



バックナンバーはこちらから！

## 賃貸経営

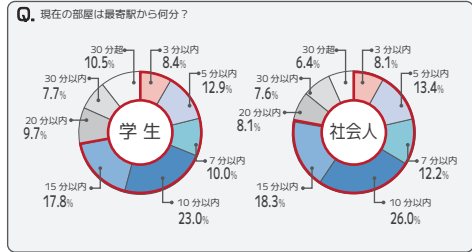
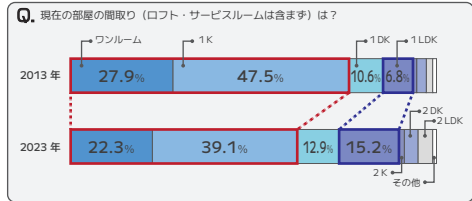
### 10年で変化した

#### 一人暮らしの入居者ニーズとは？

コロナ禍もあり、この10年で入居者ニーズは大きく変化しました。アットホームにより、10年前から2年ごとに行われている「ユーザー動向調査 UNDER30」という調査をもとに、一人暮らしをしている30歳未満の方の最新ニーズを、10年前との比較も交えてご紹介します。

広い間取りを求め、最寄駅からの距離を妥協  
30歳未満の一人暮らしが住む部屋の間取りは、10年前と比べ「ワンルーム」、「1K」の割合が75.4%から61.4%と14%も減少しました。その分、1DK以上が増加し、広い部屋のニーズが高まっていることがわかります。特に1LDKは6.8%から15.2%と8.4%増加。これは、10年前から1LDKの物件供給が増え始めたことも要因の一つでしょう。1LDKは新婚層をターゲットとすることが多いのですが、コロナ禍以降は在宅ワークが増え、在宅時間が長くなったことから、社会人中堅の単身者でもニーズが高まっています。同調査で、「家賃以外で最後まで重視したことは、学生、社会人ともに「間取り・広さ」がトップでした。

部屋が広くなれば家賃も上昇しますが、その妥協点の一つが最寄駅からの距離です。最寄駅までの徒歩分数は「10分以内」が学生・社会人ともに半数を超えています。15分以内まで広げると学生72.1%、社会人78%にまで広がります。駅から遠くても広い部屋を求める入居者ニーズも一定数あることがわかります。郊外人気は今も衰えていませんが、駅からの距離で見ても、賃貸市場のニーズが広がっているようです。



出典：アットホーム「ユーザー動向調査 UNDER30」2023



## 財務

### 金利が上昇すると

#### 不動産価格が下落する仕組み

「金利が上がると不動産価格は下がる」と耳にすることがありますが、その背後にはどのような仕組みが働いているのでしょうか。

##### 1 金利上昇と不動産価格の関係

金利が上昇すると、住宅ローンの返済負担が増加します。多くの住宅購入者や不動産投資家は、ローンを利用して物件を購入するため、金利が低いときはローンの利息が軽く、不動産需要が高まり、価格が上昇します。しかし、金利が上がることで返済額が増え、購入者は負担を感じるようになり、不動産市場全体の需要が減少するため、不動産価格が下落します。

##### 2 金利上昇の仕組み

金利上昇は住宅ローンの返済額を増やし、購買力を低下させます。買手は借入額が減り、購入できる物件の価格帯が下がります。また、不動産投資においても、借入コストが増加し収益性が低下するため、投資家は購入を控え、需要減少が不動産価格を押し下げる要因となります。

##### 3 不動産投資への影響

金利上昇は、不動産投資の収益性を低下させます。ローン返済負担が増え、キャッシュフローが圧迫されるため、投資家の利益が減少します。さらに、リスクフリー資産である債券の利回りが上昇することで、不動産投資の魅力も低下し、投資需要が減少します。

##### 4 金利上昇リスクへの対策

金利上昇に備えるための対策として、固定金利型の住宅ローンの選択が挙げられます。固定金利は借入期間中の金利が一定のため、返済額の変動リスクを避けられます。また、資産価値が下がりにくいエリアや中古物件の購入もリスク軽減の方法です。これらの地域では不動産需要が安定しているため、価格下落の影響を受けにくいとされています。

金利が上昇すると、不動産価格には下落圧力がかけられます。これに対処するためには、固定金利型ローンの選択や立地の良いエリアでの物件購入、さらには中古物件の検討といった対策が重要です。金利動向に注意し、柔軟な対応をすることが、不動産購入や投資を成功に導く鍵となります。



## 健康

### ゲームのやり過ぎで

#### 手・指が痛くなる原因と対策

最近では幅広い世代でゲームをする方が増えてきておりますが、ゲームのやり過ぎ等で手・指を酷使すると、腱鞘炎が起こる可能性があります。手・指の腱鞘炎では、親指の付け根・手首・腕全体等が、手を広げると親指を反らす、物を持つ等の際に痛みが生じ、腫れる、熱を持つ等の症状が現れる可能性があります。

更年期等でホルモンバランスが乱れている方・高齢の方・糖尿病や関節リウマチ等の持病がある方・透析療法を受けている方等は腱鞘炎になりやすいと言われています。

##### ゲームのやり過ぎで手・指が痛くなった際の対策

ゲーム中やゲーム後等に手・指が痛くなった際は、すぐにゲームを止め、手・指を休ませましょう。痛みが治まった後も「ゲーム時間を1日2時間以内」に制限する等の対策で手・指の使い過ぎを防ぎ、以下の対策で予防・緩和を目指してください。

● **休憩する** 手・指の負担を減らすため、こまめに休憩を取りましょう。ゲームやパソコン作業をする際に時間を忘れてのめり込んでしまう方は、アラーム機能等を使用する等し、定期的に休憩を取るよう心がけてください。

● **姿勢を正す** ゲームをしている際は、極度の前傾姿勢になる等、姿勢が悪くなりやすいです。悪い姿勢で長時間ゲームをすると、手・指・腕・首・背中等に負担がかかり、痛みが生じる可能性があります。姿勢を正すことは、腱鞘炎の予防・緩和だけでなく、肩こり等の予防にもつながります。

● **ストレッチを行う** 手・指のストレッチをすることで、ゲーム等が原因で起こる筋肉の緊張を緩和できる可能性があります。ただし、痛み等の症状がある際にはストレッチを行うと悪化する場合があります。ため、症状がある際は必ず医療機関の許可をもらってから行うようにしましょう。

