

「なんとなくオルカン」

を卒業する

⑨ NISA時代の

株価指数

大全

株屋の立ち話 (著)

はじめに

オルカンの中身のおよそ 6 割が米国株だという話は、もうずいぶん知られるようになりました。この本を手にとっている方なら、たいていご存じだと思います。

では、その 6 割がこの先どうなるのかは、どうでしょうか。

米国株が崩れたとき、あの指数は自動的に他の国へ乗り換えてくれるのか。米国の比率が減るとして、その分はどこ国の、どんな会社の株に置き換わるのか。そもそも 6 割という比率は、誰がどうやって決めているのか。運用会社の誰かが世界情勢を睨みながら判断しているのか、それとも別の何かが機械的に決めているのか。

ここまで答えられる方は、急に少なくなります。

積立というのは、短くても 10 年、長ければ 30 年、40 年と付き合いしていく行為です。人生でこれほど長く付き合うものは、そう多くありません。親やパートナー、あるいは住宅ローン。それらと並ぶか、下手をするとそれ以上に長い付き合いになります。

その相手のことを、6 割が米国、というところまでしか知らないというのは、冷静に考えると、かなり恐ろしい状態だと思うのです。

オルカンが間違いだと言いたいわけではありません

先に断っておくと、オルカンを否定したいわけではありません。日本でも世界でも最も選ばれている指数のひとつで、多くの人にとって合理的な選択肢です。

同時に、株価指数である以上、リスクがあることくらいは、たいていの
方が分かっています。ですが、自分が具体的にどういうリスクを引き受け
ていて、どんな局面が来たときに資産形成が大きく傷むのか。逆に、この
先の世界がどうなってくれば自分の運用はうまくいくのか。そこまで説
明できる人は、ほとんど見かけません。

30 年付き合う相手なら、それくらいは頭に入れておいたほうがいい。
知ったうえで、それでもオルカンでいくと決めたのなら、それはもう立派
な投資判断です。本書はそのために書きました。

教科書に書いていないこと

株価指数は、ただの株価の寄せ集めではありません。中身と成り立ちを
追っていくと、その国の経済だけでなく、政治や法律、ときには宗教や文
化まで見えてきます。ひとつの数字からこれだけのことが掴める道具は、
そう多くありません。

ところが、世の中に出ている指数の解説は、たいていそこまで書きませ
ん。算出方法と組入銘柄が並んで終わりです。主にこういった情報を公開
している証券会社は商品を売る側であり、取引所は市場を監督する側で
すから、立場上そこまで踏み込む役回りではないためです。彼らが不誠実だ
という話ではなく、単にそういう構造なのだと思います。

結果として、指数の重要性に対して、世に出ている情報があまりにも薄
い。これまで何度か本を出しませんかという話をいただきながらお断りし
てきましたが、この題材なら書いてみたいと思ったのは、その乖離がずっ
と気になっていたからです。

読み終わると、何が変わるか

本書を読み終わる頃には、投資信託の中身を自分で判別できるようにな
ります。

インデックスファンドを買うというのは、要するに指数を買うことです。運用会社が独自に銘柄を選んでくれるわけではなく、目論見書に書かれたベンチマークの1行が、その商品の中身をほぼ決めています。

逆に言えば、その1行さえ読めれば商品は分かる。同じ日本株のファンドでも、日経平均に連動するものと TOPIX に連動するものでは、買っているものがまるで違います。

ニュースの見え方も変わります。日経平均が500円上がったと言われたとき、構成を知っていれば、そのうちどれだけが一部の銘柄によるものか見当がつきます。併せて、その他の株価指数まで見れば、全体が上がった日に自分の持ち株だけ下がっていた理由も、たいていは把握できます。

そして指数は、1本ずつ見るより並べて見たほうが役に立ちます。どれが上がってどれが下がっているかを見比べると、いま世界の市場が何を警戒しているのかが浮かんできます。

私自身、指数を網羅的に学んだことで「この指数とこの指数を組み合わせればこういう局面に強くなるな」という見方ができるようになりました。

並べてみると、中にはこんな顔ぶれも…

- ・中央銀行が買うための受け皿として、国策で急ごしらえされた指数
- ・名前に5000と付いているのに、構成銘柄が5000もない指数
- ・イスラム法に反する事業を、利息収入まで調べ上げて外していく指数
- ・当局の意向から、どうしても自由になれない指数
- ・史上最高値を更新したその日に、構成銘柄の8割が下がっていた指数

どれも実在します。設計の見事さに唸る指数もあれば、何のために存在しているのか最後まで分からない指数もあります。上がった下がったで一喜一憂される数字の裏側には、これだけの事情とエピソードが詰まってい

ます。

それでは、はじめましょう

株価指数というのは、覗いてみると意外と変な世界です。

真面目な顔で経済を語っているようでいて、その裏側には国の思惑や、業界の力関係や、大人の事情や、時には笑ってしまうような手違いまで転がっています。日本にいと縁のなさそうな宗教や政治が、指数の中身を決めていることもあります。

1本目から順に並べてありますので、頭から読んでいただくのが一番おいしい作りになっています。気になる指数から開いてもらっても構いませんが、通して読むほど景色がつながっていくはずです。

それでは、一般的にはあまり知られていない株価指数の世界へご案内します。

本書は情報提供を目的としており、金融商品の購入を勧誘するものではありません。投資の最終決定並びに本書の活用は、ご自身の判断と責任で行ってください。なお、本書は2026年8月時点の情報に基づき、作成されたものです。

第 1 章

日本の基本指数

日経平均株価	16
東証株価指数 (TOPIX)	24
読売株価指数 (読売 333)	32
東証グロース市場 250 指数	40
JPX 日経インデックス 400	48

第 2 章

日本のテーマ別指数

JPX プライム 150 指数	58
-----------------	----

Solactive デジタル・イノベーション日本株指数	66
-----------------------------	----

S&P/JPX カーボン・エフィシエント指数	74
------------------------	----

日経平均高配当株 50 指数	82
----------------	----

日経半導体株指数	90
----------	----

第 3 章

日本の業種別指数

TOPIX 銀行業	100
-----------	-----

TOPIX 輸送用機器	108
-------------	-----

TOPIX 電気機器	114
------------	-----

TOPIX 医薬品	122
-----------	-----

TOPIX 情報・通信業	130
TOPIX 卸売業	136
TOPIX 食料品	144
TOPIX 不動産業	152
TOPIX 海運業	160
TOPIX 電気・ガス業	168

第 4 章

日本の変わり種指数

日経平均ボラティリティー・インデックス	178
日経平均カバードコール・インデックス	184
JPX/S&P 設備・人材投資指数	190
S&P/TOPIX 150 シャリア指数	198
MSCI 日本株女性活躍指数	206

第 5 章

アメリカの指数

NY ダウ (ダウ・ジョーンズ工業株価平均)	216
------------------------	-----

S&P 500	224
---------	-----

ラッセル 2000	232
-----------	-----

ウィルシャー 5000	240
-------------	-----

第 6 章

アジアの指数

上海総合指数	250
深セン成分指数	258
香港ハンセン指数	266
KOSPI（韓国総合株価指数）	274
SENSEX 指数	282
ストレーツ・タイムズ指数	290

第 7 章

ヨーロッパの指数

FTSE100	300
DAX	308
CAC 40	316

ユーロ・ストックス 50 指数	324
-----------------	-----

ストックス欧州 600 指数	332
----------------	-----

第 8 章

世界の指数

MSCI オール・カンントリー・ワールド指数	342
------------------------	-----

FTSE 全世界株価指数	350
--------------	-----

MSCI エマージング・マーケット指数	358
---------------------	-----

タダウル全株指数	366
----------	-----

ボベスパ指数	374
--------	-----