

報道関係者各位

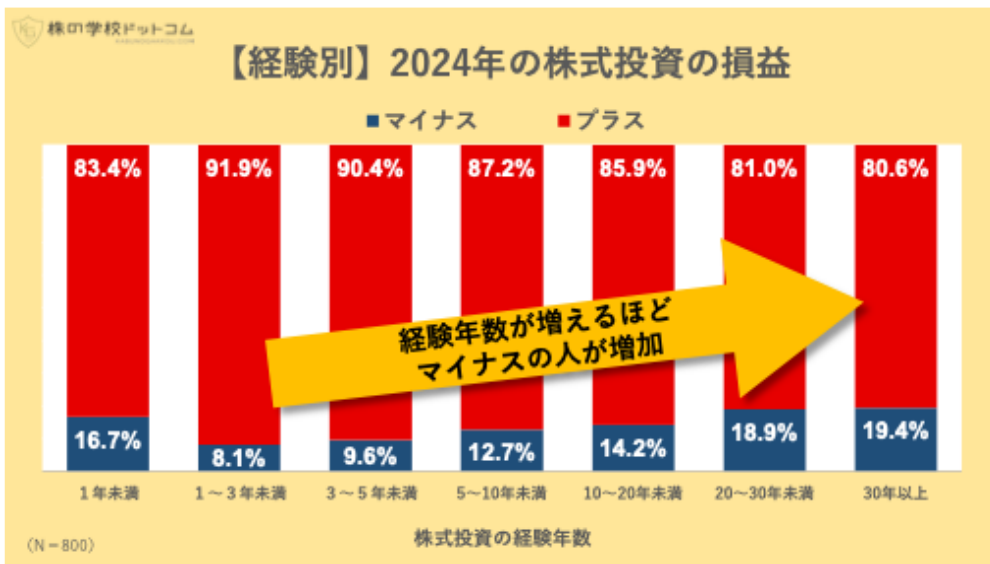
2025年1月31日
株式会社トレジャープロモート

【個人投資家800人アンケート】 株式投資の経験が長いほど損失になり、 初心者ほどストレスが少ない理由とは

オンライン株式スクール「株の学校ドットコム」（運営会社：株式会社トレジャープロモート、東京都千代田区、代表取締役社長：瀬川 丈）では、全国の個人投資家800人を対象に、2024年の株式投資の損益と2025年の株式相場への展望についてアンケート調査を実施。その結果、2024年の株式投資で利益を出した人は9割近くにのぼりました。

（参考）[2024年の株式投資で利益を得た人は86%！ 株価上昇で利益額も拡大中](#)

この結果を、株式投資の経験と照らし合わせて分析してみたところ、意外にも、経験年数が長くなるほど利益を出した人の割合が減っていく、つまり、損失を出す人の割合が増えている傾向にあることがわかりました。そこで、損益の金額やストレス度合い、2025年で目指す利回りなど、経験年数による違いを詳しく分析してみました。



【調査概要】

調査対象：全国の株式投資に取り組む個人投資家

調査期間：2024年12月31日

サンプル数：800人

調査方法：インターネット調査

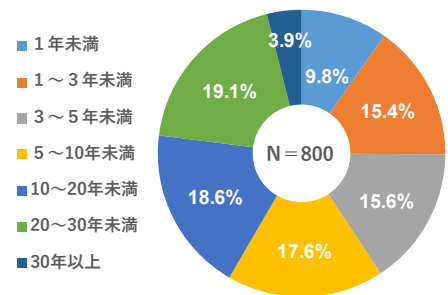
調査主体：株式会社トレジャープロモート

※「株の学校ドットコム」では個人投資家を対象としたアンケート調査を継続的に実施しています。過去の調査結果などは、こちらをご参照ください。<https://www.kabunogakkou.com/media/category/voice/>

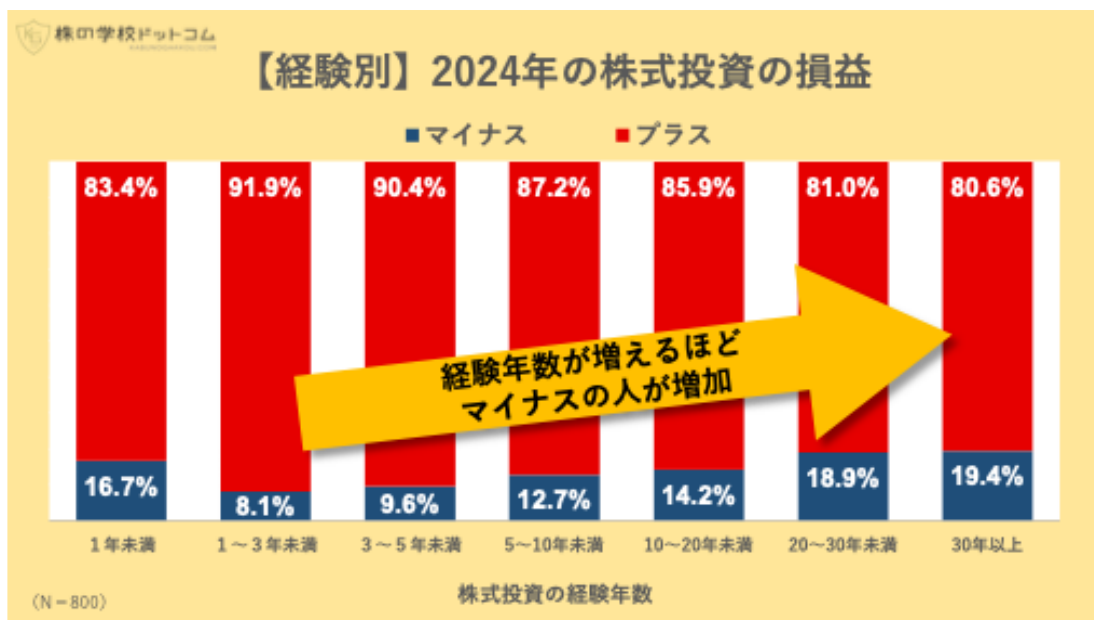
※本調査について記事等に引用いただく際には、「株の学校ドットコム」（<https://www.kabunogakkou.com/>）へのリンクを設定いただけますと幸いです。

経験が長いほどマイナスの人が増えるが、利益も多い

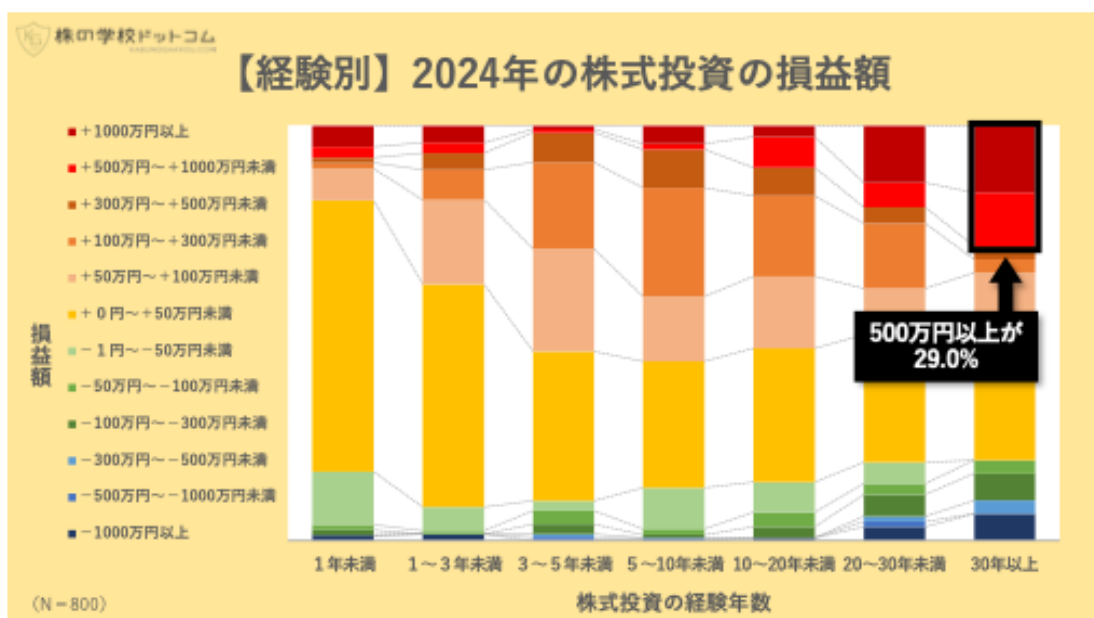
今回のアンケート調査に回答してくれた個人投資家800人の株式投資の経験年数は、最も多いのが「20～30年未満」の19.1%、次いで「10～20年未満」の18.6%、以下、年数が短くなるほど割合は減っていきませんが、「1年未満」の9.8%と「30年以上」の3.9%を除けば15%を超えており、おおむね均等に分かれています。



2024年の株式投資の最終的な損益（プラスかマイナスか）を経験年数別で分析したところ、「1～3年未満」の人では実に91.9%がプラスと回答しました。プラスの割合は経験年数が長くなるほど減っていき、「30年以上」の人では80.6%で、「1～3年未満」の人とは11ポイントもの差がありました。



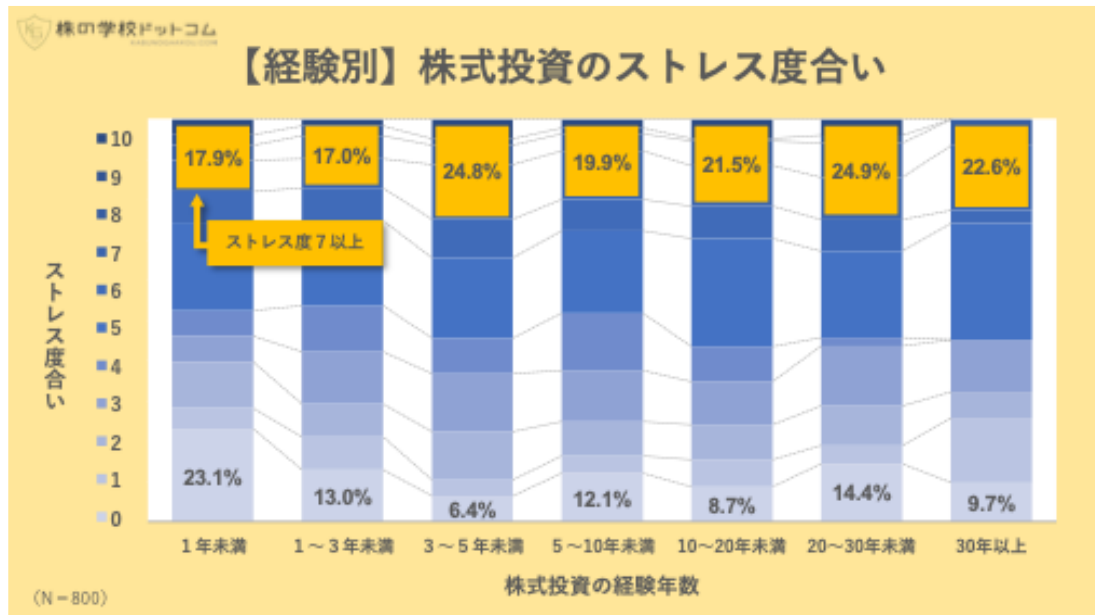
ただ、損益額を見ると少し様相が異なります。2024年の利益が「+1000万円以上」と回答した人の割合が最も高かったのは、経験年数が「30年以上」の人で16.1%でした。続いて「20～30年未満」の人では13.7%です。これに対して、「1～3年未満」の人で利益が「+1000万円以上」と回答したのは4.1%に留まりました。



経験年数が30年を超える人では、「+500万円～+1000万円未満」の12.9%とあわせて、約3割の人が年間利益500万円以上を達成していることがわかります。その一方で、多額の損失を出している人が多いのも「30年以上」の人たちで、「-1000万円以上」と回答した人は6.5%でした。

株式投資のストレスは経験年数には比例しない？

2024年の株式投資に対するストレスについて、「0（ストレスは全くない）」から「10（ストレスが極めて大きい）」までの数値で回答してもらったところ、「7」以上の比較的高いストレスだったと回答した人の割合は、経験年数「20～30年未満」の人が最も高く24.9%、続いて「3～5年未満」の人が24.8%でした。



ただ、どの経験年数でも20%前後の人が比較的高いストレスを感じており、経験を重ねてもストレスが大きく減るわけではないようです。その反面、ストレスが「0」だったと回答した人は「1年未満」の人の23.1%に対し、最も少なかった「3～5年未満」の人では6.4%と3倍以上の差が開きました。

初心者ながら「0」と回答した人たちは、なぜストレスを感じずに済んだのか。反対に「7」以上を選んだ経験者は、具体的にどんなことにストレスを感じていたのか。それぞれの理由について、実際の回答をいくつかご紹介します（カッコ内は年齢・説明／経験年数。一部表現を訂正しています）。

■ストレス「0」の理由

- 「投資歴が短いのでまだ特にストレスはない」（51歳・女性／1年未満）
- 「それほど多額の投資をしていないため」（54歳・女性／1年未満）
- 「相場が良く、マイナスになることも少なかったから」（49歳・女性／1年未満）
- 「含み損はあるものの、目的はあるし、それなりに楽しいから」（56歳・女性／1年未満）
- 「自分のスタイルで投資をして結果を残せているから」（34歳・女性／1～3年未満）
- 「マイナスがほとんどないから。長期運用するので、現在の株価はほとんど気にしていないから」（29歳・男性／1～3年未満）
- 「株式を絞り込んでおり損失が出ても利回りの得、あるいは配当がいい物を選んでる」（64歳・女性／1～3年未満）

■ストレス「7」以上の理由

- 「年の後半は予想が外れる事が多く、損益計算では損切りも多かった。通算ではなんとか+になった程度で苦戦させられた」（38歳・男性／10～20年未満）

「夏に投げ売りして大失敗した」(43歳・女性/10~20年未満)

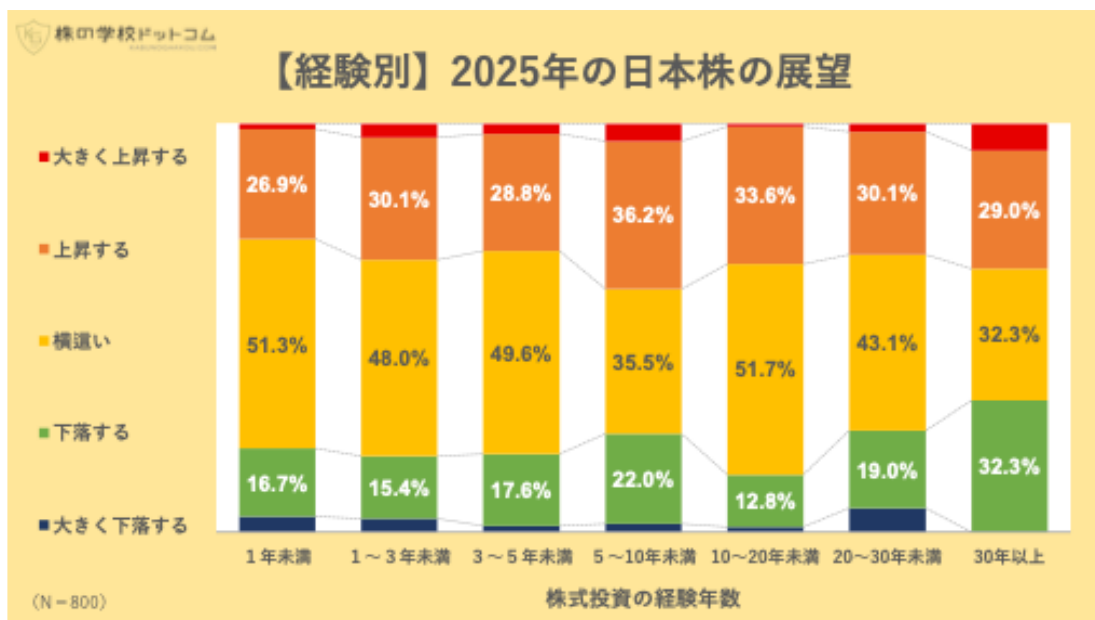
「利益が出ると買って買った株が思いも依らない価格になってショック」(58歳・女性/10~20年未満)

「毎日株価の変動があるので、それに応じて心が揺れ動くので。特に8月のような暴落ではその揺れ幅が大きくなるので、ストレスを感じてしまう」(60歳・男性/20~30年未満)

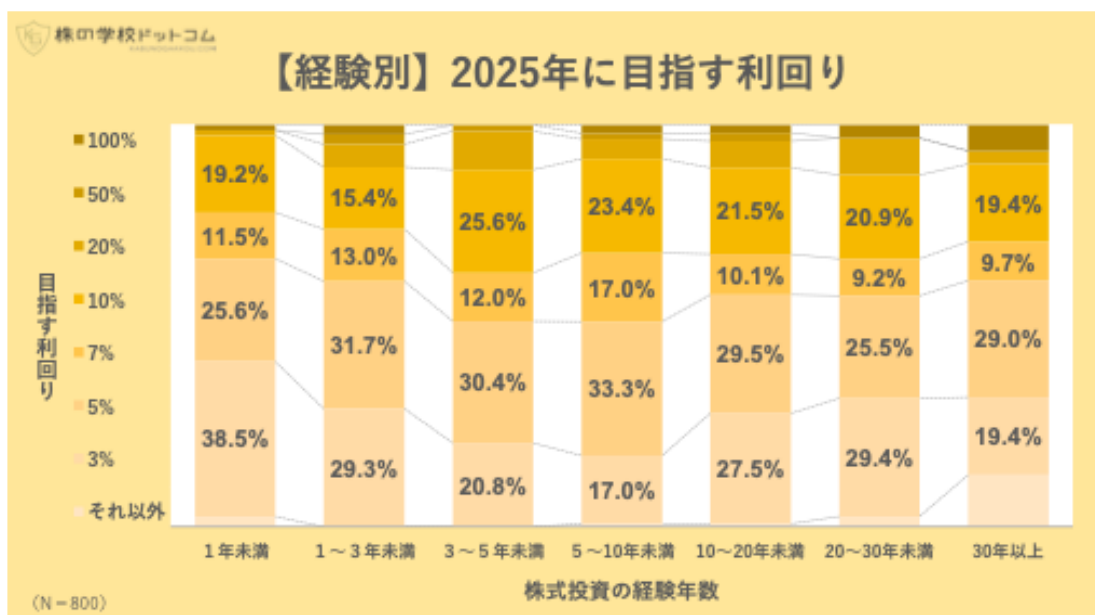
「バブル期の日経平均を上回っても保有している株式は全く上がらないどころか下がっているから。配当はあるものの、全体的に持っているのが苦痛に感じる」(58歳・女性/20~30年未満)

2025年の展望は「横這い」、目指す利回りは「3~5%」

2025年の日本株の展望については、経験年数の長さにかかわらず、「横這い」と回答した人が最も多い結果となりました。「上昇する」「大きく上昇する」という回答が多かったのは「5~10年未満」の人で40.5%。反対に、「下落する」「大きく下落する」が多いのは「30年以上」の人で32.3%でした。



そんな2025年の株式投資で、どんな利回りを目指しているのか。この質問に対する回答でも、経験年数による違いはあまり見られず、多くの方が「3%」「5%」と回答しています。その中で、経験が最も浅い「1年未満」の人は、「3%」という回答が38.5%と特に多くなっています。



経験者ほど損をし、初心者ほどストレスがない理由

一般的に、より多くの経験を積んだ人のほうが大きな成果を出しやすいと考えられます。株式投資においてもそれは当然あてはまりますが、その一方で、変化し続ける相場環境の影響を受けるのが株式投資の世界です。

今回のアンケート調査では、株式投資の経験年数が長くなるほど、2024年の株式投資で損失になってしまった人の割合が増える、という結果になりました。ストレス度合いを見ても、経験を積んだ人ほど高いストレスを感じていたのに対し、特に経験年数が「1年未満」の人では、リスクの少ない投資手法を選んだり投資額が小さかったりすることもあって、経験を積んだ人よりもストレスを感じずに済んでいる傾向にありました。

これは、日経平均株価がバブル期以来34年ぶりに史上最高値を更新して4万円台に突入したかと思えば、夏場に急落が起きて、年末にかけて再び4万円をうかがうという激しい展開を見せた2024年相場だからこその結果と言えるのかもしれませんが。経験者ほど、過去の記憶も踏まえてあれこれと動いた結果、かえって損失になった人も多く、初心者はリスクを減らして見守ったことで、うまく利益を取れた……という見方もできそうです。

ただし、経験の長い人ほど大きな利益を得ていることも、今回の調査からわかります。経験だけに頼らず、目の前の相場をしっかりと分析して対応できた経験者は、より大きな成功を手にしたのではないのでしょうか。実際、経験年数に限らず8割以上の人は損益がプラスになっており、多くの人が株式投資に成功した一年でした。

株式投資は、自分自身で資産を築いていくこともできる有効な手段です。変化し続ける相場と向き合って大きな利益を得るには知識と経験、そして学び続ける姿勢が必要ですが、誰にでも開かれた扉がそこにあることは確かです。株の学校ドットコムでは、株に取り組むすべての人が自分自身に合った投資方法を選び、適切なリスク管理を行いながら望む結果を得ることができるよう、今後もより良い情報提供に努めてまいります。

株の学校ドットコムについて <https://www.kabunogakkou.com>

2002年より、投資勉強会として投資・金融に関する各種セミナーを開催。2009年からは、オンライン形式の株式スクール「株の学校ドットコム」として、より幅広い層に向けた投資教育・情報発信を行っています。現役のトレーダーを講師に迎え、あくまで本質にこだわった講義が多くの支持を得ています。講座の受講者数は累計89万人を超え（2025年1月現在）、同種のサービスとして国内最大級の規模を誇っています。

■株の学校ドットコム金融教育研究所について

近年、国民のライフプラン多様化に伴う金融リテラシー向上が課題とされ、さまざまな金融教育が広がりつつあります。しかしながら、学習者が必ずしも適切な教育機関と出会えているとは言えない現状があります。そこで、株の学校ドットコムでは金融教育研究所を設立し、金融教育を必要とする学習者がライフステージとライフプランに合わせた適切な教育者に出会えることを目的とした調査・研究を行っています。

■トレジャープロモートについて

投資・トレード教育、企業経営・起業家教育に主軸を置いたコンテンツの企画・制作、それらを効率的かつ効果的に学習するためのシステム開発・運営、広く届けるためのメディア運営などを行っています。オンライン株式スクール「株の学校ドットコム」、株式投資・トレードの情報サイト「かぶまど」の運営のほか、脳科学の視点を取り入れて独自に開発したオンライン学習システム等の提供も行っています。

■会社概要

社 名：株式会社トレジャープロモート

本社所在地：東京都千代田区丸の内1-6-2 新丸の内センタービル21階

代 表 者：代表取締役社長 瀬川 丈

設立：2005年12月26日

電話番号：03-3216-7354（代）

資本金：5,000,000円

従業員数：23名（業務委託スタッフ含む）

事業内容：投資教育事業／セミナー開発事業／コンサルティング事業／メディア運営事業／
金融商品仲介業

ホームページ：<https://www.tpromote.com>

金融商品取引法等に係る表示

金融商品仲介業者

商号：株式会社トレジャープロモート

登録番号：関東財務局長（金仲）第581号

所属金融商品取引業者

商号：株式会社SBI証券（金融商品取引業者、商品先物取引業者）

登録番号：関東財務局長（金商）第44号

加入協会：日本証券業協会、一般社団法人金融先物取引業協会、一般社団法人第二種金融商品取引業協会、
一般社団法人日本STO協会、日本商品先物取引協会

報道関係者お問い合わせ先

株式会社トレジャープロモート 広報部

担当：磐木

メール：pr@tpromote.com

TEL：03-3216-7354

FAX：03-6685-7468