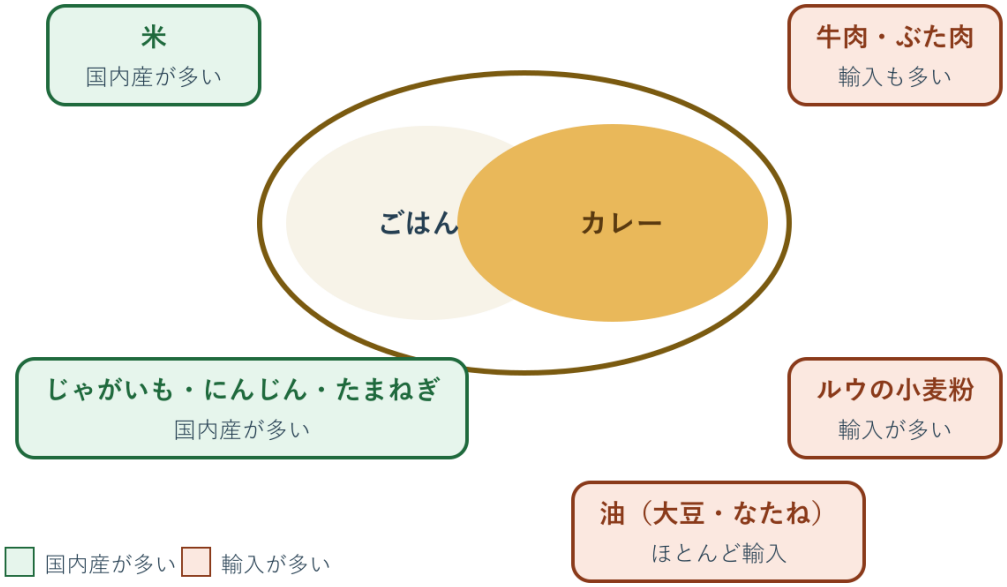
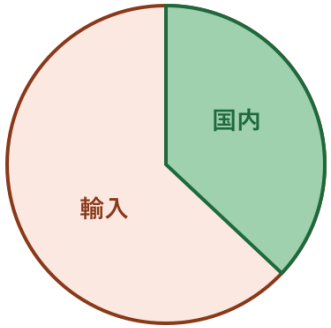
食料の輸入と自給率

カレーライスの材料は、どこから来ているか

カレーライス1食分の材料（例）



日本の食料自給率



37%

（カロリーベース）

食べものの熱量（カロリー）のうち、
国内でつくられた分の割合。
農林水産省「食料需給表」令和7年度

輸入にたよることの心配

- 外国の不作や争いで、輸入が止まることがある。
- 輸送の燃料や値段の変化の影響を受ける。

自給率を高める取り組み

- 国内でとれたものを選んで食べる（地産地消）。
- 米粉や国産の小麦・大豆を使う。食品ロスを減らす。

材料の「国内産・輸入」の分け方は、全国の大まかな傾向。自給率の数値は年度によって変わるので、使うときに確かめる。