

2026年7月30日版 政策レポート

日本の総合国力を読み解く

人口・経済・産業・技術・教育・防衛・外交・社会基盤から見た世界の中の日本

— 中国の国力と構造的脆弱性を踏まえた政策分析 —

● 日本は世界5～8位圏の総合大国

● ストックは厚く、フローが細い

● 中国は過小評価も過大評価もしない

世界1位

製品・輸出の複雑性

世界2位

産業用ロボット稼働在庫

世界3位

研究開発費・対外純資産

世界5位

名目GDP

一般社団法人日本みらい研 政策レポート

出典：IMF・世界銀行・国連・OECD・WTO・WIPO・SIPRI・IMD・世界経済フォーラム等の公表統計に基づく独自評価

日本の総合国力：蓄積（ストック）を再生（フロー）へ転換せよ

日本の現在地：厚い「ストック」と細い「フロー」

長年築いた資産は依然として厚い



製品複雑性：世界1位

強みは圧倒的な「蓄積（ストック）」



対外純資産：世界3位級

教育水準：S評価



PISA数学・科学：世界1位
(教育水準S評価)
教育水準S評価など

日本は世界5～8位圏の
「総合大国」である。

ストック
(蓄積)

日本再浮上への国家戦略



教育・技術



収益・起業

「教育・技術」を「収益・起業」へ直結させる。

戦略産業への資源の集中。

AI、半導体、ロボット、次世代自動車、防衛装備
の5分野を最優先課題として投資を強化する。

AI

半導体

ロボット

次世代自動車

防衛装備



現実的な対中戦略の構築。

中国を過小評価も過大評価もせず、経済的相互利益と
安全保障上のリスク管理を厳格に分離する。

弱点は国力を生む「循環（フロー）」

再生を阻んでいる



エネルギー自給率（約15%）

デジタル競争力の低迷



政府債務：GDP比200%超



デジタル競争力：世界30位前後

フロー
(循環)

要旨

国力は人口やGDP、防衛費だけで測れるものではない。経済規模、産業基盤、科学技術、教育、金融資産、外交力、軍事力、資源安全保障、社会制度、文化的影響力、そして国力を再生産する能力を総合して評価する必要がある。

01 日本は世界5～8位圏の総合大国である

米国・中国のような超大国ではないが、経済、製造業、科学技術、金融資産、教育、外交、文化、社会的信頼を同時に高い水準で備える。これほど多くの国力要素を同時に持つ国は世界でも限られる。

02 強みは「蓄積されたストック」にある

世界第5位級の経済規模、世界トップクラスの製造業、研究開発と特許、巨額の対外純資産、世界最高水準の基礎教育、外交網、ODA、ソフトパワー、法の支配、治安が国力を支えている。

03 弱点は「国力を生むフロー」にある

人口、成長、生産性、起業、デジタル化、エネルギー自給が弱い。日本の課題は現在の国力が小さいことではなく、それを次の国力へ転換する仕組みが弱いことである。

04 中国は疑いのない大国ではある

人口、GDP、製造業、輸出、軍事、核、宇宙、技術、国連安保理での地位を備え、総合力では米国に次ぐ世界第2位級と評価できる。

05 ただし中国は「未完成の大国」である

国際通貨、金融市場、1人当たり所得、社会保障、人口動態、地方債務、不動産、内需、社会的信頼に重大な弱点を抱える。日本は中国の弱体化を期待すべきではない。

国力をどのように評価するか

国力について、世界共通の公式ランキングは存在しない。名目GDPが大きくても、技術、金融、教育、社会制度が弱ければ持続的な大国とは言い難い。一般社団法人日本みらい研では次の9分野から国力を評価した。



国土・海洋・人口

面積・EEZ・人口構造

01



経済・財政・金融

GDP・対外資産・債務

02



産業・貿易・物流

輸出・製造・複雑性

03



科学技術・知財・デジタル

研究開発・特許・実装

04



教育・人的資本

学力・高等教育・人材活用

05



防衛・危機管理

防衛費・継戦能力・国民保護

06



外交・ソフトパワー

ODA・外交網・文化

07



社会制度・統治能力

法の支配・治安・行政

08



エネルギー・食料・環境

自給率・資源・電源構成

09

各分野について、現在の順位だけでなく、課題、対処法、政策効果を測る指標を併せて示す。順位は対象国数、為替相場、統計更新時期により変動するため、絶対額・GDP比・人口比・質的評価を併せて判断する必要がある。

日本の強み — 世界トップ5級（S評価）の12指標

日本は衰退して何も持たない国ではない。産業技術、研究開発、金融資産、外交、教育で世界トップクラスの地位を同時に保持している。

1位

製品・輸出の複雑性

2位

産業用ロボット稼働在庫

3位

自動車生産

3位

研究開発費

3位

特許出願

3位

対外純資産

3位

円の外貨準備通貨順位

3位

国連通常予算分担率

3位

ソフトウェア・外交網

4位

粗鋼生産

4位

政府開発援助（ODA）

1位

PISA数学・科学（OECD）



日本の産業的強みは生産量ではない。長年の技術、熟練、品質管理、企業間取引、知的財産を必要とする、複雑で代替困難な製品を生産できる点にある。完成品のブランドで目立たなくても、その内部の素材、センサー、モーター、部品、製造装置、検査機器に日本企業の技術が使われている。

日本の構造的課題 — 重大な弱点（D評価）と実装の遅れ

弱点は国民の能力の欠如に起因するものではない。制度、財政構造、資源依存、そして人材を活用する仕組みの側に原因がある。

政府債務

D

GDP比200%超

主要国で最高水準。金利上昇、社会保障費増、防衛費、少子化対策が重なれば財政の自由度が低下する。

エネルギー自給率

D

約15%

G7最低水準。発電量の約7割を火力が占め、中東情勢・海上交通路・資源価格・円安の影響を直接受ける。

食料自給率

D

約38%

供給熱量ベース。飼料、肥料、燃料、農業資材も輸入に依存し、実質的な脆弱性は数字以上である。

ジェンダーギャップ

D

世界118位前後

教育・健康の男女差は小さい。政治、管理職、賃金、企業意思決定への参加が遅れていることが要因である。

実装の遅れ（B評価）

- デジタル競争力は世界30位前後、将来準備度は30～40位台である
- 世界イノベーション指数12位、ネットワーク準備度11位との落差が大きい
- 行政、医療、金融、教育、企業間取引に紙・印鑑・対面・独自システムが残る
- 技術を発明する力は高いが、社会全体へ迅速に導入し、サービスやプラットフォームへ拡大する力が弱い

人材活用の不足

- 女性、若手、博士人材、外国人専門人材を十分に活用できていない
- 年功序列、組織間の人材移動の少なさ、失敗を避ける人事制度が転換を阻む
- 若者は非正規雇用、低い初任給、住宅費、社会保険料負担により、結婚・出産・消費・起業をためらいやすい
- 外国人材の受入れは労働力補充に偏り、定着と社会統合の設計が弱い

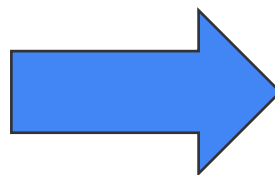
ストックの大国、フローの弱国

日本の国力の多くは、過去の世代が築いた技術、企業、インフラ、教育、金融資産、国際的信用に支えられている。これらを維持するだけでは、人口減少、技術革新、地政学的競争の中で相対的地位は低下する。

STOCK / 蓄積された国力

厚い

- 産業・技術の複雑性（世界1位級）
- 研究開発費・特許（世界3位級）
- 対外純資産500兆円超・国際通貨としての円
- 国民全体の教育水準と成人基礎能力
- 外交網・ODA・ソフトパワー・国際的信用
- 法の支配、治安、医療、社会インフラ



転換の仕組みが弱い

FLOW / 国力を再生産する力

細い

- 人口 — 減少と高齢化（65歳以上 約29%）
- 成長 — 実質成長率は主要国で低位
- 生産性 — 1人当たりGDP・労働生産性の伸びが弱い
- 起業 — スタートアップ企業価値が投資規模に見合わない
- デジタル化 — 競争力は世界30位前後
- エネルギー自給 — 約15%でG7最低

日本の課題は、現在の国力が小さいことではない。現在持っている国力を、次の国力へ転換する仕組みが弱いことである。

優れた教育を研究と起業へ、技術を世界標準と収益へ、金融資産を国内投資へ、海洋面積を資源と安全保障へ、文化的魅力を産業と外交へ結び付ける必要がある。

国土・海洋・人口 — 陸地以上に広い海洋国家

日本は陸地だけを見れば大国とはいいにくい、海洋国家として見れば広大な空間と資源可能性を持つ。一方で人口構造は国力の全分野に影響する最大の弱点である。

約37.8万km²

国土面積（世界60位台）

約447万km²

領海+EEZ（世界6位級）

約1億2,300万人

人口（世界12位前後）

約29%

65歳以上人口比（世界最高水準）

主要課題

- 人口減少は、労働力、内需、税収、防衛人員、研究者、医療従事者、インフラ維持能力を同時に低下させる
- 東京一極集中により、出生率の低い大都市圏へ人口が集中し、地方では学校、病院、公共交通、上下水道の維持が困難となる
- 広大なEEZを持ちながら、調査、試掘、商業化、海洋監視への投資が十分でない
- 人口問題は福祉政策の一分野ではなく、国家の持続可能性そのものを左右する安全保障問題である

取るべき対処法

- 出生数の回復が労働力に反映されるまで約20年かかる。当面は人口減少を前提として行政、都市、交通、医療、教育、産業を再設計する
- 自治体間の共同運営、コンパクトシティ化、ロボット・AI・自動運転の地方導入を進める
- 少子化対策は一時金ではなく、若者が結婚・出産後も生活水準を維持できる雇用・住宅・教育制度として設計する
- 海底資源調査、無人潜水機、衛星監視を強化し、造船・海運・海洋土木・海底ケーブルを戦略産業に指定する

経済・財政・金融 — 成熟した債権国という国力

日本は国内経済だけでなく、海外投資、生産拠点、金融資産、知的財産から収益を得る成熟した債権国である。国内GDPだけでは日本経済の全体像は把握できない。

世界5位

名目GDP（約4兆ドル台）

世界5位

購買力平価GDP

500兆円超

対外純資産（世界3位級）

世界3位

円の外貨準備通貨順位

主要課題

- 低成長と低生産性 — 経済規模は大きいですが、1人当たりGDPや労働生産性の伸びが弱い
- 国内投資の不足 — 企業が海外に資産を蓄積する一方、国内の設備、ソフトウェア、人材、研究への投資が伸びにくい
- 政府債務 — GDP比200%を超え、金利上昇時には利払い費が財政を圧迫する
- 社会保障負担 — 高齢化により現役世代の税・社会保険料負担が増え、消費、結婚、出産、起業を抑えている

取るべき対処法

- 名目成長を財政再建の中心に置く — 増税や歳出削減だけでは経済を縮小させ、債務比率を改善できない可能性がある
- 成長投資と恒常経費を分離する — 複数年度予算により、半導体、AI、エネルギー、防衛、大学研究、インフラ更新を明確に区分する
- 社会保障を世代間で再設計する — 年齢だけでなく所得・資産に応じた負担を導入し、現役世代の保険料負担を軽減する
- 対外資産の国内還流を促進する — 海外収益を国内の研究開発、設備投資、賃上げへ回す企業を税制・金融面で誘導する

産業・貿易・物流 — 複雑性で世界1位、完成品で存在感低下

日本は素材、部品、装置、精密機器、品質管理に強みを持つ。一方、完成品市場とサービス輸出では相対的に弱い。

世界1位

製品・輸出の複雑性

世界2位

産業用ロボット稼働在庫

世界3位

自動車生産

世界4位

粗鋼生産

世界5位

製造業ロボット密度

世界6位

商品輸出

世界11位

サービス輸出

世界13位

物流パフォーマンス

主要課題

- 電気自動車、スマートフォン、デジタル機器、クラウドで海外企業に主導権を握られている
- デジタル、金融、専門サービス、教育、医療の海外展開が弱い
- 中小企業のIT、人材、事業承継、海外展開に課題がある
- 運転手、港湾、倉庫人材の不足が国内物流のボトルネックとなる

取るべき対処法 — 戦略産業を絞り込む

日本が勝てる分野に資金、人材、規制改革を集中する。

半導体製造装置・材料

AIロボット

次世代自動車

蓄電池・パワー半導体

造船・海洋

航空・宇宙

防衛装備

バイオ・創薬

精密医療

高機能素材

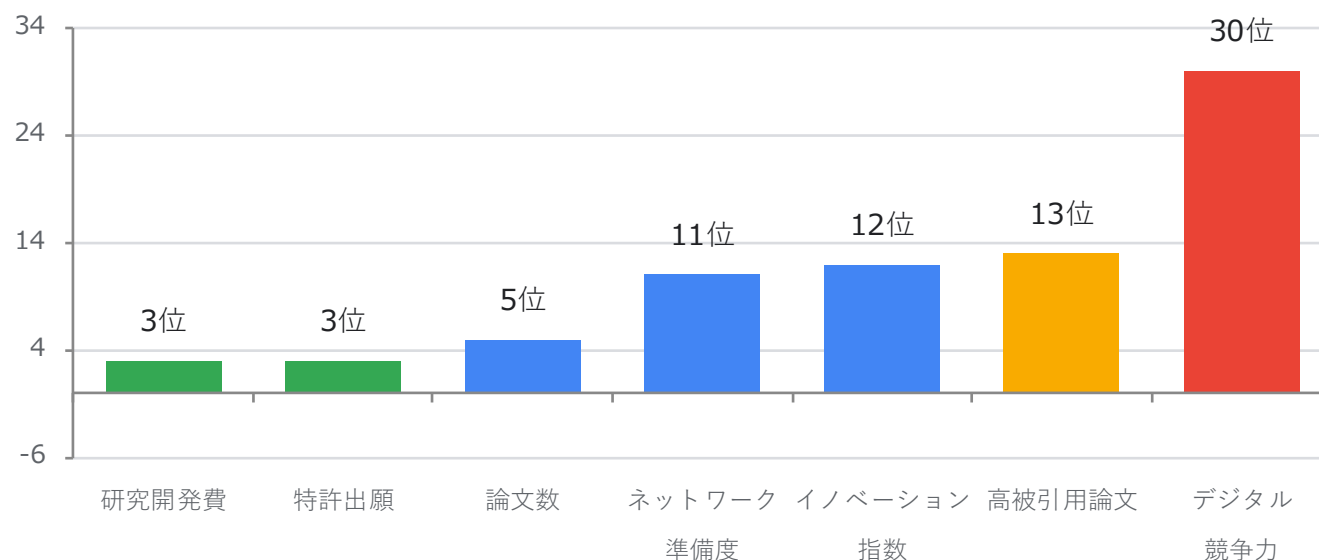
コンテンツ

観光・食

科学技術・知財・デジタル — 投入3位、成果と実装で失速

研究開発費も特許出願も世界第3位級である。しかし高被引用論文、スタートアップの企業価値、デジタル競争力では、研究開発規模に見合う結果が出ていない。

日本の世界順位（数値が大きいほど下位）



順位を落とす4つの原因

- 研究費と成果の乖離 — 資金は大きいですが、世界的な研究成果や新産業への転換が弱い
- 若手研究者の不安定化 — 任期付き雇用、低い処遇、研究以外の事務負担
- 特許の事業化不足 — 件数が多いが、ライセンス収入、国際標準、スタートアップ創出につながらない
- デジタル実装の遅れ — 行政、医療、教育、企業間取引に紙、対面、個別システムが残る

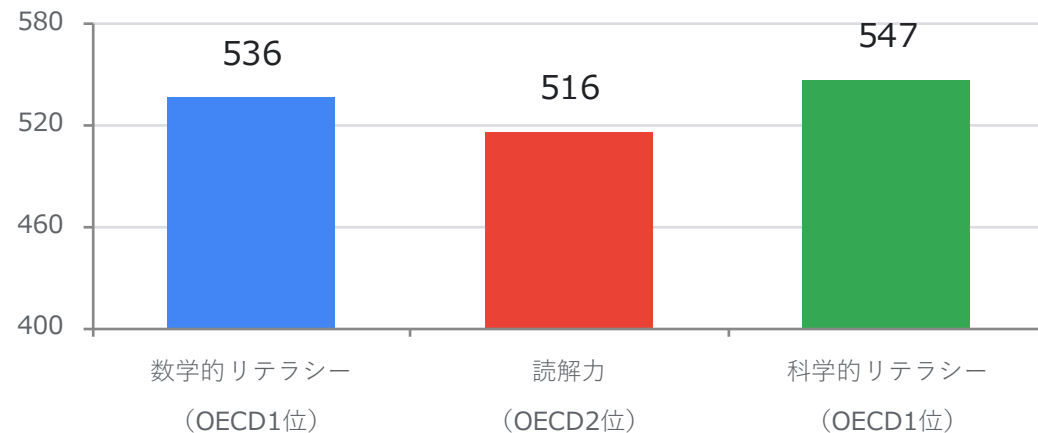
取るべき対処法

若手研究者に5～10年単位の安定資金を与え、大学の研究支援人材を増やし、博士人材の給与とキャリアを改善する。大学・企業・政府の人材移動を活性化させる。国際標準化を国家戦略とし、標準化人材の育成と特許・規格の一体化を支援する。国と自治体のシステム標準化、データ形式の統一、行政手続きの原則オンライン化、紙提出を求める規制の廃止を期限付きで進める。

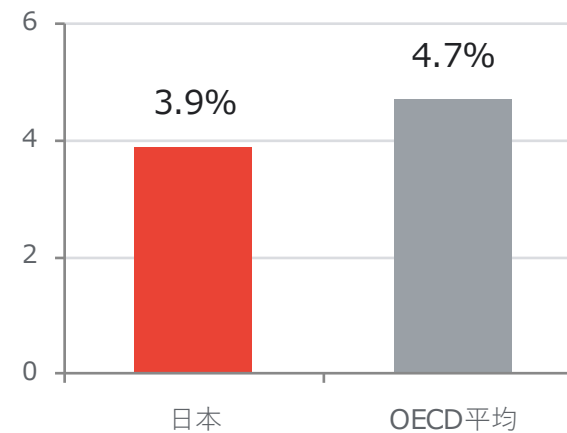
教育・人的資本 ― 世界最高水準の学力、活かしきれない人材

日本の教育力の特徴は一部のトップ層だけではない。全国の平均的な生徒の学力が高く、家庭環境による格差も国際的には比較的小さい。

PISA2022 日本の得点



教育投資（GDP比・％）



教育力の総合評価

初等・中等教育 世界2～5位級	S
成人基礎能力 世界最高水準	S
高等教育修了率 約66％・OECD上位5か国	A+
教育の公平性 世界上位	A
教育投資 OECD平均以下	B-
研究・事業化への転換 教育成果に比べて弱い	B-

日本の最大の課題は、人材がいないことではない。既にいる優秀な人材を、次の国力へ転換できていないことである。

- 教育投資はGDP比約3.9%でOECD平均約4.7%を下回る。教員不足、長時間労働、大学施設の老朽化、研究者の不安定雇用を放置すれば、現在の教育力は徐々に消耗する
- 年功序列、組織間の人材移動の少なさ、失敗を避ける人事制度、博士人材の低い処遇、研究と事業化の分断が転換を阻んでいる
- 18歳人口の減少を踏まえ、研究大学、地域人材育成大学、専門職教育、オンライン教育へ役割を分け、教員・研究費・学生を戦略的に配置する

博士人材を 国家資産として扱う

政府、自治体、企業が博士人材を積極採用し、研究職以外でも専門性を評価する賃金体系を導入する。

防衛・外交・ソフトパワー — 強制力ではなく総合力の影響圏

日本は軍事的な強制力だけで国際的地位を築いているのではない。経済協力、インフラ支援、人材育成、国際機関への拠出、法の支配、同盟、文化を組み合わせることで影響力を形成している。

世界10位級



防衛支出（600億ドル超）

世界4位



政府開発援助（ODA）

世界3位



国連通常予算分担率・外交網

世界3位



ソフトパワー

防衛 — 額ではなく継戦能力を重視する

- 日本は核兵器を持たず、安全保障を日米同盟に大きく依存する。周辺には中国、ロシア、北朝鮮が存在する
- 弾薬、燃料、修理部品、輸送船、滑走路復旧資材、医療・衛生資材の備蓄が不足している
- 人口減少下で人員の大幅増は難しい。無人機、無人艇、無人潜水機、AI監視、衛星、長距離センサーを活用する
- 長期契約、適正利益、輸出・国際共同開発により防衛産業を持続可能にする
- 避難施設、緊急通信、自治体訓練、医薬品備蓄、離島住民の避難計画を整備し、国民保護を現実の政策とする

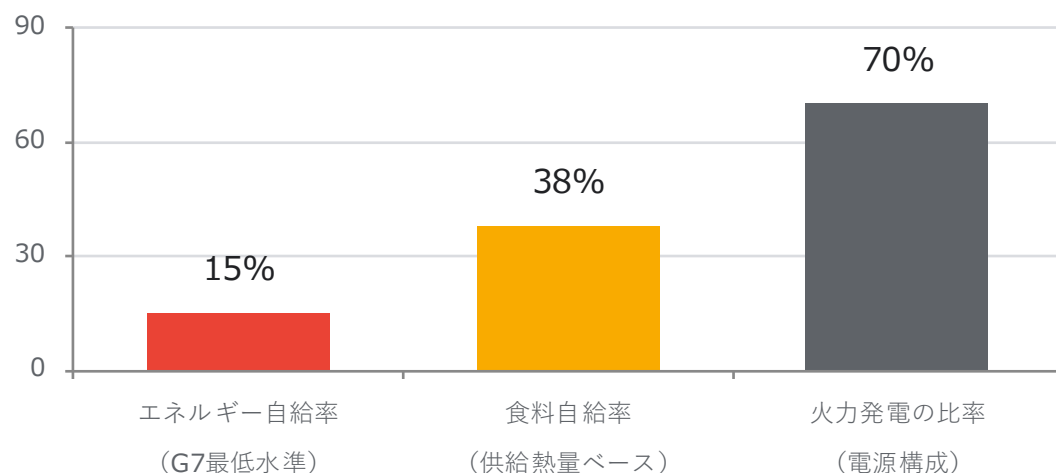
外交 — ODAと国際標準を国力へ結び付ける

- 国連安保理の非常任理事国への選出は通算12回で加盟国中最多である
- ODAは個別事業に分散し戦略性が見えにくい。港湾、通信、電力、医療、防災、人材育成、法制度整備を組み合わせ、日本企業の進出、供給網、海上交通路、外交関係の強化につなげる
- 若手官僚、研究者、企業人を国際機関へ派遣し、帰国後の昇進や待遇で評価する
- 海賊版対策、権利処理のデジタル化、海外配信網、翻訳・ローカライズ、制作者への利益還元により、コンテンツを基幹輸出産業とする

エネルギー・食料・資源安全保障 — 最も脆弱な基盤

エネルギーは経済政策であると同時に、安全保障政策である。食料も肥料、飼料、燃料、農業資材を海外に依存しており、実質的な脆弱性は自給率の数字以上に大きい。

日本の資源依存構造



主要課題

- 石油、天然ガス、石炭の輸入依存と、中東・海上交通路への依存
- 電力料金の高さと、原子力発電所の再稼働の遅れ
- 再生可能エネルギーの送電網制約
- 太陽光パネルや蓄電池の中国依存
- 農業人口の高齢化と、飼料・肥料・種子の海外依存

電源を多様化する

原子力、再エネ、火力、蓄電池、水素を組み合わせ、一つの電源に依存しない。安全性を確認した原子力発電所は再稼働を進める。

送電網と蓄電を強化する

地域間連系線、蓄電池、揚水発電、需要調整を拡充し、再エネを安定的に利用できるようにする。

重要鉱物を多角化する

豪州、カナダ、ASEAN、インド、アフリカ、中南米との資源協力を強化し、備蓄・リサイクル・代替材料開発を進める。

食料安全保障を強化する

農地の集約、スマート農業、国産飼料、肥料原料の備蓄、種子・育種技術の保全、輸入先の分散を進める。

中国は本当に大国なのか — 否定できない大国性

中国は約14億人の人口、世界第2位の名目GDP、世界第1位の購買力平価GDP、世界第1位の製造業と商品輸出を持つ。従って、中国を見せかけだけの国と評価することはできない。

世界1位

購買力平価GDP

世界1位

商品輸出

世界1位

製造業生産

世界1位

特許出願

世界2位

名目GDP

世界2位

軍事費

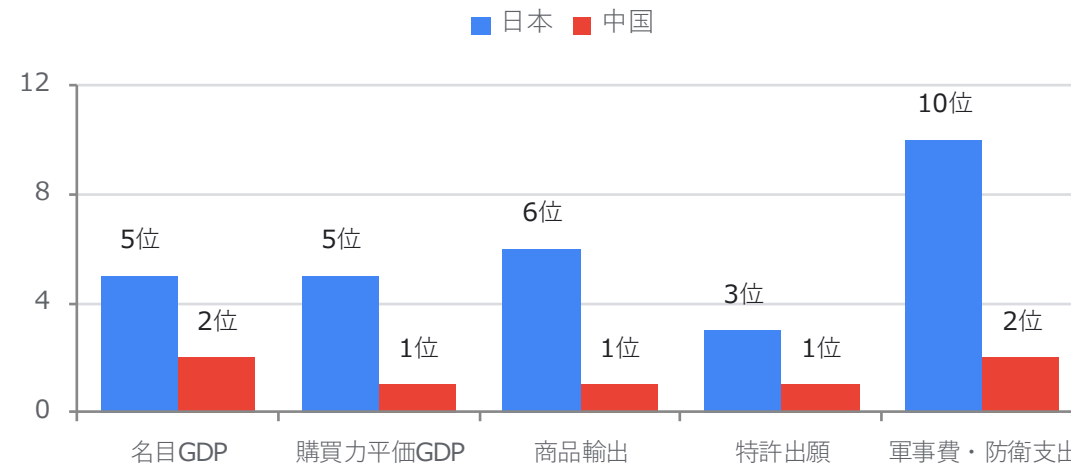
常任理事国

国連安全保障理事会

トップ級

宇宙開発・核戦力

日中の世界順位比較（数値が小さいほど上位）



- 低賃金の単純な組立国ではない。研究開発、部品、製造設備、完成品、物流、デジタル販売を国内で結び付ける産業生態系を形成している
- 通信、AI、電池、ドローン、量子、宇宙、原子力、高速鉄道で世界の主要競争国となっている
- 独自の宇宙ステーションを運用し、月の裏側から試料を回収する能力も持つ

中国の構造的弱点 — 未完成の大国

中国は、製造、輸出、軍事、核、宇宙、国家動員力では超大国級である。しかし金融、通貨、所得、人口、社会保障、内需の持続可能性では未完成の大国であり、脆弱性を有する。

1人当たり所得

先進国以下

国全体のGDPは巨大でも、国民1人当たりの所得、社会保障、医療、生活水準が米国、日本、西欧と同水準にあることを意味しない。

人民元の国際的地位

外貨準備比率2%前後

資本移動規制、金融市場の透明性、法制度、政府介入への懸念が国際化を妨げる。製品を供給する力は極めて強いが、国際通貨・金融システムを支配する力では米国との差が大きい。

不動産と地方債務

深刻な調整局面

住宅価格の下落、未完成住宅、不動産企業の債務が家計消費、地方政府収入、銀行資産に影響する。地方融資平台を含めれば公的債務は公表値より大きい。

過剰生産能力

内需を上回る設備投資

太陽光パネル、電池、鉄鋼、化学、電気自動車で国内の過剰生産を海外市場へ輸出する傾向がある。補助金や債務で需要以上の設備を維持する分は持続可能な競争力とはみなせない。

人口減少と高齢化

豊かになる前に老いる

一人っ子政策の影響で若年人口の減少、高齢者の増加、扶養負担が同時に進む。日本は比較的豊かな段階で高齢化に入ったが、中国は所得と社会保障が成熟する前に高齢化が進む。

政治統制による歪み

政策情報の劣化

地方幹部が失業、債務、倒産、抗議などの悪い情報を隠せば、中央政府の判断が遅れる。政策決定の速度では優れるが、誤った政策を修正する情報回路が細い。

「中国は近く必ず米国を追い越す」という見方も、「中国経済は崩壊寸前で実力がない」という見方も、ともに一面的である。

中国社会の階層分断と「静かな退出」

中国では独立した政治活動、報道、労働組合が制限され、不満が全国的な政治要求へ集約されにくい。不満が少ないのではなく、不満を集約する経路が封じられているのである。

制度化された多層的格差

- 戸籍、地域、住宅資産、勤務先、政治的關係により階層が固定化しつつある
- 約3億人規模の農民工は都市経済を支えるが、都市住民と同等の教育、医療、住宅、年金を受けられない場合がある
- 都市住民と農村住民の可処分所得には依然として2倍を超える格差がある
- 問題は格差の大きさだけではない。親の戸籍、資産、教育、人的關係が子どもの将来を左右する傾向が強まっている

抑圧体制は短期的には強い

- 賃金問題は企業、不動産問題は開発業者、土地問題は地方政府というように、問題を個別化して体制全体への反対を防いでいる
- 監視カメラ、検閲、公安組織、党組織、住民管理、部分的補償を組み合わせた統治にはなお相当な耐久力がある
- 格差や抗議があるからといって、政権が直ちに崩壊すると見るのは妥当ではない

表面化しない不満が中国に落とす五つの影

1

政策情報が歪む

悪い情報が中央へ届かず、問題認識時には対応が遅れる

2

消費が伸びない

社会保障・雇用・住宅への不安が貯蓄を増やし、内需を弱める

3

若者の「静かな退出」

結婚しない、子を持たない、消費を抑える、起業を避ける

4

局地的不満の突然の連結

長い静けさの後に突然表面化する非連続的リスクとなり得る

5

統治コストの増大

監視・検閲・公安・宣伝が教育や社会保障への投資を圧迫する

中国の将来に最も大きな影を落とすのは大規模な反乱ではない。国民が国家の将来から静かに離脱していくことである。

中国の将来シナリオ

現時点で最も可能性が高いのは、急激な体制崩壊ではない。統制を強めながら、経済成長率、出生率、消費、社会活力が徐々に低下する「管理された停滞」である。

シナリオ	内容	国力への影響
管理された停滞	統制を維持し、限定的給付と景気対策を続ける	政権は安定するが、消費、出生、生産性が低迷する
社会改革への転換	戸籍、年金、税制、医療、教育、地方財政を改革する	内需と社会的信頼が回復する
局地的抗議の常態化	賃金、住宅、土地問題が各地で頻発する	監視・治安コストが上昇する
不満の全国的連結	経済危機を契機に複数階層が結合する	体制に重大な政治的危機が生じる
対外強硬化	愛国主義と外部対立で国内を統合する	周辺国との緊張、経済的孤立を招く
技術統制国家の強化	AI・監視技術で社会管理を高度化する	短期の安定と長期的な創造性の低下



経済成長だけで正統性を維持しにくくなれば、愛国主義、歴史認識、台湾問題、対米競争が国民統合の材料として一層重視される可能性がある。ただし国内不満が高まれば必ず戦争を起こすという単純な関係ではない。より現実的なのは、台湾周辺での軍事演習、尖閣諸島周辺での海警活動、経済制裁、重要鉱物や製品の輸出規制、愛国動員といった行動である。

日本と中国の国力構造の比較

中国は量の大国、日本は質と蓄積の大国である。ただし中国を量だけの国と見るべきではない。AI、電池、通信、ドローン、宇宙など質的な競争力も急速に高めている。

分野	日本	中国
人口	約1.2億人、減少	約14億人、減少局面
経済規模	世界5位	世界2位
1人当たり所得	高所得国	中所得国
製造業	素材、部品、装置、品質	生産量、供給網、完成品
技術	蓄積、精密性、知的財産	規模、速度、実装、国家投資
教育	全国平均と成人能力が高い	トップ層と理工系人材の絶対数が多い
軍事	非核、日米同盟	核保有、軍事費世界2位
金融・通貨	円と成熟した金融市場	人民元の国際化は限定的
外交	信頼、ODA、同盟、文化	市場、投資、軍事、拒否権
社会制度	法の支配、公開討論、選挙	一党統治、監視、検閲
不満の吸収	選挙・報道・議会を通じて表面化	個別処理・抑圧により見えにくい
最大の弱点	人口、財政、資源、実装力	不動産、地方債務、人口、格差、統治
国力の性格	質と蓄積の大国	量と国家動員の大国

日本も過去の技術蓄積だけで優位を維持することはできない。

中国に対して日本が取るべき対応

中国が崩壊すると決め付ければ、軍事、技術、産業への備えを誤る。一方、中国が不可逆的に米国を追い越すと考えれば、人口、債務、格差、金融、統治の弱点を見落とす。

01 中国崩壊論に依存しない

中国には重大な問題があるが、巨大な産業、軍事、技術力は残る。中国が自然に弱体化することを前提に政策を設計すべきではない。中国が強い状態、停滞する状態、対外強化する状態のいずれにも対応できる国家構造を整える。

02 経済関係と安全保障を分けて管理する

一般的な消費財、観光、文化交流は維持しつつ、半導体、通信、AI、量子、軍民両用技術では管理を強化する。

03 重要物資の中国依存を下げる

レアアース、電池材料、医薬品原料、太陽光パネル、電子部品、重要化学品について、国内生産、備蓄、友好国調達を組み合わせる。企業の中国リスク開示と技術流出の管理も進める。

04 台湾海峡・尖閣有事へ備える

南西諸島の防衛、港湾・空港の利用計画、住民避難、海上輸送路の確保、サイバー防御、経済制裁時の企業支援を準備する。

05 中国社会の内部変化を継続的に分析する

GDPや軍事費だけでなく、若年失業、地方債務、住宅価格、賃金未払い、抗議活動、資本流出、出生数、民間企業投資を総合的に追跡する。

06 中国以外のアジアとの関係を強化する

インド、ASEAN、豪州、台湾、韓国との経済・技術・安全保障関係を強化し、中国への過度な集中を避ける。

中国の強い分野には抑止力と競争力で対応し、弱い分野には過度に依存せず、相互利益が成立する分野では協力する現実的な戦略が必要である。

日本の国家戦略 — 9本柱

今後の日本に必要なのは、財政支出を一律に増やすことでも、既存制度を守ることもない。国力を構成する各分野の弱点を特定し、限られた人材、予算、規制改革を戦略的に集中することである。

01

人口減少を前提とした高生産性国家への転換

02

教育成果を研究、起業、産業へ転換する制度改革

03

AI、半導体、ロボット、エネルギーなど戦略産業への集中投資

04

エネルギー、食料、重要鉱物の安全保障強化

05

財政の持続可能性と成長投資の両立

06

防衛力、海洋力、サイバー・宇宙能力の強化

07

女性、若者、博士、外国人材の活用

08

外交、ODA、文化、国際標準を組み合わせた影響力強化

09

中国を過小評価も過大評価もしない現実的な対中戦略

最優先課題

エネルギー・食料・重要鉱物の安全保障／AI、半導体、ロボット、サイバーなど戦略技術／防衛・海洋・宇宙・危機管理／人口減少下の生産性向上／教育・研究・高度人材への投資

中期的重点課題

社会保障と財政の再設計／女性・若者・外国人材の活用／地方行政・インフラの再編／サービス輸出、観光、コンテンツの拡大

長期的基盤課題

出生率の回復／大学・研究機関の再編／国際標準、外交人材、ソフトパワーの強化

国家戦略を実行するための仕組み

政策は一度決めたら維持するのではなく、目標未達の場合には原因を公開し、制度を変更または終了する。国力の再生産は、制度の自己修正能力に支えられる。

1

総合国力指標を毎年公表する

人口、生産性、技術、教育、防衛、外交、社会安定を統合した独自指標を毎年公表する。

2

複数年度の戦略投資枠を設ける

5～10年単位の投資枠を設け、途中評価により増額、縮小、終了を判断する。

3

司令塔を乱立させない

分野ごとに会議体を増やさず、内閣が全体目標を定め、各省庁の予算と規制を連動させる。

4

民間資金を呼び込む

長期契約、税制、規制改革、政府調達によって民間投資を誘発する。

5

政策の失敗を修正できる制度を作る

目標、期限、成果指標、終了条件を明記し、効果の低い補助金や基金は廃止する。

結語

今は、日本の国力が失われた段階ではない。

蓄積した国力を次の時代へ移し替えられるかどうか問われる、最後の重要な転換期なのである。

日本が世界5～8位圏の総合大国という位置を維持し、再び上昇軌道に入れるかどうかは、今後10年間の政策選択にかかっている。

優れた教育を

研究と起業へ

技術を

世界標準と収益へ

金融資産を

国内投資へ

海洋面積を

資源と安全保障へ

日本の総合国力を読み解く

— 中国の国力と構造的脆弱性を踏まえた政策分析 —



2026年7月30日

一般社団法人日本みらい研（政策レポート）

主な参照機関

IMF、世界銀行、国連、UNDP、OECD、WTO、WIPO、SIPRI、国際ロボット連盟、IMD、世界経済フォーラム、Brand Finance、文部科学省、総務省、財務省、経済産業省、農林水産省、中国国家统计局などが公表する統計・報告書。

数値の基準年は各国際機関が公表している2023年から2026年までの最新版を用いている。順位は対象国数、為替相場、統計更新時期により変動するため、政策判断では順位だけでなく、時系列変化と絶対値を確認する必要がある。総合評価は国際機関の公式順位ではなく、本レポートにおける独自評価である。