



せ か い

しょく りょう

# 世界の食料





| タイトル                                                                                                            | ページ                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  食料問題の現状をのぞいてみよう! . . . . . |  1   |
| 2.  こうも違うの? 途上国と先進国 . . . . .  |  3   |
| 3.  食べ物の値段が上がっているのはなぜ? . . .   |  5   |
| 4.  世界の取り組みを見てみよう! . . . . . |  7 |
| 5.  日本みんなができること . . . . .    |  9 |

## はじめに

私たちJICA（ジャイカ）は、全ての人々が幸せに暮らせるようになるために、世界中で活動をしています。そして、私たちJICAが日々直面している世界の現状や問題について、皆さんにも知ってもらいたいと思い、この小冊子を作成しました。

世界では、8億 2800万人の人々が飢えに苦しんでいます。一方、日本では、食べられるにもかかわらず捨てられている食品（食品ロス）は、522万トンにもなります。

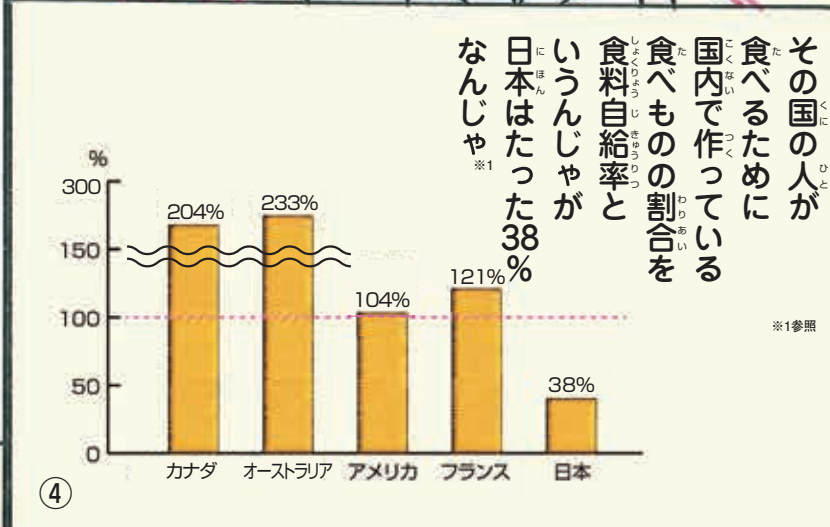
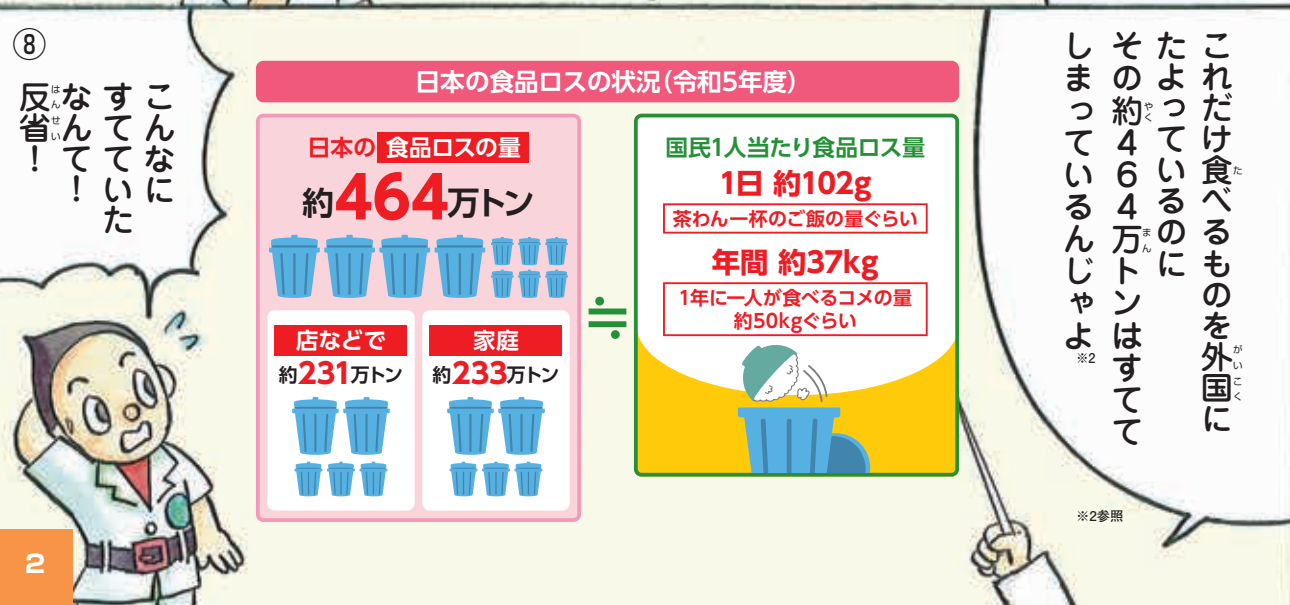
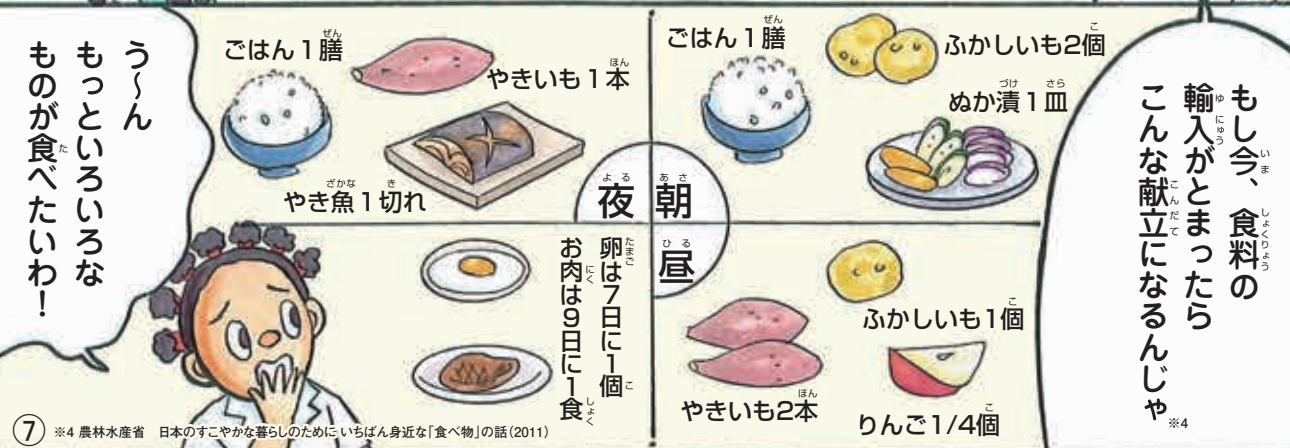
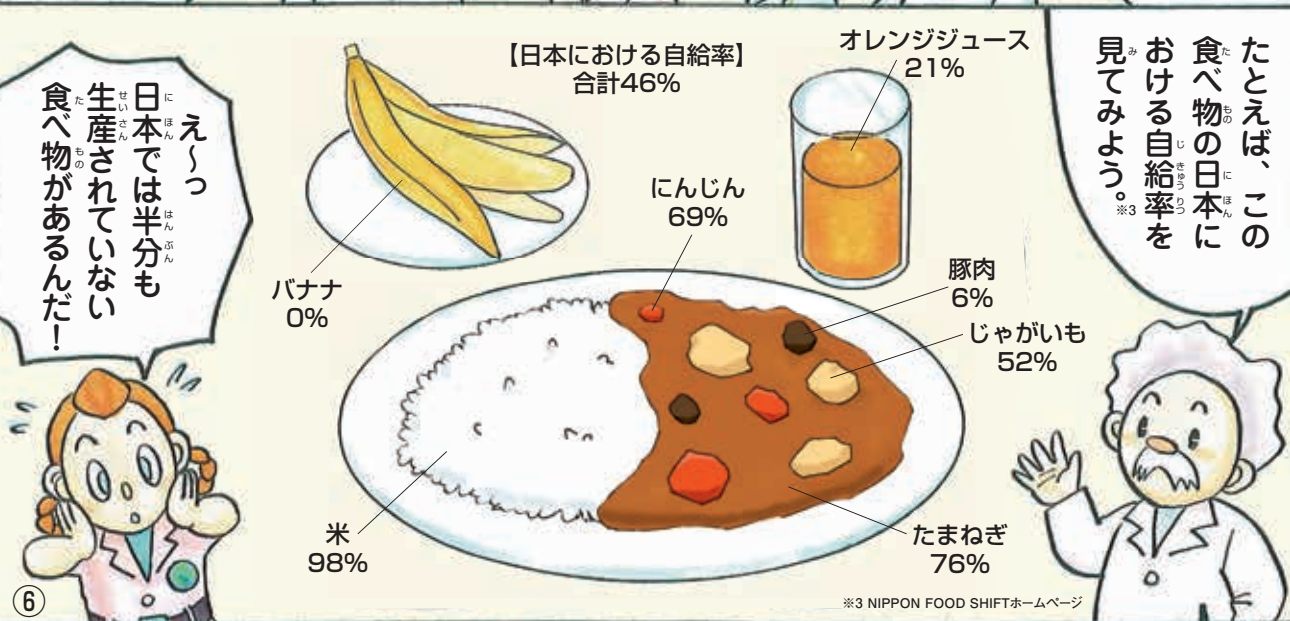
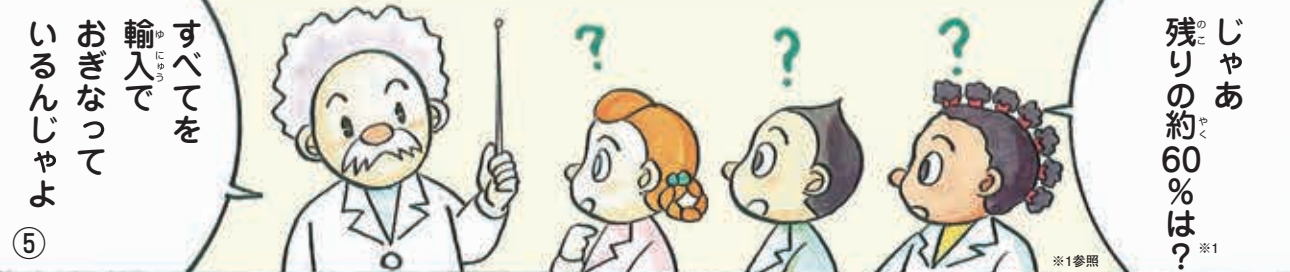
食べ過ぎやメタボリックシンドロームに悩んでいる人もいます。

スーパーに行けば、毎日様々な食品が手に入りますが、中には食料不足に苦しむ人々の住む国から来ている食材も少なくありません。私たちの食卓は、知らず知らずのうちに世界に支えられているのです。

この小冊子を通じて、同じ地球の上で起こっていることを知り、また、皆さんと世界とはつながっていることを感じていただければと思っています。また、皆さんが「自分にできることはないかな？」と考えるきっかけとなればうれしいです。

JICA地球ひろば所長





# 食料問題の現状をのぞいてみよう！

日本の食料自給率は38% (カロリーベース)ととても低い状態です。私たちの食卓に並ぶ多くの食料品は外国からの輸入です。しかし、年間約464万トン(家庭233万トン・飲食店や食料販売店など231万トン)の食料が食べられるにもかかわらず捨てられているのです。

※1 農林水産省 令和4年度 食料自給率・食料自給力指標について

※2 農林水産省ホームページ「令和5年度 日本の食品ロスの状況」

## 世界と食べ物について知ろう！

### 1 日本食から世界を見てみよう

日本で古くから食べられてきた「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。中でも寿司など、魚介類を使った料理は、日本人だけではなく、外国人にも人気があります。

しかし、魚介類の自給率は、49%と半分にも達していません。外国からの輸入に頼っています。例えば、皆さんが大好きなエビは、どの国から輸入しているのでしょうか。

- 1位 ベトナム
- 2位 インド
- 3位 インドネシア

魚介類だけではなく、お店で食品を買うときは、その食材の生産地を見てみましょう。いろいろな国が探せるかもしれませんね！

● UNESCO HP

● 水産庁HP



# こうも違うの？ 途上国と先進国

日本を含め先進国では、高カロリーでバランスの悪い食事などが原因で生活習慣病になりやすい人が増えています。一方、世界には栄養不足の人が約7億5700万人もいると言われ、その日の食事も満足にとれず、飢えに苦しむ人々が大勢いるのです。

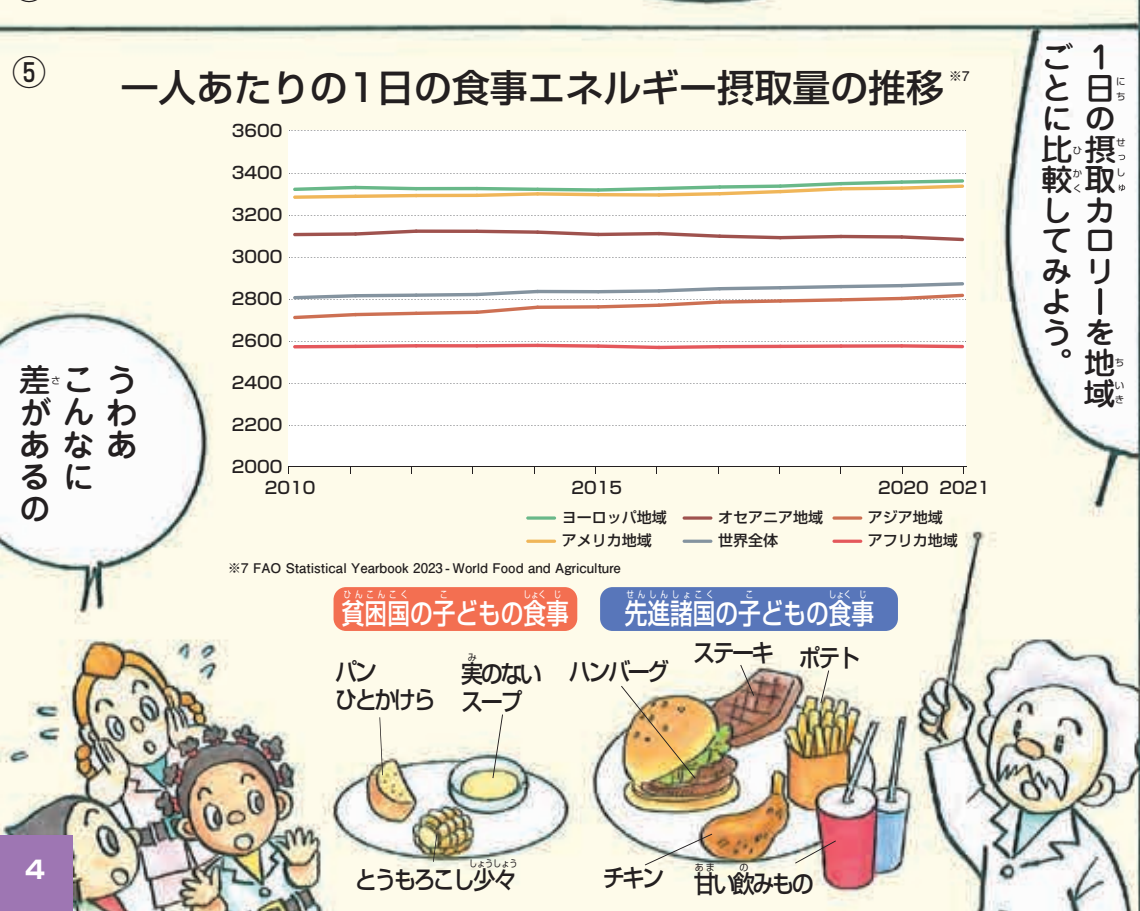
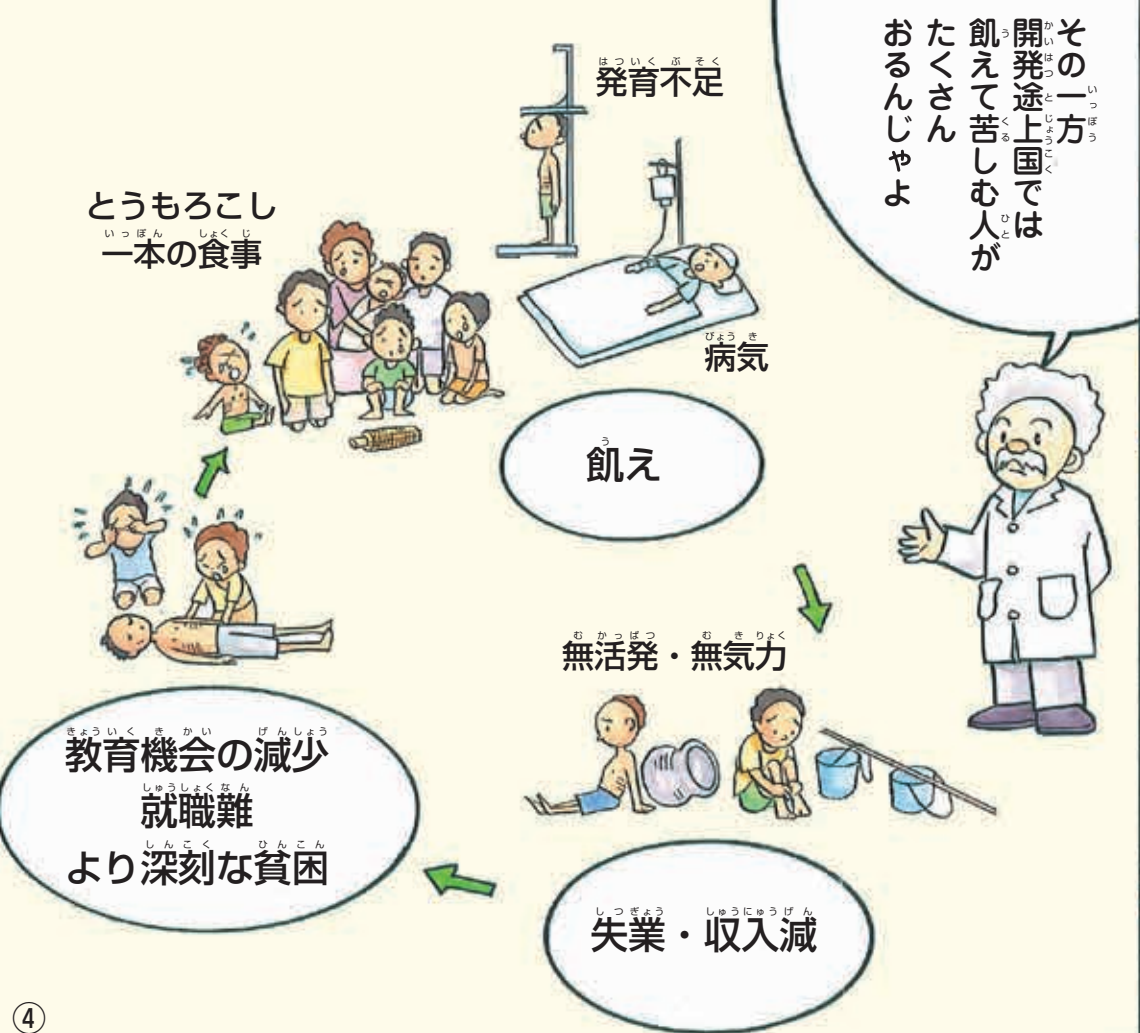
※5 UN「世界の食料安全保障と栄養の現状(SOFI)」報告書(2023)



米、畜産物、油脂類の1人・1年あたりの消費量※6

|     | 1965年   | 1985年  | 2005年  | 2021年  |
|-----|---------|--------|--------|--------|
| 米   | 111.7kg | 74.6kg | 61.4kg | 51.5kg |
| 肉類  | 9.2kg   | 22.9kg | 28.5kg | 34.0kg |
| 油脂類 | 6.3kg   | 14.0kg | 14.6kg | 13.9kg |

※6 農林水産省「知ってる?日本の食料事情2022～食料自給率・食料自給力と食料安全保障～」(2022)



## 世界と食べ物について知ろう！

### 2 世界の現状を知ろう

世界で飢えに苦しんでいる人の数は、約8億人で、日本の人口の約6倍もいます。2021年、アフリカでは、5人に1人(人口の20.2%)が飢餓に直面していました。その一方で、アジアは9.1%、ラテンアメリカ・カリブ海諸国は8.6%、オセアニアは5.8%、北米・ヨーロッパは2.5%以下でした。また、栄養不足の人の数については、2019年から2020年にかけて、アフリカ、アジア、ラテンアメリカ・カリブ海諸国の多くで増加していました。

※9 JAICA 世界の食料不安の現状 2022年報告(2022)



# 食べ物の値段が上がっているのはなぜ？

いま、さまざまな原因が重なって、世界の食料価格が急激に上がっています。これにより食料を輸入に頼ってきた貧しい国では、輸入が困難になり、栄養不足や飢えに苦しむ人々が急増しています。一方、必要以上の食料を輸入する豊かな国があるのが現状です。

## ちよこつとこらむ 世界と食べ物について知ろう！

### 3 世界の主食はなんだろう？

主食とは、人々のエネルギーの大部分を供給する食物のことです。世界には、50,000種以上の食用植物がありますが、その中でも、米、トウモロコシ、小麦の3つは、40億人以上の人々の主食として欠かせないものとなっています。日本をはじめ、アジアでは、米がよく栽培され食べられています。開発途上国においては、イモや雑穀類等も主食としてよく栽培され、重要な栄養源となっています。

① FAO HP (2024)

食料不足の国はどうして日本みたいに外国から食料を買わないの？

さまざまな原因が重なって貧しい国では買えないほど食料の値段が上がってしまったんじゃないや

さまざまな原因って？

これからくわしく見てみよう

そのほかにも人口増加や

※貧しい国ほど人口が増加している



異常気象による不作



⑥

値上がりする食品価格 ※9

|                  | 2021年 | 2022年 | 2023年 |
|------------------|-------|-------|-------|
| 小麦粉 (1kg)        | 274   | 324   | 339   |
| 豆腐 (100g)        | 23.2  | 24.8  | 26.4  |
| 卵 (10個1パック)      | 219   | 236   | 291   |
| 輸入牛肉 (100g冷蔵ロース) | 315   | 340   | 360   |

※9 農林水産省HP (2025)

穀物の国際的な価格は異常気象や紛争などの世界情勢によって激しく変化している



大きな原因の一つは中国やインドなど新興国の成長じゃ



先進国、新興国

先進国、新興国が輸入を続けると、世界全体の食料価格が上昇します



開発途上国の食料輸入がますます困難になります



食料輸入をしている先進国は自給率を上げることまた、開発途上国でも自国のために食料を多く生産することが必要なんじゃないや

無気力



発育不良

③

その原料であるトウモロコシやサトウキビの値段が高くなってしまった



また原油高や地球温暖化を背景にバイオ燃料が注目を集め



※8 バイオ燃料とは、主に植物をエネルギー原料とした燃料のこと

④



# 世界の取り組みを見てみよう!

国連をはじめ、世界の国際機関やNGOなどでは、世界中の全ての人に不足なく食料がいきわたるようさまざまな活動を行っています。WFP（国連世界食糧計画）では、食料不足にくわえ、教育を満足に受けられない子どもに対し60年以上に渡り、学校で給食を配る活動をしています。

※10 WFP HP (2025)

## 世界と食べ物について知ろう!

### 4 学校に行けない理由

日本では、6歳になると小学校に行きますね。しかし、後発開発途上国の平均では、学校に行けない男の子は約85%、女の子は約81%もいて、世界で約7,100万人もの子供たちが教育を受けることができていません。

世界には、おなかをすかせたまま学校に通い、授業に集中できない子供たちが大勢います。学校で給食があれば、子どもたちの栄養や健康が改善されます。また、おうちの人が子どもを学校に通わせようという気持ちになります。

⑥ 世界子供白書 (2023)  
⑩ WFP HP (2025)

今日は食料難で困っている国の人のための国連の取り組みを見てみよう



学校で食料が配られれば子どもの栄養状態も改善し家計も助かるので親も子どもに学校へ行かせることを認めるようになるんじやよ

また国連にはFAO（国連食糧農業機関）といつて世界中の人が栄養があつて安全な食へものを手にする事ができるように活動している機関もあるんじや

## FAOの活動

### 「知識や技術を現場に提供」

害虫への対応のしかた、緊急復興支援、食品加工の開発など世界の人たちが食料を生産できるよう支援しています。

### 「国際的なガイドライン」

世界の農林水産品を各国が公平に分かち合えるよう、国際的なルールを作ります。

### 「各国が話し合う場を提供」

世界食料サミット、シンポジウムやセミナーなどを行い、世界レベルで農林水産業の問題や政策を話し合っています。

世界中のみんなで頑張っているんだね





# 日本にみんなが できること

日本は、世界の食糧問題の解決に向けて、JICA（ジャイカ）を通じて農業や食料の支援を行っています。私たちも地元で生産された食材や季節に合った食べ物を選ぶこと、そして、食べ残さず、食料を買いすぎないことなどを心がけましょう。

## ちよこつとこらむ 世界と食べ物について知ろう！

### 5 JICAってなに？

JICAは、開発途上国の人に日本の経験や知識を教えたり、学校や病院を建てるお金を貸したりすることで、世界の人々がより良い生活を送れるようにお手伝いをする団体です。



パプアニューギニアで活躍する日本人  
(写真提供：今村健志朗/JICA)

食糧問題は  
飢えに苦しむ  
人々に  
ただ食べものを  
与えるだけでは  
解決とはいえ  
ない

持続可能な  
社会のために  
JICAでは  
生産から販売まで  
さまざまな  
支援を行って  
飢えと貧困の  
解消をめざして  
いるんじゃない

ほとくたちの食べ方が  
世界中の食料難に  
つながっているって  
よく分かったよ

たとえば日本の  
食料自給率を上げる  
ことを考えては  
どうじゃ



私たち一人一人に  
できることって  
ないかしら

そのためにはこんな  
ことを心がける  
ことから始めては  
どうじゃろうか

## 2. 収穫後の処理

エジプト：日本の資金により建設されたエジプトの精米技術訓練センターの様子。アフリカ諸国に対して精米や貯蔵に関する研修を実施。



JICA提供

## 4. 輸送 流通

農産物や加工品をスムーズに運ぶ道をつくったり流通市場を整備。



## 5. 販売

カンボジア：家庭菜園で野菜を栽培する農村女性グループに野菜の共同生産・出荷販売を支援。



(特活)国際ボランティアセンター山形 提供

地元でとれる  
食材を選ぶ



飼料の穀類を  
多く使う  
肉類をひかえて  
日本でとれる  
米や野菜を  
多く食べる

旬の食べものを  
選んで食べる

そして何より  
ムダを減らして  
食べものを残さず  
きれいにいただく  
ことだね

はい



# 学校で活用できる JICA国際理解教育/開発教育支援 プログラム

## 地球ひろば訪問

JICA地球ひろばの目玉展示「地球ナビ」では、SDGsの各ゴールについて学べる。



▲▲▲  
地球ひろばの  
最新情報

「市民参加による国際協力の拠点」としてオープンしたJICA

地球ひろば。東京をはじめ全国8か所で、映像やクイズによる展示に加え、民族衣装の試着や世界の料理を味わえるレストランなど、“見て・聞いて・さわって”、途上国の暮らしや地球が抱える課題、国際協力の現状を学べる場所となっている。JICA横浜に併設する海外移住資料館では、日本人の海外移住の歴史と日系人の現在を学ぶことができる。

## 国際協力出前講座



▲▲▲  
国際協力出前講座の  
最新情報

海外協力隊の経験者や職員、国際協力専門員など国際協力に



講師がアフリカ地域の民族衣装を着て、現地の生活・文化を子どもたちに紹介。

携わったJICA関係者や途上国からの研修員が講師となり、自らの体験をベースに国際理解につながる内容を伝える。講師が直接訪問する「対面型」と、途上国で活動中の隊員などと交流する「オンライン型」の2種類から選択可能。体験談、異文化理解、国際協力キャリア、SDGsなど希望のテーマに沿って講師と講座内容を組み立てる。

## 16 JICA 沖縄 (おきなわ地球ひろば) ★



## 教員向け研修



▲▲▲  
教員向け研修の  
最新情報



1965年から続く教師海外研修。約10日間の海外研修と渡航前後の国内研修で構成。

開発教育に興味・関心のある教員を対象に、途上国を訪問す

る「教師海外研修」、それぞれの国内拠点でテーマ別に行われる「国内研修」、指導案の作成・授業実践のレベルアップに取り組む「指導者研修」など、対象者や目的が異なるさまざまな研修を実施している。参加者同士の意見交換や協働作業を通してネットワークを築くことで、研修後も各地域の学校教育関係者と連携してさらなる開発教育の推進を図る。

## 14 JICA 中国 (ひろしま地球ひろば) ★



## 13 JICA 四国



## 12 JICA 関西 (かんさい地球ひろば) ★



## 15 JICA 九州 (きゅうしゅう地球ひろば) ★



## 10 JICA 北陸



## 9 JICA 駒ヶ根



## 11 JICA 中部 (なごや地球ひろば) ★



## 4 JICA 二本松



## 3 JICA 東北



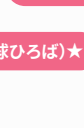
## 5 JICA 筑波 (つくば地球ひろば) ★



## 6 JICA 東京

## 7 JICA 地球ひろば ★

## 8 JICA 横浜 (海外移住資料館) ★



## 1 JICA 北海道 (札幌／ほっかいどう地球ひろば) ★



## 2 JICA 北海道 (帯広／おびるっく) ★



## JICAの国内拠点 (★:体験型施設)



もっと知りたい  
JICA国内拠点

国内拠点の最新情報を  
JICAのサイトでチェック

## 開発教育支援教材



▲▲▲  
開発教育支援教材の  
最新情報

冊子教材はダウンロードだけでなく、無料での貸し出しや提供にも対応。



子どもたちが世界の現状や課題について理解を深めるため

の教材を作成し、無料で提供している。主体的・対話的で深い学びにつながるよう、授業でそのまま活用できるワークや、映像、マンガで学ぶもの、さらにはゲームを取り入れたものまで各種揃える。多文化共生の教材や、教員向けに授業のヒントとなるようなガイド冊子や指導案事例も。すべて地球ひろばのホームページからダウンロードが可能となっている。

## 国際協力エッセイコンテスト



▲▲▲  
エッセイコンテストの  
最新情報

2023年の表彰式で、審査員との座談会や受賞者同士のワークショップも行った。



途上国の現状や日本との関係について理解を深め、グローバル

社会の中で自分たち一人ひとりがどのように行動すべきかを考えてもらうことを目的として、中学生と高校生を対象に毎年開催。上位入賞者には約1週間の海外研修やフェアトレード商品を贈呈。海外研修では訪問国の文化体験や同年代の生徒との交流、現場が抱える課題とそれらに対するJICAの取り組みを視察することで、国際理解をさらに深める。





**JICA地球ひろば**  
**(独立行政法人国際協力機構)**

〒162-8433 東京都新宿区市ヶ谷本村町10-5 TEL : 03-3269-2911 URL : <https://www.jica.go.jp/hiroba/>

第一版：2009年3月  
第二版：2019年3月  
第三版：2025年8月



2025.8