降准和降息的区别主要有以下几点：

一、降准和降息实施的主体不同

降准的操作主体是人民银行。
人民银行为了防止商业银行乱花钱，不至于影响到储户取款，规定，凡是吸收存款的商业银行，要按一定比例交给自己存款准备金。

例如，某商业银行本月末的存款余额是100万元，如果存款准备金的比例是10%，那么，商业银行要拿出其中的10万元，交给人民银行保管。

这和妈妈让儿子每月上交一定的工资保管是一样的道理。

如果存款准备金率从10%降至5%，则存款余额同样是100万，需要上交保证金5万。这就是降准。

降息的操作主体是商业银行。

是商业银行向自己的客户降低利率。例如，以前一年期存款利率是1.95%，现在是1.65%，这就是降息。

二、降准和降息实施的对象不一样

降准实施的对象是商业银行。如上面第一条所说，是人民银行给商业银行降低上交存款的比例。

降准的实施对象是商业银行。但是降息的对象是在商业银行开户办理业务的对公、对私客户。

三、降准和降息影响市场的方式不一样

降准影响资金市场的方式是释放更多的流动性，也就是向市场投放更多的钱。这是间接起的作用。

因为商业银行本来需要上交给人民银行的资金，现在不用交那么多，省下来的钱就

会投向市场，去为更多的客户办理贷款，市场有钱了，流动性增加。

而降息是直接降低利率，市场上的资金总量还是这些，并没有增加。

四、降准和降息的影响范围不一样

降准直接影响商业银行，间接影响到商业银行的客户。首先让商业银行有更多的钱可花。至于商业银行把这些钱花到哪里，只能引导，并不能强制要求。

商业银行对降准很敏感，但相对于商业银行的客户来说，商业银行群体很小，降准影响范围有限。

如果降息，则影响范围是非常大的。因为商业银行的客户群体非常广泛。这也是为什么降准常见，而降息不常见的原因。