

緊急市場分析レポート

原油価格180ドル突破シナリオ：

日本の株式・為替・国債市場への影響と歴史的考察

作成日：2026年3月20日

イラン・ホルムズ海峡危機に対応した緊急分析

第1章 現状と背景

1.1 イラン情勢と原油価格の急騰

2026年2月28日、米国とイスラエルはイランに対する大規模な軍事攻撃を実施した。これを受け、イランはペルシャ湾岸の海上輸送の大動脈であるホルムズ海峡を事実上封鎖状態に追い込んだ。世界の原油供給の約2割（日量約1,650万バレル）が通過するこの海峡の機能停止は、国際エネルギー市場に甚大な衝撃をもたらしている。

攻撃直前（2026年2月27日）にはブレント原油が1バレル73ドル前後であったものが、3月1日には78ドルへ急騰。その後もエネルギー施設への攻撃が連鎖し、3月18日時点でニューヨーク原油（WTI）は再び100ドルを超えた。ウォール・ストリート・ジャーナル（WSJ）は、サウジアラビアの石油当局者が「供給混乱が4月下旬まで続いた場合、原油が1バレル180ドルを突破する可能性がある」と予測していると報じている。

1.2 ホルムズ海峡封鎖の構造的影響

ホルムズ海峡は、サウジアラビア、イラク、クウェート、UAE、イランなどの産油国からアジア・欧州向けに原油を輸送する最重要ルートである。封鎖が続く中、代替ルートの確保が急務となっている。

代替ルート	輸送能力	課題
サウジ東西パイプライン（ヤンブー経由）	日量500万バレル	通常輸出量の半分以下しかカバーできない
UAE迂回パイプライン（フジャイラ経由）	日量150～180万バレル	能力が極めて限定的
カタールLNG	代替ルートなし	LNGは液体パイプが存在せず輸出停止リスク高
スエズ運河・喜望峰迂回	タンカー不足・運賃急騰	輸送コスト2～3倍、時間も大幅増加

サウジアラビアは既に紅海経由の迂回輸出を増加させているが、3月初旬時点で日量250万バレルにとどまり、通常時の輸出量の半数にも満たない。さらに、サウジ、UAE、クウェート、イラクは貯蔵能力の限界から石油生産の削減に着手した。

第2章 過去の原油高・地政学的危機と日本金融市場

2.1 歴史的事例の比較

原油価格の急騰が日本の金融市場に与える影響を正確に評価するには、過去の類似事例との比較が不可欠である。以下に主要な危機局面を整理する。

年代・事件	原油価格変化	日経平均	ドル円	長期金利
1973年 第1次石油危機 (中東戦争)	約4倍 (約3→12 ドル)	▲40%以上 (年間)	固定相場崩壊 →変動制	急上昇 (インフ レ)
1979年 第2次石油危機 (イラン革命)	約2.5倍 (13→34 ドル)	一時大幅安後 に回復	円安進行	上昇圧力
1990年 湾岸戦争 (イラク のクウェート侵攻)	約2倍 (16→36 ドル)	▲25% (バブ ル崩壊と重 複)	円安方向	上昇
2008年 原油価格最高値	147ドル (過去最 高値)	リーマン後に ▲50%超	108→90円台 (円高)	低下 (景気悪化 懸念)
2022年 ロシアのウクライ ナ侵略	約130ドル (ピー ク)	一時急落後に 回復	130→150円台 (円安)	0.25%上限で日銀 防衛
2026年 イラン危機 (現在 進行中)	73→100ドル超 (進行中)	下落傾向	157～160円台	上昇圧力 (日銀 据え置き)

2.2 第1次・第2次石油危機 (1973年、1979年)

日本経済が最も深刻な打撃を受けたのが第1次石油危機である。1973年10月の第4次中東戦争 (ヨム・キプール戦争) をきっかけにアラブ産油国がOAPEC石油禁輸を実施。原油価格は約4倍に跳ね上がり、日本では「狂乱物価」と呼ばれる激しいインフレが発生した。消費者物価は1974年に前年比約20%上昇し、実質GDPは戦後初のマイナス成長を記録した。

第2次石油危機 (1979年) では、イラン革命とイラン・イラク戦争による供給不安が重なり、原油が再び急騰。日本は第1次危機の教訓から省エネルギー化と石油備蓄制度を整備しており、ダメージは相対的に軽減されたものの、インフレ圧力と金融引き締めによる景気減速は免れなかった。

2.3 2008年原油高騰と金融危機

2008年夏に原油は過去最高値となる1バレル147ドルを記録した。当時の日本株式市場は既にサブプライム問題を抱えており、その後のリーマン・ショックと重なって日経平均は最大50%以上下落した。為替は当初ドル高傾向だったが、リスクオフによる円買いが加速し、一時1ドル76円台まで円高が進行した。

2.4 2022年ウクライナ危機

ロシアによるウクライナ侵略は、エネルギー価格を急騰させた。LNG価格のみならず原油価格も1バレル130ドル台へ急上昇。日本では円安（1ドル150円超）と輸入インフレが同時進行するという異例の状況となった。日銀はイールドカーブコントロール（YCC）を維持して国債金利の上昇を抑制したが、それが円安をさらに加速させる構図となった。

第3章 原油180ドル突破シナリオ：日本金融市場への影響分析

3.1 マクロ経済への基本的影響

原油価格が1バレル180ドルに達した場合、日本経済への打撃は2008年の水準を大きく超える。大和総研の試算によれば、原油が150ドルまで上昇するだけで日本の実質GDPを年間約0.8%押し下げる効果がある。180ドルシナリオでは、その影響はさらに拡大し、スタグフレーション（景気停滞＋インフレ）リスクが現実のものとなる可能性が高い。

日本は原油輸入の94%を中東に依存しており（2025年貿易統計）、そのタンカーの約8割がホルムズ海峡を通過していた。海峡封鎖が長期化すれば、代替ルートの輸送コスト増加と供給量不足が日本経済に直撃する。

3.2 株式市場への影響

3.2.1 日経平均・主要指数

原油180ドルシナリオでは、日本株式市場に対して複数の下押し圧力が同時に作用する。3月9日の時点でも、エネルギー価格の高騰により日経平均株価が1カ月ぶりの低水準へ下落しており、消費関連銘柄と金融株がともに売られた。

業種・分野	想定される影響	影響度
航空・運輸	燃料費急騰→大幅赤字、株価急落リスク	極めて大
素材・化学	ナフサ・原料コスト上昇→収益圧迫	大
電力・ガス（LNG発電）	燃料費上昇→料金転嫁困難、業績悪化	大
自動車	製造コスト上昇＋消費マインド冷え込み	中～大
小売・食品	物流・包装コスト上昇→利益率低下	中～大
石油・エネルギー	売上増加の恩恵、株価上昇要因	プラス（逆行高）
防衛・重工業	地政学的リスクによる需要増	プラス

全体として日経平均は、現行水準（2026年3月時点で約53,000円台）から15～30%の下落リスクがあると見込まれる。ただし、過去の石油危機後のパターンでは、供給不安が解消された際

に急反発する場面も多く、ボラティリティの高い展開が続くと予測される。

3.2.2 外国人投資家の動向

地政学的リスクが高まると、外国人投資家は新興国・資源輸入国の株式を売却してリスク回避行動をとる傾向がある。日本は資源輸入国の典型であり、TOPIX・日経平均ともに売り圧力に晒される。一方で円安が進行するケースでは、ドル建てで見た日本株の割安感が売りを一定程度抑制することもある。

3.3 為替市場への影響

3.3.1 円安圧力の構造

原油価格の高騰は、日本の貿易収支を著しく悪化させる。エネルギー輸入コストが膨らむことで経常収支が悪化し、円安圧力が増大する。すでに2026年3月18日の米国市場では、原油価格上昇を受けてドル円が1ドル160円に接近した。180ドルシナリオが現実化すれば、さらなる円安進行は避けられない。

シナリオ	想定ドル円レート	主な要因
原油100～120ドル（現状）	157～165円	貿易赤字拡大、日米金利差
原油120～150ドル	165～175円	エネルギー輸入コスト激増、リスクオフ
原油150～180ドル以上	175～190円以上の可能性	経常収支大幅悪化、円売り加速

3.3.2 円安のジレンマ：輸出企業 vs 輸入コスト

円安は輸出企業（自動車・電機）の業績にはプラスに働くが、原油価格の高騰という要因を考えると、製造コストの上昇が円安メリットを打ち消す可能性が高い。大和総研の試算では、1ドル165円を超える円安が継続した場合、インフレ率の非線形的な上昇（企業の積極的な価格転嫁）が見られるとされる。180ドル+175円超の円安が重なれば、輸入物価の急騰が家計を直撃し、消費の急速な冷え込みを招く。

3.3.3 中東産油国通貨との動向

原油高騰はサウジアラビアなど産油国にとって収入増となる一方、日本経済には大幅な所得移転（購買力の流出）をもたらす。過去の事例では、オイルマネーが米ドル資産や欧米株式に還

流し、日本円は売られやすい構造となった。現在のイラン危機でも同様のメカニズムが働いており、円の下落基調が続く可能性が高い。

3.4 国債市場への影響

3.4.1 インフレと金利上昇圧力

原油180ドルシナリオの最大のリスクの一つが、日本国債市場への打撃である。原油高騰はインフレ（物価上昇）圧力を高め、日本銀行（日銀）の金融政策に対する市場の見方を大きく左右する。3月19日の日銀金融政策決定会合では政策金利は据え置かれたが、植田総裁は「原油価格上昇に伴うリスクシナリオが新たに登場してきた」と述べており、将来的な利上げの可能性は否定できない。

金利が上昇すると既発国債の価格は下落し、国債の含み損が拡大する。日本の金融機関（銀行・生命保険）は大量の国債を保有しており、金利急騰は金融システム全体の不安定化につながりかねない。

局面	長期金利（10年債）	市場・経済への影響
現状（2026年3月）	1.5～1.7%程度	日銀による据え置き決定、インフレ懸念台頭
原油150ドル到達	2.0～2.5%	日銀利上げ圧力増大、国債価格下落
原油180ドル突破	2.5～3.5%以上の可能性	国債暴落・金融機関の含み損急増、財政悪化懸念
最悪シナリオ（財政不安）	4.0%超	1997年・2003年の「VaRショック」類似の事態

3.4.2 財政面の悪化

原油高騰は政府の財政にも深刻な影響を与える。エネルギー関連の補助金（電気・ガス代補助）の再発動が必要となる可能性が高く、財政出動が拡大すれば国債増発懸念が高まり、さらに長期金利を押し上げる悪循環を招く。日本の財政は既にGDP比260%超という世界最大水準の債務を抱えており、市場の信認低下リスクは軽視できない。

3.4.3 日銀の政策ジレンマ

日銀は景気悪化（デフレ圧力）とインフレ（コストプッシュ型）の両面リスクに同時に直面するという、政策上の「ジレンマ」に陥る。利上げを行えば景気をさらに冷やし、利下げや緩和

継続を選べばインフレと円安が加速する。2022年のYCC維持が招いた円安の教訓が繰り返されるリスクがある。

第4章 シナリオ別まとめと市場見通し

4.1 3つのシナリオ比較

指標	シナリオA：早期収束 (80～90ドル)	シナリオB：中期化 (100～130ドル)	シナリオC：長期化 180ドル超
想定	4月前半に和平・解除	封鎖4～6週間継続	4月下旬以降も継続
日経平均	現状維持～小幅下落	▲10～20%	▲25～40%以上
ドル円	155～160円	160～170円	175～190円超
長期金利（10年債）	1.5～1.8%	1.8～2.5%	2.5～3.5%超
CPI（消費者物価）	+3～4%	+5～7%	+8～12%以上
日銀対応	現状維持	利上げ検討開始	緊急対応・政策混乱リスク
景気への影響	軽微	実質GDP▲0.5～1%	実質GDP▲2～3%以上

4.2 特に注意すべきリスク要因

- LNG供給の停止リスク：カタールは世界最大級のLNG輸出国であり、中東紛争の拡大によるLNG供給途絶は電力・ガス料金の急騰を招く。
- 運賃・保険料の高騰：迂回ルートの利用拡大により、タンカー運賃は平時の2～3倍以上に高騰している。これは輸入コストの更なる上昇要因となる。
- 金融機関の国債含み損：長期金利の急上昇は、地方銀行や生命保険会社が保有する大量の国債に巨額の含み損をもたらす可能性がある。
- 家計・中小企業の圧迫：電気・ガス・ガソリン・食料品価格の同時上昇は実質賃金を押し下げ、個人消費を急速に冷え込ませる。
- 政府の財政出動拡大：エネルギー補助金の再発動が国債増発につながれば、財政への市場の信認が低下するリスクがある。

4.3 投資家・企業への示唆

過去の石油危機の教訓を踏まえると、原油180ドルシナリオにおいては以下の対応が求められる。

対象	リスクヘッジ策	注目点
機関投資家	エネルギー株・商品ファンドへの分散、デューレーション短縮	原油・金・防衛関連株
輸入企業	為替ヘッジの積極活用、エネルギー調達先の多様化	ドル買い予約の前倒し
輸出企業	円安メリットの確保一方でコスト管理徹底	自動車・精密機器
家計・個人投資家	インフレヘッジ（金・REIT・物価連動債）	生活必需品の価格動向
政策当局	備蓄石油の放出、エネルギー補助金の再検討	日米協調の原油価格対策

第5章 結論と総括

本レポートで分析した通り、原油が1バレル180ドルを突破するシナリオが現実化した場合、日本の金融市場は歴史的規模の複合的ショックに直面することになる。以下に主要な結論を整理する。

5.1 日本市場への総合的影響

- 株式市場：エネルギーコスト上昇による企業収益の悪化と消費マインドの冷え込みにより、日経平均は25～40%以上の下落リスクがある。特に運輸・素材・小売・食品セクターへの打撃が大きい一方、エネルギー・防衛関連株は逆行高の可能性はある。
- 為替市場：貿易収支の大幅悪化と円売り圧力から、ドル円は175～190円超の円安進行リスクがある。円安がさらに輸入インフレを増幅させ、悪循環を招く恐れがある。
- 国債市場：インフレ高進による利上げ圧力と財政悪化懸念から、10年国債利回りは2.5～3.5%以上へ急上昇するリスクがある。これは金融機関の国債含み損急増と金融システムへの打撃をもたらす可能性がある。

5.2 歴史的比較からの教訓

1973年の第1次石油危機、2008年の原油高騰、2022年のウクライナ危機のいずれにおいても、資源輸入国の日本は深刻な経済的打撃を受けた。今回のイラン危機は、①ホルムズ海峡という世界最大規模の輸送ルートの実質的閉鎖、②LNG供給の同時リスク、③既に円安・インフレ基調が続く状況での発生という点で、過去のいかなる石油危機よりも深刻なリスクを内包している。

サウジアラビアが迂回ルートの整備を進めており、米国もホルムズ海峡開放への関与を示唆していることから、最悪シナリオを回避できる可能性も残されている。しかし市場参加者は、180ドルシナリオが「テールリスク」ではなく「現実的なリスク」として浮上していることを真剣に受け止め、ポートフォリオの見直しとリスク管理の強化を急ぐべき時期を迎えている。

【注記】 本レポートに含まれる市場予測数値はあくまでシナリオ分析であり、投資の勧誘を目的とするものではありません。実際の投資判断は専門家への相談のうえ、ご自身の責任で行ってください。情報は2026年3月20日時点のものに基づきます。