

為替相場展望

2026年1月



株式
会社

日本総合研究所

調査部 マクロ経済研究センター

<https://www.jri.co.jp/report/medium/exchange/>

目次

◆ドル円相場見通し……p. 2

◆ユーロ相場見通し……p. 3

◆トピック ……………p. 4



調査部 マクロ経済研究センター（米欧経済グループ）

研究員 吉田 剛士 （ Tel: 070-3359-3804 Mail : yoshida.tsuyoshi@jri.co.jp ）

- ◆本資料は2026年1月12日17：00時点で利用可能な情報をもとに作成しています。
- ◆「[経済・政策情報メールマガジン](#)」、「[X \(旧Twitter\)](#)」、「[YouTube](#)」でも情報を発信しています。

本資料は、情報提供を目的に作成されたものであり、何らかの取引を誘引することを目的としたものではありません。本資料は、作成日時点で弊社が一般に信頼出来ると思われる資料に基づいて作成されたものですが、情報の正確性・完全性を保証するものではありません。また、情報の内容は、経済情勢等の変化により変更されることがあります。本資料の情報に基づき起因してご閲覧者様及び第三者に損害が発生したとしても執筆者、執筆にあたっての取材先及び弊社は一切責任を負わないものとします。

◆ドル円相場回顧

2025年12月のドル円相場は、156円台を挟んで一進一退の展開。米国では、軟調な雇用を下支えするため、F R Bが利下げを実施した一方、日本では、日銀の金融政策決定会合後の記者会見で植田総裁がハト派的な姿勢を示すなど、強弱材料が混在したことが背景。

年明け後は、158円台前半へドル高・円安が進行。高市首相による衆議院解散の観測が高まり、わが国の財政悪化に対する懸念が強まったことが背景。

◆今後の見通し

2026年のドル円相場は、強弱材料が混在することで、ほぼ横ばい圏で推移する見通し。日銀は緩やかなペースで利上げを実施する一方、雇用情勢の悪化を防ぐためにF R Bは春先にも利下げを実施する見込み。これにより米日金利差は縮小し、円の上昇要因に。為替需給面からも円安圧力は一服する見込み。わが国における金利の上昇や堅調な株式相場を背景に、国内金融資産への資金流入が続く可能性。一方、積極財政を掲げる高市政権下では財政悪化への懸念が意識されやすく、投資家の円売り圧力は強まり。

ドル円相場見通し

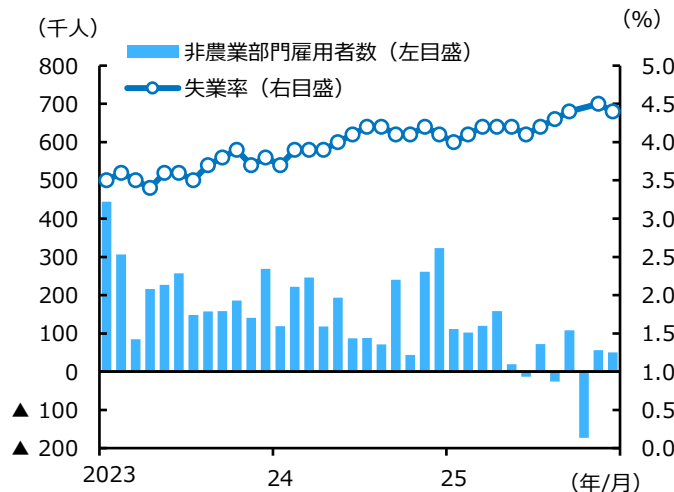


(資料) Bloomberg L.P.を基に日本総研作成

(円)					
	2025年	2026年			
	10~12	1~3	4~6	7~9	10~12
期中平均	154.16	155	155	153	154
(高値)	157.89	162	162	160	161
レンジ	¥	¥	¥	¥	¥
(安値)	146.59	148	148	146	147

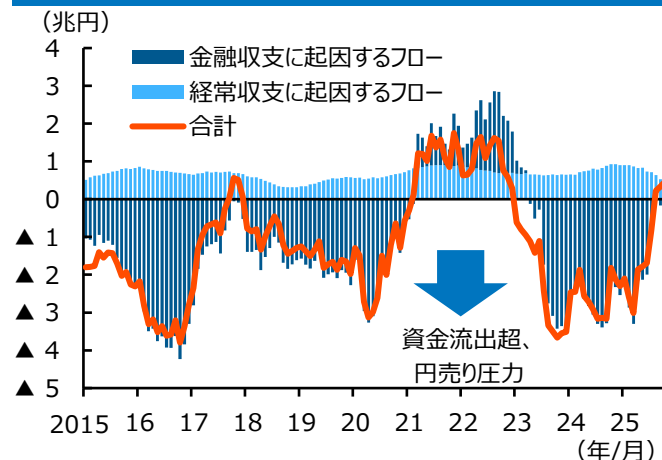
予測

米国の非農業雇用者数と失業率



(資料) Bloomberg L.P.を基に日本総研作成

円を取り巻く基礎的為替需給



(資料) 財務省、日銀を基に日本総研作成

(注) 経常収支に起因するフローは、第一次所得収支から再投資収益、配当金、債券利子を控除。金融収支に起因するフローは、直接投資と証券投資の合計から再投資収益を控除。12カ月後方移動平均。

◆ユーロ相場回顧

2025年12月のユーロドル相場は、一時1.18ドル台前半へユーロ高・ドル安が進行。米国では、F R Bが利下げを実施した一方、ユーロ圏では、ドイツの経済指標が市場予想を上回ったほか、E C Bがユーロ圏の経済見通しを上方修正したことなどが背景。

年明け後は、米国で経済指標が市場予想を上回ったことなどを背景に、金融緩和への思惑が後退したことから1.16ドル台後半へドルが反発。

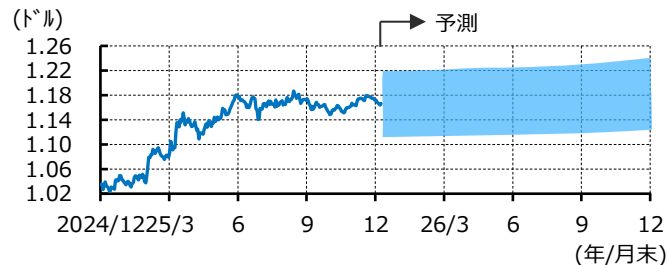
対円では、一時184円台後半へユーロ高・円安が進行。日本では、植田日銀総裁が先行きの利上げに慎重な姿勢を示した一方、欧州では、ユーロ圏の経済指標が底堅い結果となったことが背景。

◆今後の見通し

2026年のユーロドル相場は、緩やかなユーロ高基調で推移する見通し。E C Bは利下げサイクルを終了した一方、F R Bは春先にも利下げを実施すると予想。加えて、ドイツ政府や欧州委員会による財政拡大が欧州景気を回復させるとの期待から、ユーロが押し上げられる見込み。

対円では、横ばい圏で推移する見通し。E C Bが利下げを停止する一方、日銀の利上げペースは緩やかにとどまることで、金利差の縮小は小幅にとどまることが背景。

ユーロ相場見通し



(ドル)					
	2025年	2026年			
	10~12	1~3	4~6	7~9	10~12
期中平均	1.164	1.17	1.17	1.18	1.18
(高値)	1.181	1.22	1.22	1.23	1.23
レンジ	∩	∩	∩	∩	∩
(安値)	1.147	1.12	1.12	1.13	1.13

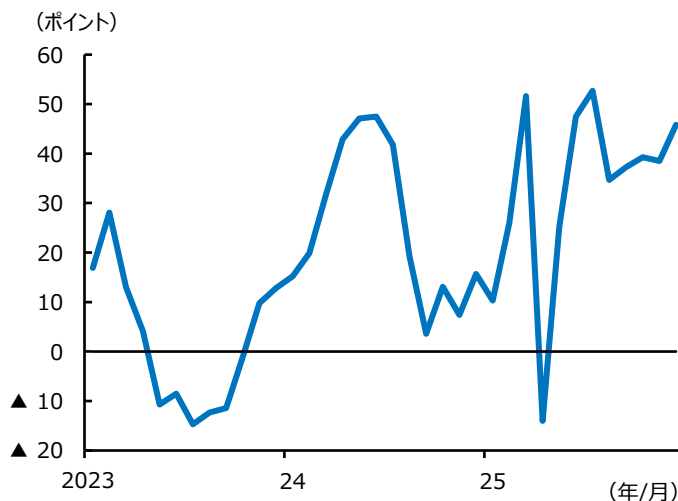
→ 予測



(円)					
	2025年	2026年			
	10～12	1～3	4～6	7～9	10～12
期中平均	179.46	181	181	181	182
(高値)	184.92	189	189	189	190
レンジ	∩	∩	∩	∩	∩
(安値)	172.27	173	173	173	174

→ 予測

ZEW独景気期待指数



(資料) Bloomberg L.P.を基に日本総研作成

ECBメンバーによるユーロ圏のマクロ経済見通し

	2025	2026	2027	2028
実質GDP 成長率	1.4 (+0.2)	1.2 (+0.2)	1.4 (+0.1)	1.4 (—)
HICP (総合)	2.1 (+0.0)	1.9 (+0.2)	1.8 (▲0.1)	2.0 (—)
HICP (コア)	2.4 (+0.0)	2.2 (+0.3)	1.9 (+0.1)	2.0 (—)
失業率	6.3 (▲0.1)	6.2 (▲0.1)	6.1 (+0.0)	5.9 (—)

(資料) ECBを基に日本総研作成

(注) 2025年12月時点の見通し。カッコ内は前回（同年9月）からの変化。

トピック：2026年のドル円相場も安値圏で膠着する公算大

為替

◆昨年は米ドル・円の双方が弱い展開

2025年の為替相場を振り返ると、通年では米ドル全面安のなか、日本円の対ドル上昇率は他の先進国通貨と比較して小。円の弱さの背景として、以下2点が指摘可能。

第1に、わが国の実質政策金利の大幅なマイナス。日銀の段階的な利上げにより、日本の実質金利は主要先進国のなかで唯一上昇したものの、マイナス金利からの脱却にはなお時間を要するとの見方が強まった可能性。

第2に、わが国の財政規律に対する市場の信認低下。昨年秋には、積極財政を掲げる高市政権が発足したことを受けて財政悪化に対する懸念が強まり、大幅な円安が進行。

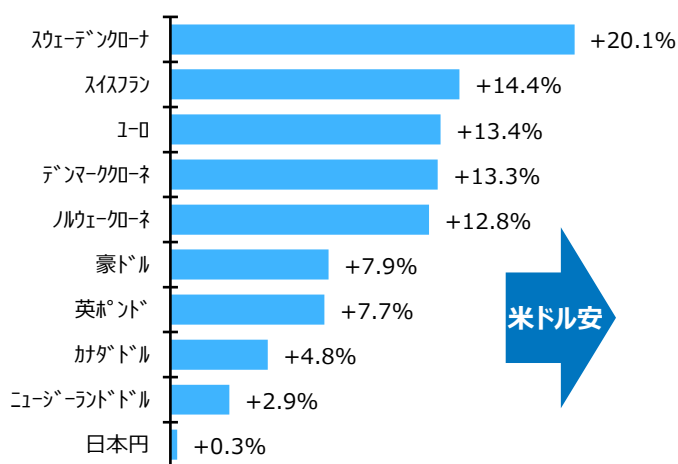
◆本年も円相場は安値圏で推移する見込み

2026年のドル円相場を展望すると、150円台を中心に安値圏で膠着する見込み。昨年円が安値圏から脱却できなかった状況は本年においても不変であることが背景。

日銀の利上げペースは緩やかとみられ、日米金利差はそれほど縮まらないと予想。

また、日本の政府債務残高対GDP比は先進国のなかで突出して高い水準にあり、格付けも低位。財政規律を軽視していると市場や格付け機関から受け止められる政策運営が続けば、投資家の円売り圧力は強まる恐れあり。

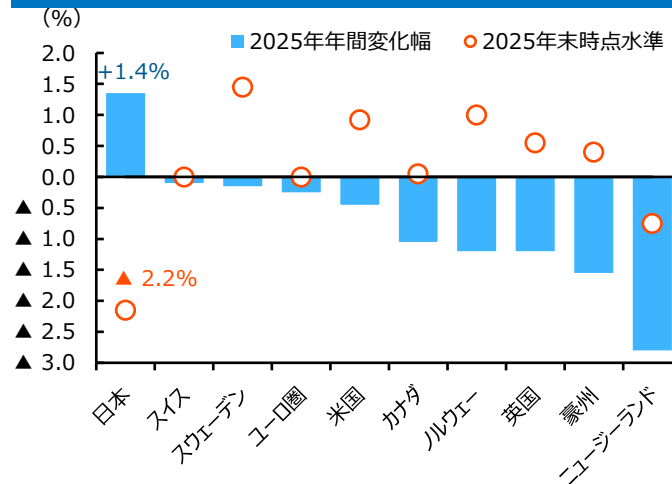
2025年のG10通貨対米ドル騰落率



(資料) Bloomberg L.P.を基に日本総研作成
(注) 期間は、2025年1月1日から12月31日まで。

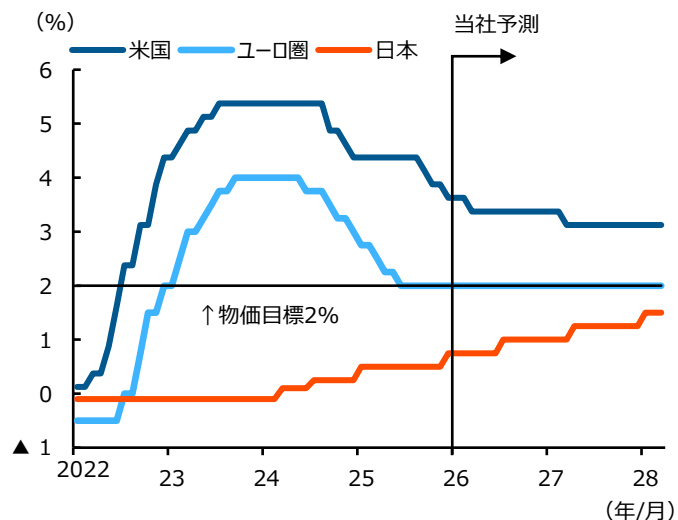
米ドル安

2025年のG10通貨圏の実質政策金利（変化・水準）



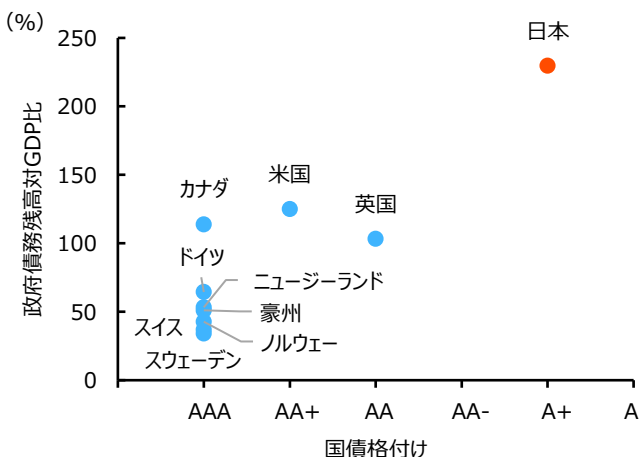
(資料) Bloomberg L.P.を基に日本総研作成
(注) 実質政策金利は、政策金利から同月のCPI総合（前年比）を差し引いて算出。

日米欧の政策金利見通し



(資料) Bloomberg L.P.を基に日本総研作成

G10通貨圏の政府債務残高対GDP比と国債格付け



(資料) IMF, Bloomberg L.P.を基に日本総研作成
(注) 政府債務残高対GDP比はIMFの2025年予測値、格付けはS&Pによる自国通貨建て長期債務格付け。

公表済みのレポート（欧米経済関連）

詳細は、以下のリンクからPDF形式でご覧いただけます。

▶ ベネズエラでも「掘りまくれ」ない米石油企業― 巨額の投資費用、高い不確実性、世界的な需要不足が生産を抑制 ―	梅野裕貴	1月9日
▶ トランプ2.0 が変えるアメリカ― 不均衡の是正が世界秩序に与える影響	福田直之	12月26日
▶ 欧州経済見通し	立石宗一郎 中井勇良	12月26日
▶ アメリカ経済見通し	森田一至	12月26日
▶ 世界経済見通し	西岡慎一	12月26日
▶ 先送りリスクを抱える英国の財政再建 ― 政治制約のもとで問われる増税の実効性 ―	中井勇良	12月22日
▶ 米国のA I 株高は当面持続する見込み ― ドットコム・バブルと構造的に異なる現在の株高 ―	森田一至	12月18日
▶ 米国所得収支の急速な悪化の要因と通貨覇権への影響 ― 米国の対外収支構造が急変、対外債務悪化を助長すればドル信認に悪影響も ―	J.パターソン 野木森稔	12月17日
▶ 米国のベネズエラ攻撃が原油市場に及ぼす影響は限定的 ― ただし、周辺国やパナマ運河の石油輸送に波及すれば、10ドル強の価格上昇も ―	梅野裕貴	12月10日