



輸出品目別レポート（包装米飯、米粉等）

■品目説明

〔包装米飯等〕

包装米飯は、パックご飯とも呼ばれ、無菌包装米飯とレトルト米飯に大別される。無菌包装米飯は、お米を炊飯するまでに短時間高温加熱殺菌、超圧力殺菌などの無菌化を施したのち炊飯し、無菌化状態のクリーンルームで密封包装したものをいう（白飯や雑穀米飯など）。レトルト米飯は、調理したごはんを密封した容器に入れて圧力をかけ、加熱殺菌（121℃、4分以上）したものをいう（赤飯、味付けご飯、具入りご飯、おかゆなど）。

農林水産省「[令和 5 年度食品産業動態調査](#)」によると、2011 年の東日本大震災以降、備蓄需要の高まりや簡便化志向のニーズから、無菌包装米飯や冷凍米飯の市場拡大が続いてきていると指摘している。

全国包装米飯協会の調査によると、2023 年度の包装米飯の生産量は 208,194 トン（0.8%減）であった。

〔米粉〕

米粉は、お米を細かく砕いて粉状にしたもので、もちりとした食感で油の吸収率が低いことからヘルシーな食品として知られている。また、グルテンを含まないことから小麦粉の代替品としての利用も注目されている。農林水産省「[広がる！米粉の世界](#)」によると、近年コメ消費拡大の一環として米粉の普及に取り組んでいる。

こうした包装米飯や米粉などは、主食用米の消費減少に対応する新たな用途としても位置付けられており、いわゆる「新規需要米や加工用米」に分類される。2023 年の新規需要米（米粉や飼料用など）の生産量は、全国で 83 万 4,965 トン（前年比 6.1%減）となった。また、加工用米（清酒、アルファ米）の生産量は、全国で 26 万 6,276 トン（同 1.8%減）となった（農林水産省「[加工用米・新規需要米について](#)」）。

23 年の新規需要米の生産量は、全国で 83 万 4,965 トン（前年比 6.1%減）となった。また、加工用米の生産量は、全国で 26 万 6,276 トン（同 1.8%減）となった（農林水産省「[加工用米・新規需要米について](#)」）。そのほか、関連する業界団体として、[一般社団法人全国包装米飯協会](#)、[日本米粉協会](#)などがある。

■貿易概況

〔包装米飯等〕

2023 年の日本の包装米飯等の輸出は、金額ベースで前年比 20.1%増の 807 万ドルであった（表 1）。数量ベースでは同 14.4%増の 1,717 トンと、金額・数量ともに前年から増加している。輸出相手国・地域でみると、1 位は米国で、金額ベースで 246 万ドル（同 22.2%



増)、数量ベースでは 640 トン (同 12.1%増)、2 位は台湾で金額ベースは 169 万ドル (同 35.2%増)、数量ベースは 276 トン (同 43.0%増)、3 位は香港で金額ベースは 136 万ドル (同 10.5%減)、数量ベースは 293 トン (同 10.9%減) であった。

なお、2024 年の包装米飯の輸出額は、14 億 3,300 万円 (同 43.8%増) であった (出所：農林水産省「[米の輸出について](#)」)。

▼表1：日本の包装米飯等輸出

(単位：ドル、トン、%)

	2021年		2022年		2023年		前年比	
	金額	数量	金額	数量	金額	数量	金額	数量
米国	1,721,900	474	2,018,565	571	2,465,918	640	22.2	12.1
台湾	1,297,796	191	1,253,987	193	1,695,693	276	35.2	43.0
香港	1,305,075	238	1,526,776	329	1,366,483	293	△ 10.5	△ 10.9
韓国	242,366	52	363,824	106	476,537	117	31.0	10.4
シンガポール	245,658	51	268,668	63	386,061	98	43.7	55.6
全世界	6,289,072	1,266	6,724,127	1,501	8,074,274	1,717	20.1	14.4

注：対象はHSコード 1904.90 (常温保存が可能なパックご飯)

出所：Global Trade Atlas (IHS Markit) より作成

農林水産省「[輸出拡大実行戦略](#)」(2025 年 5 月)によると、パックご飯や加工米飯については、簡単かつ手軽に日本産米を食べることができるという特性を最大限訴求し、輸出拡大を図るとしている。現状の輸出先国・地域の規制に対応が十分に進んでいないという課題に対しては、国際認証等の取得や輸出向け生産に必要な機械・設備導入などの支援することを記載している。

[全日本コメ・コメ関連食品輸出促進協議会](#)は、[認定農林水産物・食品輸出促進団体](#)として、海外における販路開拓活動を積極的に取り組んでいる。

〔米粉等〕

2023 年の日本の米粉等の輸出は、金額ベースで前年比 14.7%減の 85 万ドルであった (表 2)。数量ベースでは同 32.3%減の 151 トンと、金額・数量ともに前年から減少している。輸出相手国・地域でみると、1 位は米国で、金額ベースで 17 万 9,123 ドル (同 20.4%減)、数量ベースでは 41 トン (同 14.6%減)、2 位は台湾で金額ベースは 17 万 8,273 ドル (同 2.2%減)、数量ベースは 41 トン (同 5.1%増)、3 位はシンガポールで金額ベースは 17 万 1,871 ドル (同 18.5%増)、数量ベースは 10 トン (同 42.9%増) であった。

なお、2024 年の米粉等の輸出額は、1 億 1,000 万円 (同 43%増) であった (出所：農林水産省「[米の輸出について](#)」)。



▼表2：日本の米粉等輸出

(単位：ドル、トン、%)

	2021年		2022年		2023年		前年比	
	金額	数量	金額	数量	金額	数量	金額	数量
米国	109,815	11	224,896	48	179,123	41	△ 20.4	△ 14.6
台湾	182,675	32	182,340	39	178,273	41	△ 2.2	5.1
シンガポール	125,705	10	145,028	7	171,871	10	18.5	42.9
タイ	165,682	43	154,596	47	154,058	34	△ 0.3	△ 27.7
マレーシア	18,116	2	18,262	6	33,402	4	82.9	△ 33.3
全世界	765,178	137	998,576	223	852,105	151	△ 14.7	△ 32.3

注：対象はHSコード 1102.90 (Cereal Flours Other, Nesoi)

出所：Global Trade Atlas (IHS Markit) より作成

農林水産省「[コメをめぐる状況](#)」(2025 年 7 月)によると、アメリカや欧州を中心に、世界のグルテンフリー市場は順調に拡大しており、米粉によるグルテンフリー市場の取り込みに向けて、更なる需要喚起をしている。

また、コメ・パックご飯・加工米飯・米粉および米粉製品は、農林水産省「[輸出拡大実行戦略](#)」(2025 年 5 月)において、輸出重点品目として選定されており、2030 年までに輸出額 922 億円(うち米国 216 億円、EU・英国 176 億円、シンガポール・台湾・香港 141 億円など)を目標としている。国別のニーズ・規制に対応するための課題・方策として「品目団体による展示会への出展や商談会の開催のほか、他品目との連携による顧客の深掘りや、拡大するグルテンフリー市場において米粉・米粉製品の需要開拓を図る」や「容器・包装等の各種規制への対応に必要な取組を支援する」などが挙げられている。

〔包装米飯等〕

●米国

2023 年の米国の包装米飯等輸入額は前年比 1.2%増の 3 億 1,272 万ドル、輸入量は同 2.4%減の 10 万 5,621 トンであった(表 3)。主要輸入相手国の動向をみると、1 位のカナダは金額ベースで 1 億 1,461 万ドル(前年比 4.1%減)、数量ベースで 4 万 556 トン(同 5.3%減)、2 位の韓国は金額ベースで 7,368 万ドル(同 24.1%増)、数量ベースで 2 万 3,924 トン(同 21.2%増)、3 位のスペインは金額ベースで 3,050 万ドル(同 5.8%減)、数量ベースで 9,897 トン(同 16.2%減)であった。



▼表3：米国の包装米飯等輸入

(単位：ドル、トン、%)

	2021年		2022年		2023年		前年比	
	金額	数量	金額	数量	金額	数量	金額	数量
カナダ	100,765,420	42,713	119,455,052	42,815	114,614,083	40,556	△ 4.1	△ 5.3
韓国	38,397,169	13,767	59,359,850	19,739	73,685,779	23,924	24.1	21.2
スペイン	18,569,123	6,493	32,375,772	11,814	30,506,349	9,897	△ 5.8	△ 16.2
メキシコ	9,344,879	3,900	11,679,632	4,418	23,452,786	8,745	100.8	97.9
タイ	16,188,964	5,649	22,740,362	8,214	20,440,697	7,286	△ 10.1	△ 11.3
日本 (13位)	1,417,224	398	1,809,739	545	2,196,078	603	21.3	10.6
全世界	238,831,934	91,168	309,010,092	108,184	312,722,562	105,621	1.2	△ 2.4

注：対象はHSコード 1904.90 (Cereals, Other Than Corn (Maize), In Grain Form, Pre-Cooked Or Otherwise Prepared, N.E.S)
出所：Global Trade Atlas (IHS Markit) より作成

一般社団法人全日本コメ・コメ関連食品輸出促進協議会による「[令和 5 年度版日本産コメ・コメ加工品輸出ハンドブック \(米国\)](#)」(2024 年 6 月) では、日本産の包装米飯のほか、米国、台湾、韓国、英国、タイなどの商品も取り扱われていると紹介されている。また、様々な味がついたレトルトライスは、どのスーパーマーケットでも大きなスペースを占めているとしている。

また、ジェトロ「[海外有望市場商流調査 \(米国\)](#)」(2022 年 3 月) によると、以下のよう
にまとめている。

- ・日本産包装米飯は、日系やアジア系マーケットでの販売が中心だが、米国市場向けに開発、包装された商品は米系マーケットでの流通もみられる。
- ・米国は日本産パックライスの最大の輸出先である。

なお、JFOODO では、[日本産米粉のプロモーション](#)を米国、フランス、ドイツで過去に実施していた。

●台湾

2023 年の台湾の包装米飯等輸入額は前年比 19.7%減の 399 万ドル、輸入量は同 2.4%増の 2,261 トンであった(表 4)。主要輸入相手国の動向をみると、1 位の韓国は金額ベースで 150 万ドル(前年比 50.0%減)、数量ベースで 326 トン(同 46.6%減)であり、2 位のオーストラリアは金額ベースで 111 万ドル(同 18.4%増)、数量ベースで 1,638 トン(同 20.3%増)、3 位の日本は金額ベースで 105 万ドル(同 29.5%増)、数量ベースで 205 トン(同 34.0%増)であった。



▼表4：台湾の包装米飯等輸入

(単位：ドル、トン、%)

	2021年		2022年		2023年		前年比	
	金額	数量	金額	数量	金額	数量	金額	数量
韓国	2,250,964	544	3,002,488	611	1,500,573	326	△ 50.0	△ 46.6
オーストラリア	621,819	921	940,381	1,362	1,113,682	1,638	18.4	20.3
日本	752,560	133	815,379	153	1,056,284	205	29.5	34.0
イタリア	43,994	8	54,758	8	201,656	40	268.3	400.0
インドネシア	40,649	31	44,414	39	30,830	22	△ 30.6	△ 43.6
全世界	3,765,886	1,660	4,976,098	2,207	3,997,991	2,261	△ 19.7	2.4

注：対象はHSコード 1904.90 (Cereals, Other Than Corn (Maize), In Grain Form, Pre-Cooked Or Otherwise Prepared, N.E.S.O.I.)

出所：Global Trade Atlas (IHS Markit) より作成

JFOODO「[台湾の今がわかる！現地“食”情報レポート](#)」(2025 年 3 月)によると、台湾では共働きが多く、外食文化が発展して自炊機会が少ないことが特徴であったがコロナ禍以降、中食や内食(自炊)への関心が高まっている。しかし、自炊に不慣れな人々を中心に、レトルト食品や冷凍食品といった簡単に調理できる食品の需要が増加したと指摘している。

また、一般社団法人全日本コメ・コメ関連食品輸出促進協議会「[令和 5 年度版日本産コメ・コメ加工品輸出ハンドブック \(台湾\)](#)」(2024 年 6 月)によると、台湾における包装米飯については、日本産と他国・地域産(韓国、台湾)の価格差はそれほどではないとしている。

〔米粉等〕

●米国

2023 年の米国の米粉等輸入額は前年比 2.1%増の 7,581 万ドル、輸入量は同 11.1%増の 6 万 4,118 トンであった(表 5)。主要輸入相手国の動向をみると、1 位のカナダは金額ベースで 3,029 万ドル(前年比 10.5%減)、数量ベースで 2 万 5,747 トン(同 1.5%減)であり、2 位のタイは金額ベースで 1,122 万ドル(同 19.6%減)、数量ベースで 9,767 トン(同 21.7%減)、3 位のインドは金額ベースで 771 万ドル(同 7.3%増)、数量ベースで 8,789 トン(同 15.3%増)であった。日本からの輸入は現状 20 位だが、金額・数量とも増加している。

▼表5：米国の米粉等輸入

(単位：ドル、トン、%)

	2021年		2022年		2023年		前年比	
	金額	数量	金額	数量	金額	数量	金額	数量
カナダ	19,747,365	24,732	33,859,612	26,149	30,297,201	25,747	△ 10.5	△ 1.5
タイ	12,818,936	11,261	13,960,743	12,475	11,225,407	9,767	△ 19.6	△ 21.7
インド	8,778,871	9,612	7,187,854	7,620	7,714,296	8,789	7.3	15.3
チリ	—	—	2,278,874	2,522	6,259,200	8,108	174.7	221.5
アラブ首長国連邦	—	—	—	—	4,920,779	3,261	—	—
日本(20位)	215,889	101	284,902	111	342,468	115	20.2	3.6
全世界	55,071,559	53,039	74,272,914	57,701	75,819,614	64,118	2.1	11.1

注：対象はHSコード 1102.90 (Cereal Flours Other, Nesoi)

出所：Global Trade Atlas (IHS Markit) より作成



一般社団法人全日本コメ・コメ関連食品輸出促進協議会「[令和 5 年度版日本産コメ・コメ加工品輸出ハンドブック（米国）](#)」（2024 年 6 月）によると、日本産の米粉および米粉麺の商品は、調査した店舗では白玉粉や上新粉などの米菓などに使用される商品が売られていたが、他国産の商品と比べると商品数が少なく、価格も高いとしている。

また、ジェトロ「[海外有望市場商流調査（米国）](#)」（2022 年 3 月）によると、日本産米粉において、米国は最大の輸出先でグルテンフリーなどの特徴で支持されているとしている。

●台湾

2023 年の台湾の米粉等輸入額は前年比 5.0%減の 511 万ドル、輸入量は同 3.2%減の 5,878 トンであった（表 6）。主要輸入相手国の動向をみると、1 位のタイは金額ベースで 438 万ドル（前年比 2.8%増）、数量ベースで 5,399 トン（同 1.4%増）であり、2 位の日本は金額ベースで 28 万ドル（同 28.4%減）、数量ベースで 77 トン（同 3.8%減）、3 位のスウェーデンは金額ベースで 14 万ドル（同 56.6%減）、数量ベースで 90 トン（同 54.5%減）であった。タイからの輸入が引き続き金額・数量のほとんどを占めている。

▼表6：台湾の米粉等輸入

	2021年		2022年		2023年		前年比	
	金額	数量	金額	数量	金額	数量	金額	数量
タイ	2,443,569	2,711	4,270,059	5,324	4,388,834	5,399	2.8	1.4
日本	379,031	74	393,137	80	281,557	77	△ 28.4	△ 3.8
スウェーデン	—	—	326,793	198	141,772	90	△ 56.6	△ 54.5
インドネシア	80,481	117	80,163	130	88,439	151	10.3	16.2
フィンランド	5,940	6	129,838	170	67,936	51	△ 47.7	△ 70.0
全世界	3,044,405	3,046	5,388,659	6,073	5,119,457	5,878	△ 5.0	△ 3.2

注：対象はHSコード 1102.90（Cereal Flours Other, Nesoi）

出所：Global Trade Atlas（IHS Markit）より作成

●その他

・JFOODO「[2021 年度 農林水産物・食品 8 品目流通調査](#)：コメ・パックスライス／シンガポール」（2022 年 7 月）

・JFOODO「[2021 年度 農林水産物・食品 8 品目消費者調査](#)：パックスライス（シンガポール/香港）」（2022 年 7 月）

・JFOODO「[米国での日本産米粉浸透を目指して 日本産米粉を使ったベーカリーレシピ 2 種類を発表 世界有数の調理教育機関カリナリー・インスティテュート・オブ・アメリカが開発](#)」（2021 年 12 月）

・ジェトロ「[日本産食材ピックアップ（米粉）](#)」

・ジェトロ「[ロサンゼルスでおにぎりブームのワケ - パックご飯とのりを米国で売る -](#)」（2023 年 3 月）」



- ・ジェトロ「[CPTPP への加入を前にロンドンで日本産コメ・コメ加工品商談会を開催\(日本、英国\) \(2024 年 11 月 25 日記事 \)](#)」
- ・一般社団法人全日本コメ・コメ関連食品輸出促進協議会「[アメリカに於ける包装米飯に関する調査報告](#)」(2016 年 1 月)
- ・NPO 法人国内産米粉促進ネットワーク「[欧米・豪州等 6 か国、組織における グルテンフリー表示に係る調査報告書](#)」(2017 年 3 月)

ジェトロ「[現地市場価格調査](#)」では、包装米飯、米粉の主要都市における市場価格をまとめている。輸入規制、輸入手続きに関しては、[ジェトロのポータル](#)にて、香港、台湾、韓国、中国、シンガポール、マレーシア、タイ、ベトナム、インド、米国、カナダ、オーストラリア、EU、英国、ロシア、UAE、メキシコをまとめている。

本レポートに関する問い合わせ先：

日本貿易振興機構（ジェトロ）

農林水産食品部 市場開拓課 調査チーム

〒107-6006

東京都港区赤坂 1-12-32 アーク森ビル

TEL：03-3582-5186

【免責事項】

本レポートで提供している情報は、ご利用される方のご判断・責任においてご使用ください。ジェトロでは、できる限り正確な情報の提供を心がけておりますが、本レポートで提供した内容に関連して、ご利用される方が不利益を被る事態が生じたとしても、ジェトロ及び執筆者は一切の責任を負いかねますので、ご了承ください。