帯所得は 584 万円であり、マンション総支払額・所得倍率（PIR）は 19.1 倍となっています。

【結果考察】

2020 年 1 月から 2026 年 3 月にかけて、世帯所得は 522 万円から 584 万へと 12%増加しました。一方で、東京 23 区のマンション価格中央値は、4,958 万円から 8,232 万へと 66%上昇しており、所得の伸びを大きく上回っています。金利はゼロ金利から 2.24%となり、この結果、マンション取得能力指数（HAI）は、115.1 から 53.8 へと大きく低下し、中位所得の世帯にとって東京 23 区のマンション取得は困難になったことが示されました。

また、2026 年 3 月時点では、35 年間でのマンション総支払額が 1 億 1,158 万円であるのに対し、中位の世帯所得は 584 万円にとどまります。マンション総支払額・所得倍率（PIR）は 19.1 倍に達しており、年収倍率から見ても所得の困難さが確認できます。

このような状況では、東京 23 区のマンション市場は、一般的な勤労世帯の購買力だけでは支えにくい水準に近づいていると考えられます。今後も価格上昇が続く場合、購入層は高所得世帯、資産保有層、共働き高収入世帯、相続・親族支援を受けられる世帯などに一段と偏る可能性があります。所得の伸びが価格上昇に追いつかない状況が続けば、実需層の購入余力はさらに低下し、需要の厚みが失われることが危惧されます。

したがって、今後のマンション市場を見るうえでは、価格そのものの推移だけでなく、所得環境、金利動向、購入層の変化をあわせて確認する必要があります。特に、金利が高止まりする局面では、価格が横ばいであっても返済負担は重くなりやすいためには注意が必要です。

東京 23 区のマンション価格が現在の水準を維持できるかどうかは、所得の伸び、金融環境、実需の購買力がどこまで追いつけるかに左右されると思われます。

【注記】

データ出典

マンション価格・・・当社保有の不動産データ。

金利・・・財務省の 10 年国債金利データをもとに当社集計。

世帯所得・・・総務省統計局の「家計調査」の「二人以上の世帯のうち勤労者世帯」の可処分所得額の中央値をもとに当社集計。

英語略語

HAI・・・Housing Affordability Index：マンション取得能力指数

MEDPRICE・・・Median Price：東京 23 区のマンション価格の中央値

IR・・・Interest Rate：ローン金利（10 年国債利回り）

MEDINC・・・Median Income：二人以上の世帯のうち勤労者世帯の可処分所得額の中央値

PMT・・・Payment：ローンの毎月の返済額

QINC・・・Qualifying Income：マンション購入に必要な年間世帯所得

PIR・・・Purchase-to-Income Ratio：マンション総支払額・所得倍率

2026 年 3 月時点の各種数値

	項目	英語略語	2020 年 1 月	2026 年 3 月
a	東京 23 区のマンション価格の中央値（円）	MEDPRICE	49,577,424	82,320,137
b	二人以上の世帯のうち勤労者世帯の可処分所得額の中央値（円）	MEDINC	5,216,244	5,843,536
c	ローン金利	IR	0.00%	2.24%
d	ローンの毎月の返済額（円）	PMT	94,433	226,461
e	マンション購入に必要な年間世帯所得（円）	QINC	4,532,793	10,870,112
f	マンション取得能力指数	HAI	115.08	53.76
g	総支払額（頭金＋ローン）（円）	-	49,577,424	111,577,504
h	マンション総支払額・所得倍率	PIR	9.50	19.09

a：当社保有データから集計

b：家計調査（総務省統計局）をもとに当社集計

c：10 年国債金利（財務省）をもとに当社集計。下限 0%として月間の平均値を算出。

d：計算 頭金 20%を控除した借入額に対する元利均等方式・35 年ローン

e：計算 年間ローン返済額が年間所得の 25%となる所得額

f：計算 b / e

g：計算 $a \times 0.2 + d \times 420$

h：計算 g / b 。

本レポートは、情報提供のみを目的として作成されたものであり、特定の金融商品の売買を推奨・勧誘するものや、投資助言・その他の法的な助言を構成するものではありません。本レポートに掲載されているデータ、見通し、分析、

および意見は、作成時点で信頼できると判断した情報に基づき細心の注意を払って作成されていますが、その正確性、完全性、妥当性、または将来の成果を保証するものではありません。市場環境の変動等により、内容は予告なしに変更されることがあります。投資に関する最終決定は、お客様ご自身の判断と責任において行われますようお願いいたします。本レポートを利用したことにより生じたあらゆる損害（直接的・間接的を問わず）について、当社は一切の責任を負いません。