

家賃高すぎ。 何とかしろ!

RENT

主催：住まいの貧困ネットワーク×首都圏青年ユニオン協賛：東京地方労働組合評議会、国民の住まいを守る全国連絡会

2026.3 / Sat
14

時間 14:00～15:00

場所 新宿駅東口

集合 13:45に集合

方法 サウンドデモ

スピーチ① 和田 静香 さん

1965年生まれ。音楽評論家・作詞家の湯川れい子氏のアシスタントを経て、フリーの音楽ライターに。2021年、『時給はいつも最低賃金、これって私のせいですか？国会議員に聞いてみた。』『選挙活動、ピラ配りからやってみた。』が、政治ジャンルとしては異例のヒット。23年、『50代で一足遅れてフェミニズムを知った私がひとりで安心して暮らしていくために考えた身近な政治のこと』刊行。

スピーチ② 稲葉 剛 さん

一般社団法人つくろい東京ファンド代表理事、認定NPO法人ビッグイシュー基金共同代表、立教大学大学院社会デザイン研究科客員教授、住まいの貧困に取り組むネットワーク世話人、生活保護問題対策全国会議幹事、いのちのとりで裁判全国アクション共同代表、ホームレス問題の授業づくり全国ネット理事

①家賃に関する要求

住宅扶助
住居確保給付金
の引き上げ

特に急騰する
東京都の
家賃補助

家賃ブレーキ制度
を導入して
コントロール

②住まいの権利のための要求

公営住宅の
新築、建て替え
質向上

性、障害、国籍等
属性を理由にした
入居差別禁止

保証人がいなく
ても入居できる
公的保証制度

3月14日のデモに向けて、記者会見を予定しています。記者会見では、家賃の高騰に困っている、家賃が高いから引っ越せない、本当はもっといいところに住みたい、大事な住宅の機能であきらめているものがあるなど、生の声を集めます。



上記政策を求める署名

家賃、住まいのアンケート



家賃高すぎ。なんとかしろ！——暮らし続けられる住宅政策への転換を

最近、いくらなんでもちょっと「家賃が高すぎる」と思いませんか？ ただでさえ物価が上がっていてやりくりするのが大変なのに、一体どうなっているのでしょうか？

特に東京に住んでいると、そのことを強く感じます。実際どれくらい高くなっているのかを調べてみると、東京23区の単身者向けの平均額は2025年5月にはじめて10万円を超えて、11月の時点で約10万4594円に。カップル向けでは17万337円、家族向けは24万8032円(共に2025年9月時点)となっているそうです。これは可処分所得(自由に使える手取り収入のこと)の3割を超える水準です。高い税金や社会保険料を支払って、そのあと更に家賃で3割も取られてしまえば、物価上昇が続く中でどんどん生活が苦しくなっていると感じるのも無理のないことではないでしょうか。

住宅価格も高騰しています。新築マンションは東京23区で平均1億1181万円、首都圏での平均は7820万円となっています。また、2023年に東京23区では初めて1億円を突破したのですが、これは平均年収の約18倍、神奈川でも約13倍になるそうです。ちょっと買える気がしませんよね。この高騰の背景には富裕層や法人による投資のための購買や短期売買があることが分かります。

また、東京だけでなく全国の都市でも、郊外においても、更には中古住宅においても住宅費があがっているとされています。日本中どこもかしこも家賃や住宅価格が上がり続けているのです。

なぜそうなっているのでしょうか？ SNSやYouTubeなどで言われているような「日本にくる外国人が増えすぎて、日本人が住む場所を奪っているから」でしょうか？ それとも「外国人投資家がマンションを買い漁っているから」なのでしょうか？

日本における外国人居住者が増えている理由を調べてみると、日本の労働力不足を補うために、政府が多くの外国人労働者を受け入れてきたことが分かります。その多くは製造業や建設業、小売業や飲食業、介護など、私たちの生活に直結する仕事に従事しており、技能実習制度により最低賃金すれすれの金額で働いている方も少なくありません。もしそんな外国人労働者のみなさんがいなくなってしまうたら、現在の私たちの生活様式はたちまち立ち行かなくなってしまうことは想像に難くありません。加えて、外国人居住者が増えたせいで家賃が上がっているというデータも見つかりませんでした。

外国人投資家によるマンションへの投資についてはどうでしょうか？ これもデータを調べてみると、大きな割合を占めているとは言えないようです。外国人・日本人関係なく、マンションを投資の対象とすること自体が価格上昇を引き起こしていることは確かなのですが、調べてみると実はこれは、そもそも日本政府が呼び込んだ事態だということが分かります。

どうやら外国人に責任を押し付けたところで、この問題は解決しないようです。

では、どうしたらいいのでしょうか？ 家賃や住宅価格は家主や売主が決めることだから、あきらめるしかないのでしょうか？

私たちはそうは考えていません。なぜなら国や自治体、つまり「政治」に働きかけることで実現できることがあるからです。たとえば海外に目を向けてみると、ドイツでは家賃高騰に業を煮やした市民による大規模デモが発生したことを契機に、家賃高騰を抑制するための家賃ブレーキ法ができました。いま注目を集めているニューヨーク市長に当選したマムダニ氏は、家賃上昇の凍結を訴えています。家賃を下げてほしい、安心して住み続けられるようにしてほしいという願いは、単なるエゴイズムではなく、「住まいは人権」であることを掲げて求める、大きな声に連なるものです。

そして家賃を引き上げないこと/引き下げることに同時に、生計費原則に基づく最低賃金の引き上げや、私たちの賃金をもっと引き上げるための施策を求めていく必要があります。

私たちは、改めて、あらゆる属性を超えて住まいを確保することができ、安心して住み続けられる住宅政策を求めます。誰もが差別されることも・差別することもなく生活していける社会の実現のため、以下の項目を緊急に要求します。

【緊急要求項目】

1. 家賃に関連する要求

- ・住宅扶助および住居確保給付金の給付額を引き上げて、家賃の実費保障ができるようにしてください。
 - ・とくに東京都は、急騰する家賃の状況を鑑み、独自に家賃補助を実施してください。
- ・家賃ブレーキ制度(定められた上限額を超えての家賃の引き上げ禁止)を導入し、家賃の値上げをコントロールしてください。
 - ・住居確保給付金の給付要件を緩和し、求職中以外の人でも使えるようにしてください。

2. 誰もが安心して住まいを見つけ、住み続けられるようにするための要求

- ・公営住宅の新築および建て替えによって、公営住宅を増やし、住宅の質を上げてください。
- ・性別や性的指向、年齢、障害、国籍などの属性を理由とした入居差別を禁止してください。
- ・保証人がいないことによって入居拒否をされないよう、公的保証制度を創設してください。

家賃高すぎ。なんとかしろ！デモ実行委員会