

誰も言わない北海道の「実力」と 今後の戦略

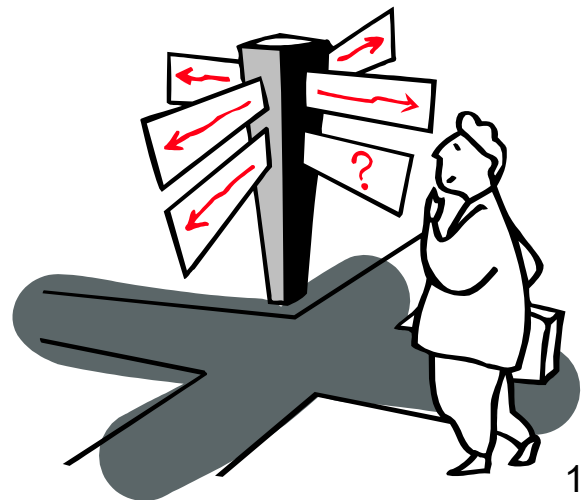
2025年7月10日

株式会社 日本総合研究所 主席研究員

株式会社 日本政策投資銀行 地域企画部 特任顧問

Fact Finder & Structure Perceiver
事実発見&構造把握業

もたに
藻谷浩介 kosuke@motani.com



人口500万人の北海道。 もし独立国だったら、大きさは？

✕ 世界196ヶ国の中で下位10%の中

✕ 世界196ヶ国の中で下位20%の中

③ 上から3分の2に入る大きさ

欧州有数の金持ち国アイルランドや、NZと同規模です。

(昔比較していたデンマークは、今では600万人)

日本は世界12位の人口大国だと知っていますか？

どうする？の前に現実を把握せよ

例①：日本の治安

戦後の日本で殺人事件の件数が一番少なかったのはいつ？ @警察庁 犯罪白書

× 人情が豊かだった1950年 **2900件**

× 高度成長期の1970年 **2000件**

× バブル景気の1990年 **1200件**

④ 今現在 **850件**

どうする？の前に現実を把握せよ

戦後
一
昭和どころか、
もう平成も終わっている。
世の中はすっかり変わった。

でも頭の中は昭和のまま。
平成後期生まれの若者でも、
親の「昭和」を引き継いでいる。

昭和の価値観で判断していると
やっぱり間違ってしまう。
令和の現実を学べ。

×
×
×
④ 今現在

罪白書

90件

900件

1200件

850件

どうする？の前に現実を把握せよ

例②：日本の食料自給

農林水産省「生産農業所得統計」2023暦年

① 米	全体の6分の1以下しかない	1兆5190億円	100
② 麦	国内消費額はもはや米を上回る ←パンもパスタも輸入に依存	680億円	4
③ 野菜・芋・豆		2兆6120億円	172
④ 肉	輸入肥料に依存	2兆1340億円	140
⑤ 果実	輸入飼料に依存	9590億円	63

→ 食糧自給率を上げるカギは、以下の自給促進。

① 麦、② 飼料(トウモロコシ)、③ 肥料(←生ごみリサイクル)

どうする？の前に現実把握③ ライバル国 日本が経常収支赤字の相手は？

2024年 ©財務省国際収支状況

- ① 対 米国
- ② 対 中国^{+香港}
- ③ 対 台湾
- ④ 対 インド
- ⑤ 対 ドイツ
- ⑥ 対 イタリア
- ⑦ 対 スイス

経常収支とは、輸出－輸入
のほか、金利配当、観光、
ソフト代金(デジタル赤字)、
著作権料などを加えた数字

ちなみに、化石燃料産出国
に対しては大赤字

対中東 △9兆円

対豪州 △3兆円

対インドネシア+マレーシア+
ベトナム+フィリピンで△4兆円

どうする？の前に現実把握③ ライバル国 日本が経常収支赤字の相手は？

2024年 ©財務省国際収支状況

お得意様トップ
日本の黒字は
21兆円/年

米国

➡ 黒字相手4位はケイマン諸島 4.1兆円

お得意様第2号
日本の黒字は
4.6兆円/年

中国+香港

5位はオランダ 3.9兆円

6位は韓国 3.9兆円

お得意様第3号
日本の黒字は
4.3兆円/年

台湾

➡ 黒字相手 8位は英国 2.6兆円

9位はシンガポール 1.7兆円

10位はメキシコ 1.3兆円

お得意様第7号
日本の黒字は
2.6兆円/年

インド

工業国相手だと日本は、機械・ハイテク
部品・高機能素材を売って、大黒字

お得意様第11号
日本の黒字は
0.8兆円/年

ドイツ

ブランド衣料品・工芸品・食加工品
➡ パスタとオリーブオイル

日本が
常に
赤字

対 イタリア

日本が
常に
赤字

対 スイス

➡ 薬品と手作り時計
最低月給が50万円以上

どうする？の前に現実把握③ ライバル国 日本が経常収支赤字の相手は？

2024年 ©財務省国際収支状況

お得意様トップ
日本の黒字は
21兆円/年

米国

黒字相手4位はケイマン諸島 4.1兆円

お得意様第2号
日本の黒字は
4.6兆円/年

中国+香港

5位はオランダ 3.9兆円

お得意様第3号
日本の黒字は
4.3兆円/年

台湾

黒字相手 6位は韓国 3.9兆円

お得意様第7号
日本の黒字は
2.6兆円/年

インド

8位は英国 2.6兆円

9位はシンガポール 1.7兆円

10位はメキシコ 1.3兆円

お得意様第11号
日本の黒字は
0.8兆円/年

ドイツ

工業国相手だと日本は、機械・ハイテク
部品・高機能素材を売って、大黒字

日本が
常に
赤字

対 イタリア

最大都市圏ミラノが
札幌程度の大きさ

総人口6千万人弱

日本が
常に
赤字

対 スイス

最大都市圏チューリッヒが
旭川程度の大きさ

総人口8百万人

どうする？の前

ライバル国

日本が

手は？

日本は新興工業国や米英独から儲け続けている。

省国際収支状況

お得意様ト

日本の黒字
21兆円

4.1兆円

他方でスイスやイタリア、フランスには赤字。共通点は？

① 観光立国、手作りブランド立国

② 高い人件費、短い労働時間

③ 農山漁村に売上単価の高い産業、豊かな暮らしがある

④ 地消地産を実践し豊かに暮らすことを優先

対
対

スイス

ハイテク
黒字

6千万人弱

総人口8百万人

日本が常に赤字

日本が常に赤字

品

50万円以上

天皇・皇后のモンゴルご訪問には 日本のどういう意図があるのでしょうか？

☆ 旧ソ連によるモンゴル抑留者の慰霊？

☆ 大相撲でつながる友好を拡大？

☆ モンゴルにある地下資源の確保？

☆ ロシアへの牽制

歴史を学び、そこから推論しないと見つからない情報

★ モンゴルは、スターリンが造り、旧ソ連の衛星国だった

★ ロシアは、モンゴル帝国から逃れたスラブ人が建国

☆ 中国への牽制

地図を見て、そこから推論しないと見つからない情報

★ モンゴル人の半数以上は、中国の内モンゴルに在住

★ 中国は、モンゴル帝国（元）に支配された過去がある

情報をどこから取っていますか？

☆ 言語情報

★ テキスト (文字になった情報) AIはこれを編集

★ 数字 AIでは出てこない AIは数字を読んで推論することができない

☆ 非言語情報

★ 誰かの作成した動画・画像 AIはこれを利用

★ 地図や衛星写真 AIでは出てこない AIは地図を読んで推論することができない

★ 自分で見た光景

★ 自分で聞いた音

★ 自分で感じた触覚

★ 自分で感じた味覚・嗅覚

AIでは出てこない

AIは自分で見て聞いて感じることはできない

見て聞いて感じたことを言語化することもできない

現生人類の物事の認識方法

- 正誤の判断基準 = 周囲の他人がどう言っているか

みんなの
考え

生成AIが出力
する“常識的”見方

個人の
自説

“ユニーク”な
ものの見方

全員の意見

大きな集団の意見

少数集団の意見

一人の意見

「大勢の信じる文字情報」が、日々自動的に個人の脳のメモリを充填する
(つまり人間の脳は生来、生成AIと同じ仕組みになっている)

でも世界は本当はこうなっている

- 自他の意見に関係なく分かれる3つの区分

客観的に間違い！

よくわからない！...

客観的に正しい！

・反証あり
・論理的に
不整合
・実際そう
ならない

蓋然性低い

真偽不明

蓋然性高い

・反証なし
・論理的に
整合
・実際に
そうなる

空気は無視、真偽不明は真偽不明

- 反証を確認し、「蓋然性」を「推論」する訓練をしよう

全員の意見 大きな集団の意見

少数集団の意見 一個人の意見

皆が思い
込む間違い

少数が思い
込む間違い

要注意!

判断保留事項

判断保留事項

皆が認識
する事実

少数が認識
する事実

・反証あり
・論理的に
不整合
・実際そう
ならない

蓋然性低い

判定不能

蓋然性高い

・反証なし
・論理的に
整合
・実際に
そうなる

要注目!

空気は舞

真偽不明

- 反証

をしよう

「何が事実かなんて
わからない」というのは大間違い。

多くは「判断保留」事項だが、
正確に判断できる事実/誤りもある。

事実の認識は「雪道の運転」
基本技術+雪道への慣れが必要
慣れていても一瞬の油断で事故に

暗記は無用。スリップした経験が必要。

後から振り返って、間違いを自覚し、

反省を繰り返せば、習熟へ。

自覚
する

認識
事実

7月5日天災説をどう見ましたか？

- ？ 当たるかもしれないので怖かったが、7月5日が無事過ぎたので安心した
- ？ デマなので、最初から気にしなかった
- ？ 元々の予知夢は、7月5日限定で災害が起きるという内容ではなかったのですが、これから大災害が来るのではと怖い
- ？ 元々の予知夢は、7月5日限定で災害が起きるという内容ではなかったし、津波や海底火山の噴火は、いつでも起きうる（深海の陸地化は起きないが）

求職中の人が少ない（完全失業率が低い）のはどこでしょう？

2020年国勢調査

- | | |
|-------|------|
| ① 東京都 | 1.9% |
| ② 大阪府 | 2.3% |
| ③ 愛知県 | 1.9% |
| ④ 北海道 | 2.2% |
| ⑤ 札幌市 | 2.4% |
| ⑥ 根室市 | 1.6% |

求職中の完全失業率

が

道産子は言います。
「地元には仕事がない」と。

国勢調査

でも失業率は田舎も都会も2~3%。
過疎山村や離島では1%未満も。

失業率3%を「完全雇用」と呼び、
2%台以下は人手不足が深刻。

つまり、「仕事がない」とは
給料が安いということ？

⑥

概三

0%

働いている人一人当たりの所得は どれくらい違うのでしょうか？

課税対象所得額

① 東京都	492万円	100
② 大阪府	365万円	74
③ 愛知県	382万円	78
④ 北海道	318万円	65
⑤ 札幌市	335万円	68
⑥ 根室市	309万円	63

働いていづれの所得は

象所得額

道産子は言います。
「地元は給料が安い」と。

確かに北海道民の所得の水準は、
東京の3分の2、大阪の9割弱。
でも家賃や食費の違いはもっと大きいはず。

しかも所得は東京と2倍は違わないので、
道内の共働き家庭は、東京の専業主婦
家庭よりは、実はお金持ちですね…

- ⑤ 住居費や食費が安い地元で 68
暮らすとお得では？
- ⑥ 根室市 63

日本在住の乳幼児(0~4歳)は
1975年には1004万人いた。
2024年元旦現在は何人？

× その3分の2の670万人

× その4分の2の500万人

③ その5分の2の410万人

日本の0~9歳は 2024年元旦現在 900万人。
それに対し20~29歳は1280万人、50~59歳は1810万人いる。

従って20代は、20年後には900万人になる (←1280万人から3割減)
50代は、30年後には1280万人にない (←1810万人から3割減)
50年後には900万人になる (←1810万人から半減)

住民票数の増減
(居住外国人含む)
19→24年

人口が減るのは地方だけ？

総人口 15-44歳 75歳以上 0-4歳の
増減率 の増減率 の増減率 増減率

① 東京都	+1%	△3%	+12%	△16%
② 大阪府	△1%	△5%	+15%	△12%
③ 愛知県	△2%	△6%	+14%	△19%
④ 札幌市	+0.1%	△7%	+18%	△17%
⑤ 千歳市	+1%	△4%	+19%	△14%
⑥ 根室市	△11%	△17%	+0.4%	△32%
⑦ 留寿都村	△1%	+7%	△9%	△28%
⑧ 滝上町	△12%	△17%	△8%	<u>+3%</u>

高齢化率4割超の518市町村のうち、3町村で増加

同左518市町村のうち339市町村で減少

同左518市町村のうち22市町村で増加

地方だけ？

住民票数の増減
(居住外国人含)
19→

0-4歳の
増減率

勘違いしてませんか、
「都会は若者が増え続ける」と。

ところが東名阪でも札幌でも、
若者は減っていますし、今後も減ります。
どんどん流れ込んでいるのに、なぜ？

それは「地元生まれ」が減っているから。
都会は田舎に比べてとても出生率が低く、
新たに15歳を超える地元生まれの子が
45歳を超える人の半分もいません。

都会に若者が集まるほど、
子どもが消えます。

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥
- ⑦
- ⑧

留
滝上町

高齢化率
のうち、
55
村で減少

同左518市町村のうち
22市町村で増加

%
%
%
%
%
%
28%
+3%

地方だけ？

住民票数の増減
(居住外国人含)

19→

勘違いしてませんか、
「田舎は高齢者が増加中」と。

0-4歳の
増減率

①

ところが数えてみると、過疎地ではもう
75歳以上の人の数は減り始めています。
反対に都会では75歳以上が今後も増加。

%
%
%

都会では、田舎から集まり続けた若者が
続々75歳を越え、医療や介護がピンチ。
しかも支える側の若者は減っています。

⑥

田舎ではもう、年寄りの成り手
が足りず、医療介護の予算
が減って行きます。

%
28%
+3%

⑦

⑧

留
滝上町

同数化
のうち、
のう
55
町村で減少

同左518市町村のうち
22市町村で増加

2050年の日本はどうなっている？

× 過疎地は消滅に向かい、
都会だけが栄えている

② 地方の若者が減り過ぎて都会への流入も減り
都会も衰退する

③ 過疎地から先に高齢者が増えなくなり、
若者を受け入れる一部の過疎地は
子どもが再増加して、都会
より先に再生に向かう

人口が成熟したのは日本だけの話？

国連人口部2024年推計予測 中位推計 **移民含む** による増減率

<u>2015→25年</u>	0-4歳 増減率	15-44歳 増減率	75歳以上 増減率
① 日本	<u>△23%</u>	<u>△14%</u>	<u>+33%</u>
② 韓国	△45%	△13%	+58%
③ 中国	△48%	△9%	+42%
④ ASEAN	△14%	+5%	+33%
⑤ インド	△9%	+11%	+40%
⑥ 西アジア	△11%	+8%	+33%
⑦ 欧州 <small>イラク、イメン、シリアを除く</small>	△18%	△6%	+15%
⑧ 南北米州	△10%	+5%	+40%

人口が成熟するのは日本だけの話？

国連人口部2024年推計予測 中位推計 **移民含む**

75歳以上

2025→50年

0-4歳
増減率

15-44歳
増減率

75歳以上
増減率

① 韓国	△9%	△41%	+2.5倍
② 中国	△16%	△34%	+2.9倍
③ ASEAN	△11%	△3%	+2.8倍
④ インド	△16%	△5%	+2.9倍
⑤ 欧州	△4%	△13%	+57%
⑥ 南北米州	△10%	△6%	+2.2倍

↓以下 国立社会保障・人口問題研究所 中位推計 **外国人居住者含む**

⑦ 東京都	△3%	△6%	+31%
⑧ 札幌を除く北海道	△36%	△40%	△8%

2050年の世界はどうなっている？

✕ 日本や中国はかなり衰え、
インドや米国が栄えている

② 世界中で少子化が始まり、高齢者は激増し、
各国が日本を追って衰える

③ 世界に先駆けて高齢者が減少に転じる
日本の地方の一部が、子どもの
再増加を実現し、一足先に
再生に向かう

2050年の日本と世界は変わっている？

×

高齢者が激増し
若者が減る日本と世界で…

え、

① オフィスに座り、打ち合わせして
いろいろ「調整」し、書類を書く仕事は、
AIによって自動化され、消えていく。

② 消費はするが労働はしない高齢層の増加により、
エッセンシャルワーカーは年々不足する。

… 医療、介護、土木建設、農林漁業、接客

→ AIに頼るような学歴エリートは不要に

→ エッセンシャルワークが高収入に

→ AIにない情報を持つ

人は生き残る

再生に

先に

北海道の可住地人口密度は世界だと？

山地と水面を除いた面積（農地含む）で人口を割ると、北海道には東京の43分の1の224人しか住んでいない。

世界の中でそんな北海道と同じ密度感の国は…？

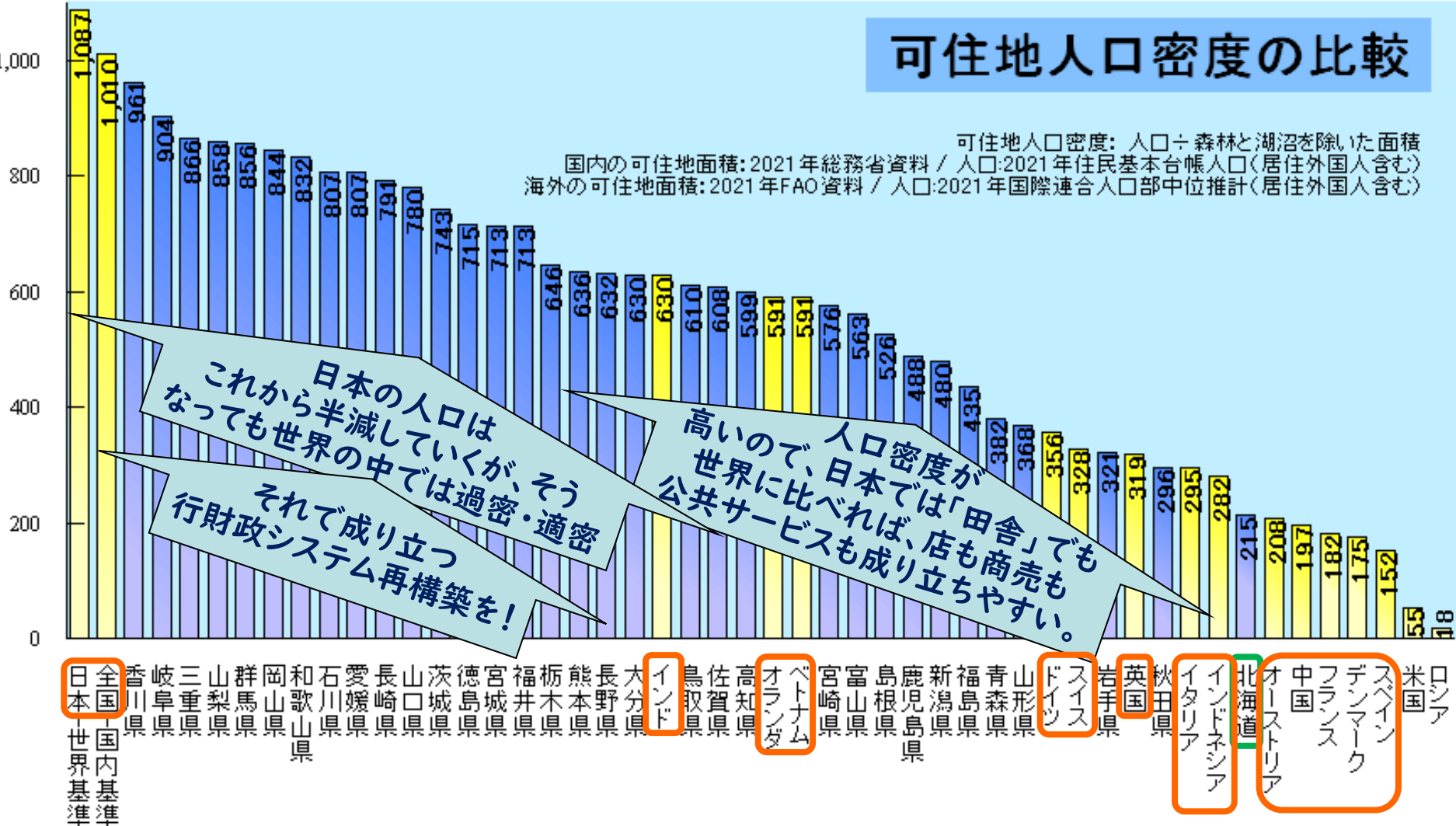
①	タイ	226人
×	中国	197人
×	フランス	182人
×	米国	55人
×	ニュージーランド	31人

“過疎”は自然資本の豊かな“適疎” 人口が半減しても、北海道はなお“適密”

人／平方キロ

可住地人口密度の比較

可住地人口密度: 人口÷森林と湖沼を除いた面積
 国内の可住地面積: 2021年総務省資料 / 人口: 2021年住民基本台帳人口(居住外国人含む)
 海外の可住地面積: 2021年FAO資料 / 人口: 2021年国際連合人口部中位推計(居住外国人含む)

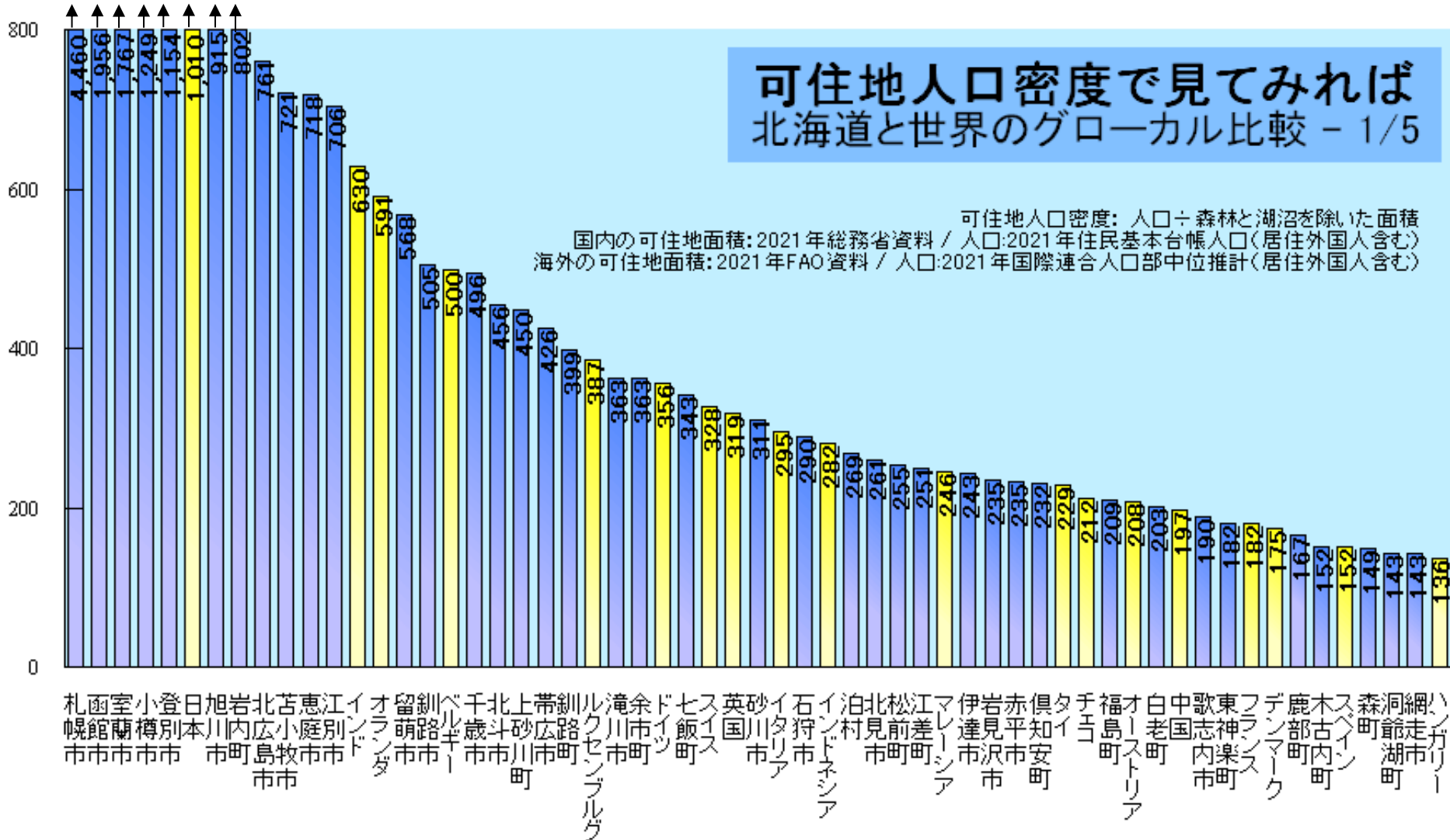


日本の人口はこれから半減していくが、そう
なっても世界の中では過密・適密
それで成り立つ
行財政システム再構築を!

高いので、人口密度が
世界に比べれば、「田舎」でも
公共サービスも成り立ちやすい。

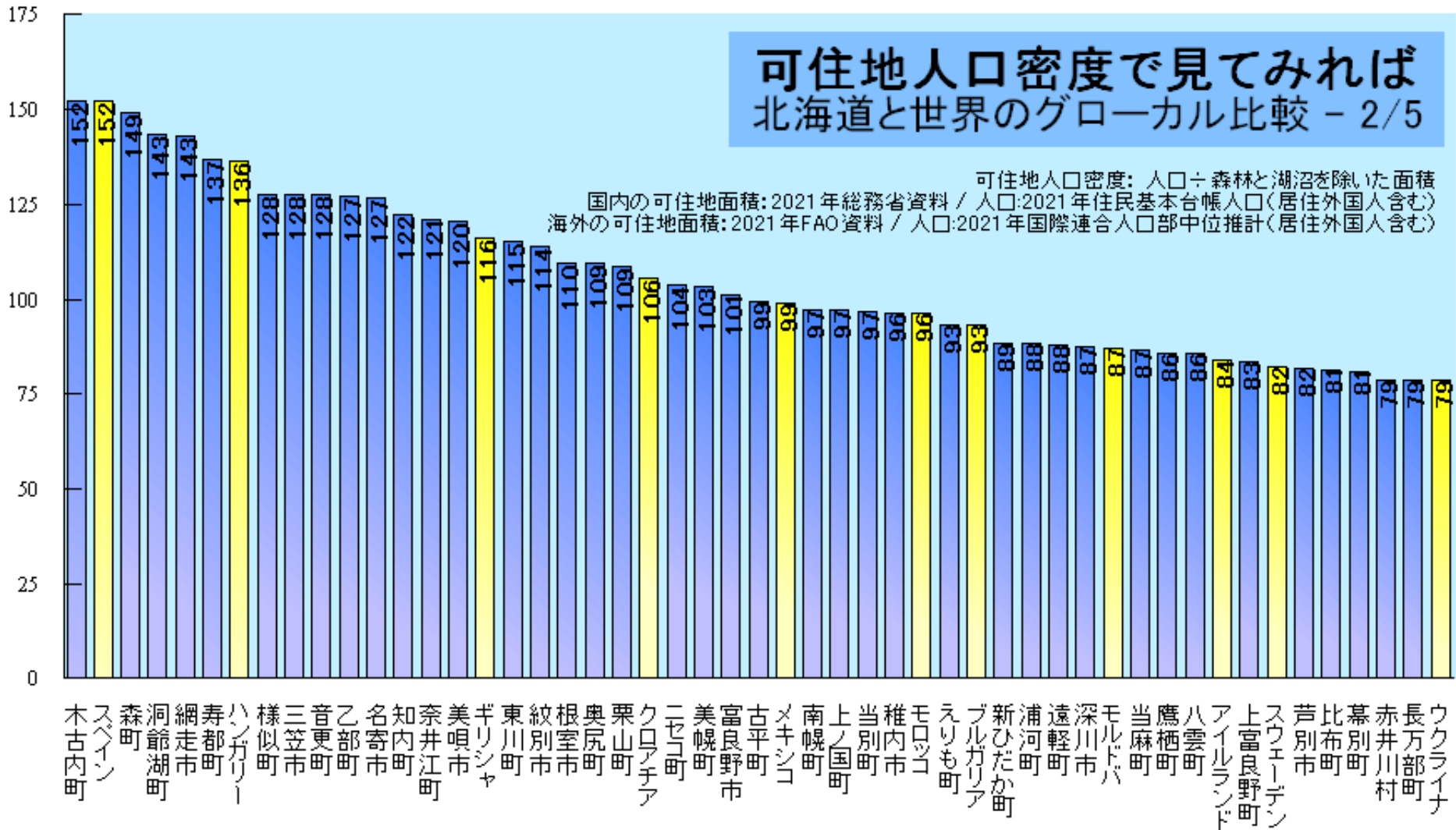
道内の主要都市が非効率なら 先進国はどこも成り立たない…！

人／平方キロ



道内の農漁村の多くは、 世界と比べれば過疎ではない…

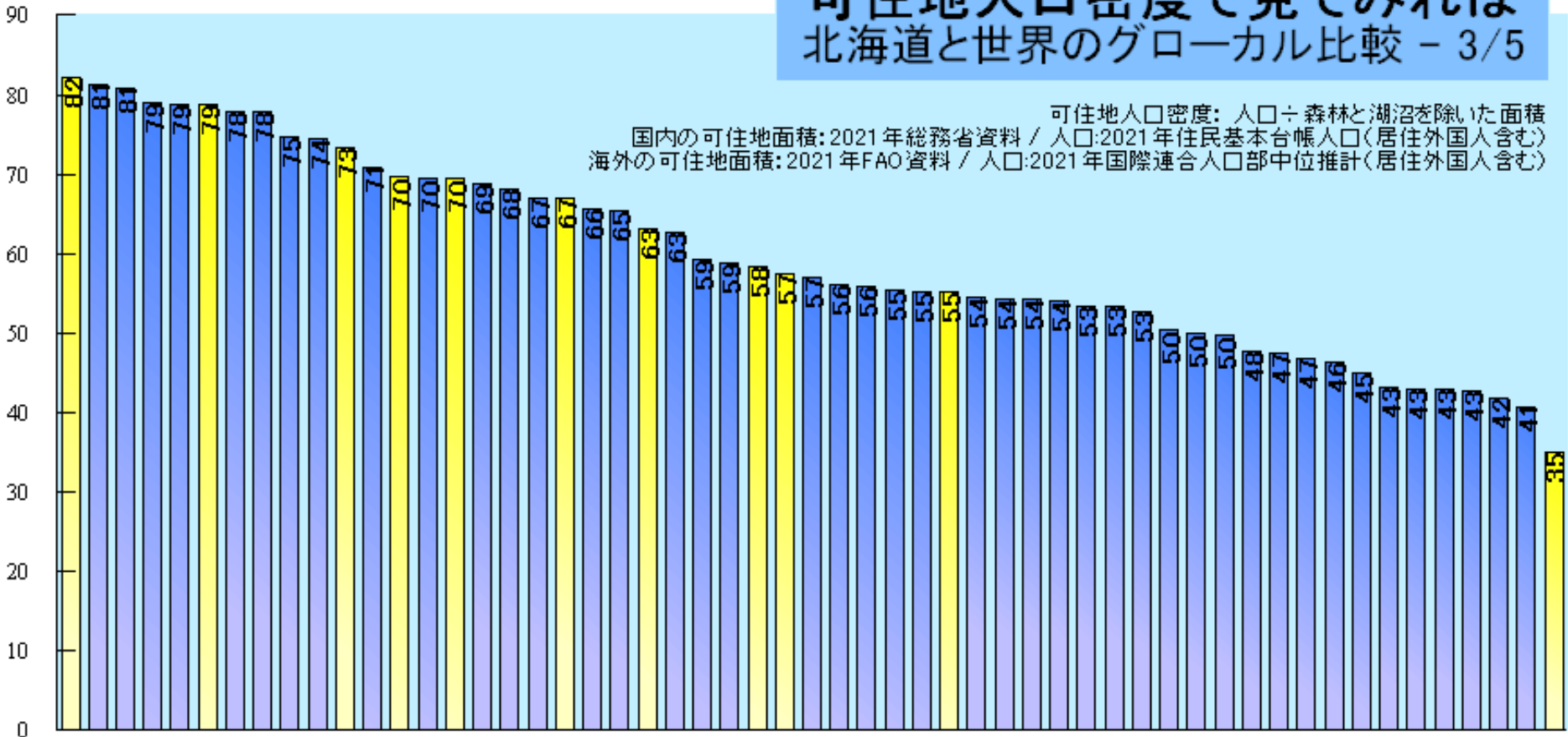
人／平方キロ



相当に家がまばらな市町村でも 米国程度の密度はある…

人／平方キロ

可住地人口密度で見ても
北海道と世界のグローバル比較 - 3/5



国内の可住地面積: 2021年総務省資料 / 人口: 2021年住民基本台帳人口(居住外国人含む)
 海外の可住地面積: 2021年FAO資料 / 人口: 2021年国際連合人口部中位推計(居住外国人含む)

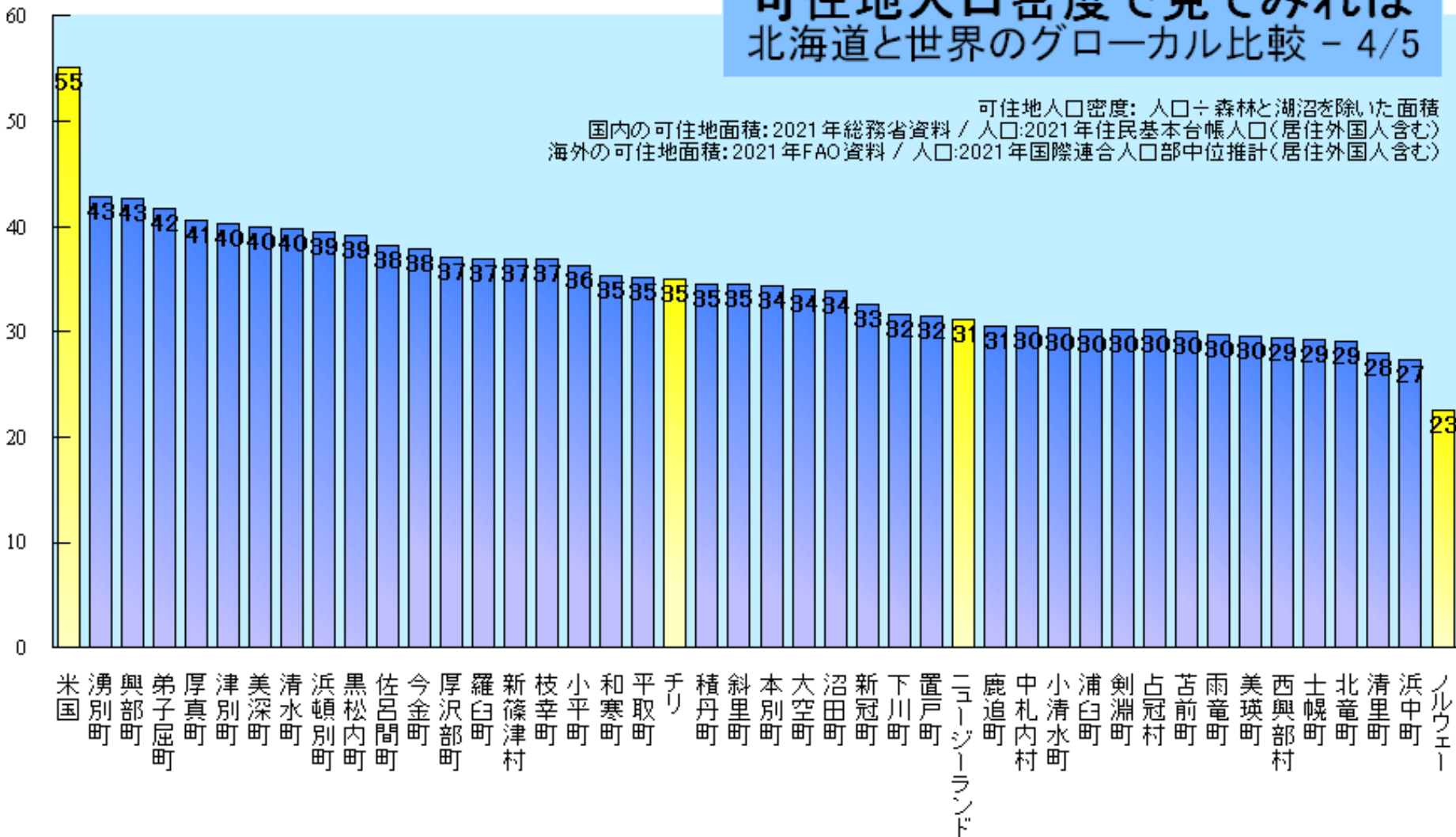
スウェーデン 比布町 幕別町 赤井川村 長万部町 ウクライナ 増毛町 神恵内村 仁木町 京極町 エストニア 中富良野町 リトアニア 利尻町 フィンランド 白糠町 羽幌町 長沼町 ラトビア 豊浦町 礼文町 ブラジル 中標津町 士別市 芽室町 イラン 南アフリカ 利尻富士町 新十津川町 夕張市 安平町 喜茂別町 米国 由仁町 壮瞥町 妹背牛町 訓子府町 共和町 愛別町 真狩村 秩父別町 むかわ町 せたな町 日高町 蘭越町 広尾町 月形町 池田町 厚岸町 留寿都村 湧別町 興部町 弟屈町 厚真町 子真町

ニュージーランドが成り立っている 以上、これらの町村も成り立つ

人／平方キロ

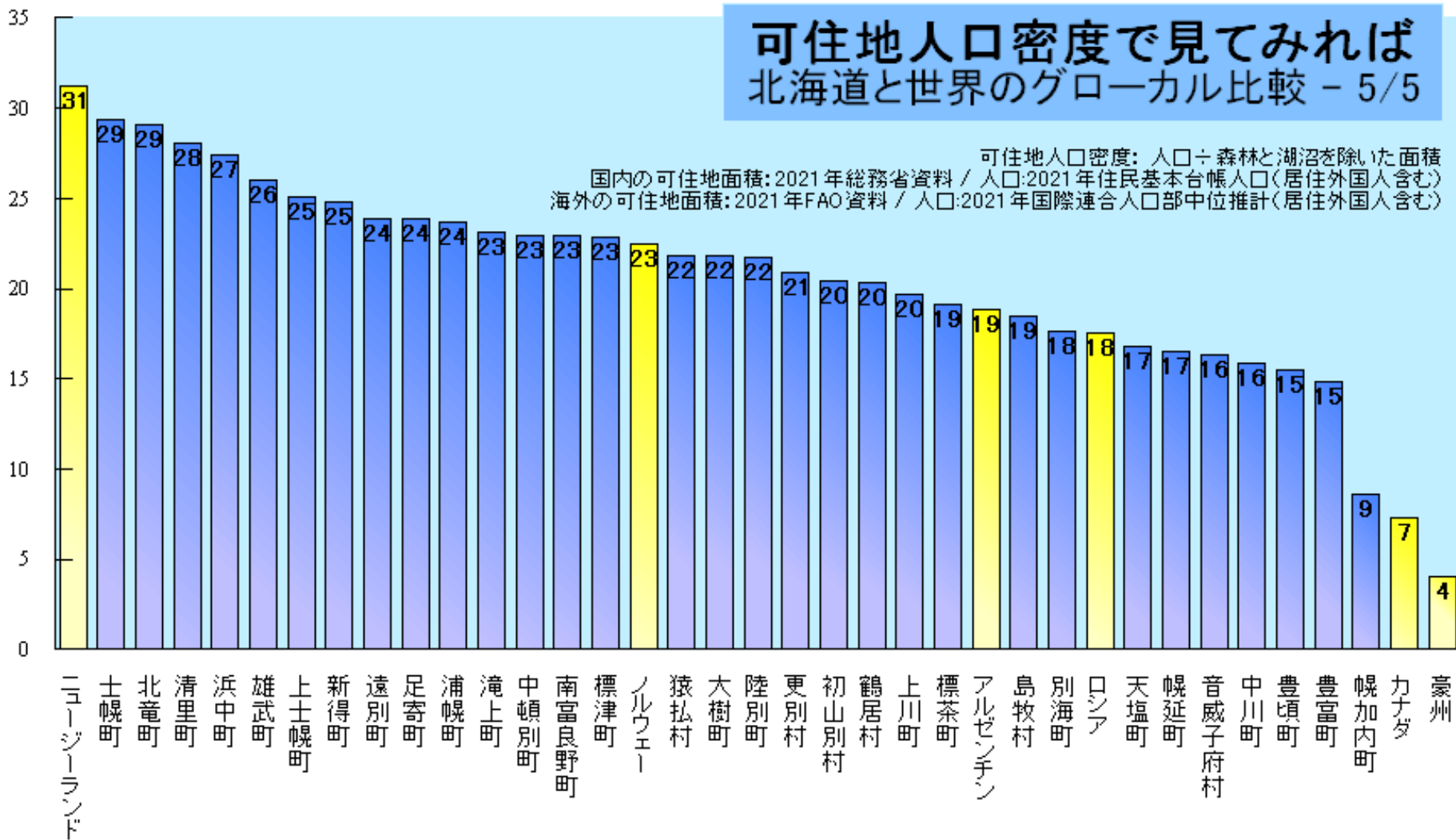
可住地人口密度で見ても
北海道と世界のグローバル比較 - 4/5

可住地人口密度: 人口 ÷ 森林と湖沼を除いた面積
国内の可住地面積: 2021年総務省資料 / 人口: 2021年住民基本台帳人口(居住外国人含む)
海外の可住地面積: 2021年FAO資料 / 人口: 2021年国際連合人口部中位推計(居住外国人含む)



道内の最過疎地でも、カナダや豪州よりは人が住んでいる…！

人／平方キロ



2024年の訪日客数を比べると…


○ 一年間に日本に来たアメリカ人は、米国民127人に1人だった。

? カナダからは? …  人に1人

? 豪州からは? …  人に1人

? シンガポールは? …  人に1人

? 韓国からは? …  人に1人

? 台湾からは? …  人に1人

? 香港からは? …  人に1人

2024年の訪日客数を比べると…

○ 一年間に日本に来たアメリカ人は、
米国民127人に1人だった。

? カナダからは? … 69人に1人

? 豪州からは? … 29人に1人

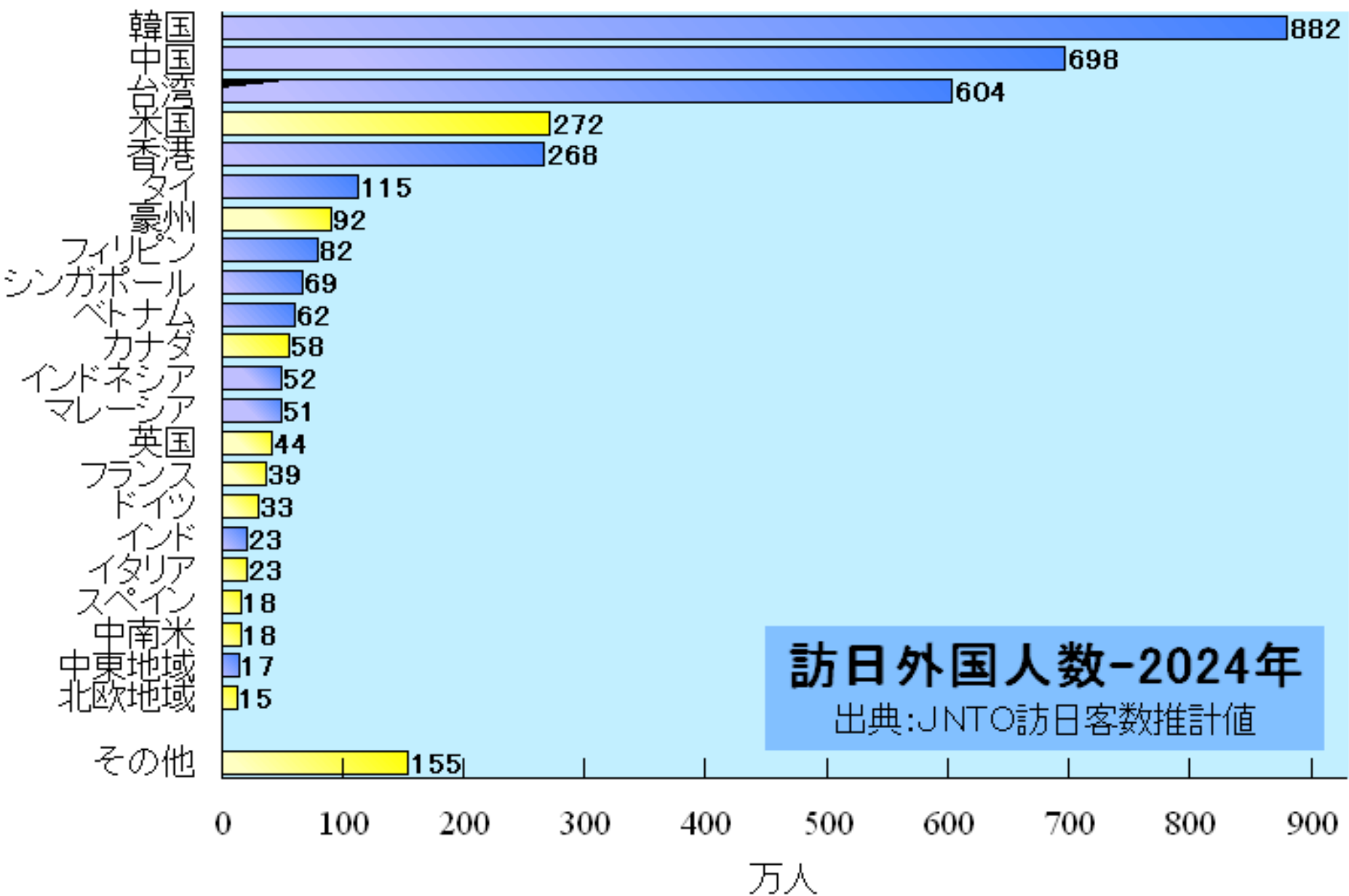
? シンガポールは? … 8人に1人

? 韓国からは? … 6人に1人

? 台湾からは? … 4人に1人

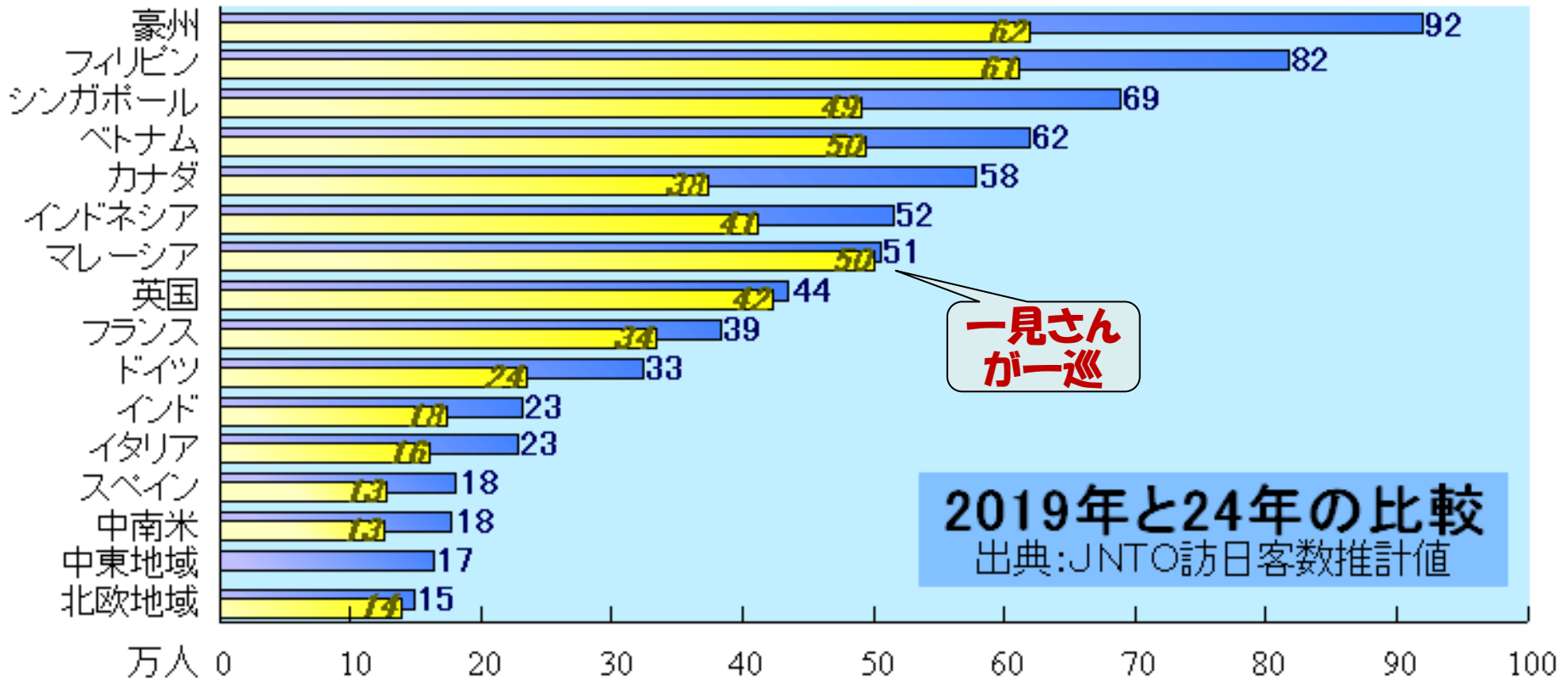
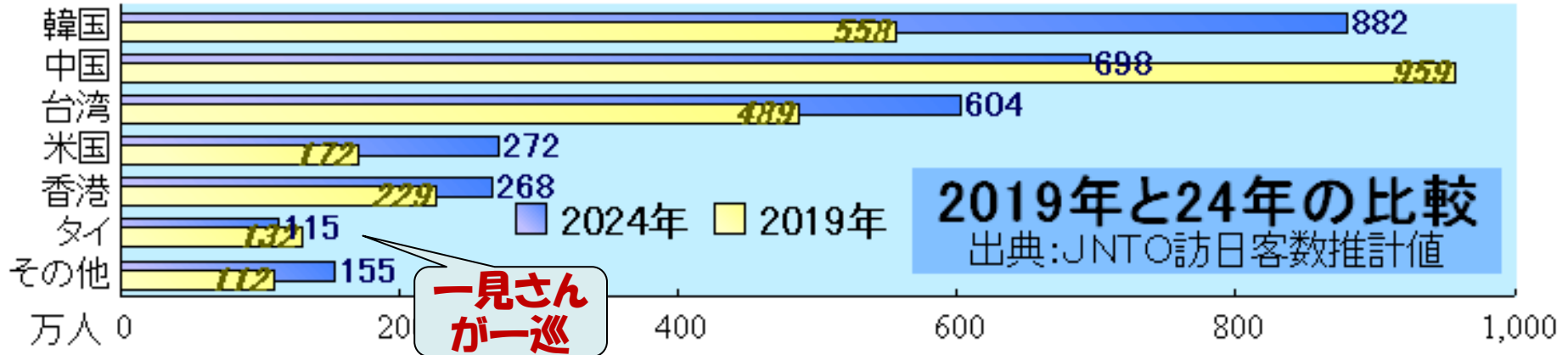
? 香港からは? … 3人に1人

訪日客数の多い国はどこか？



訪日外国人人数-2024年
出典:JNTO訪日客数推計値

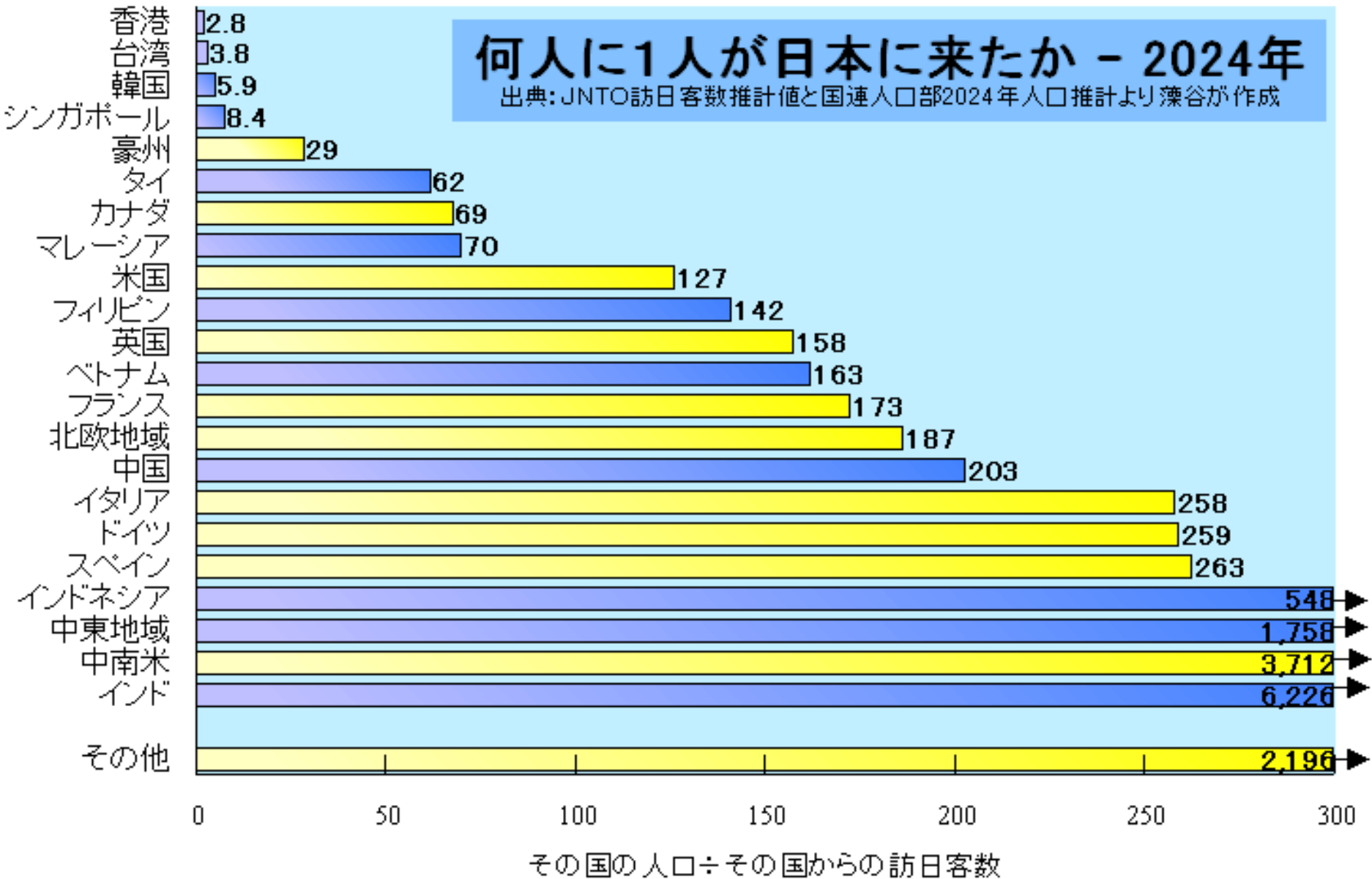
コロナ前後でどう変わったか？



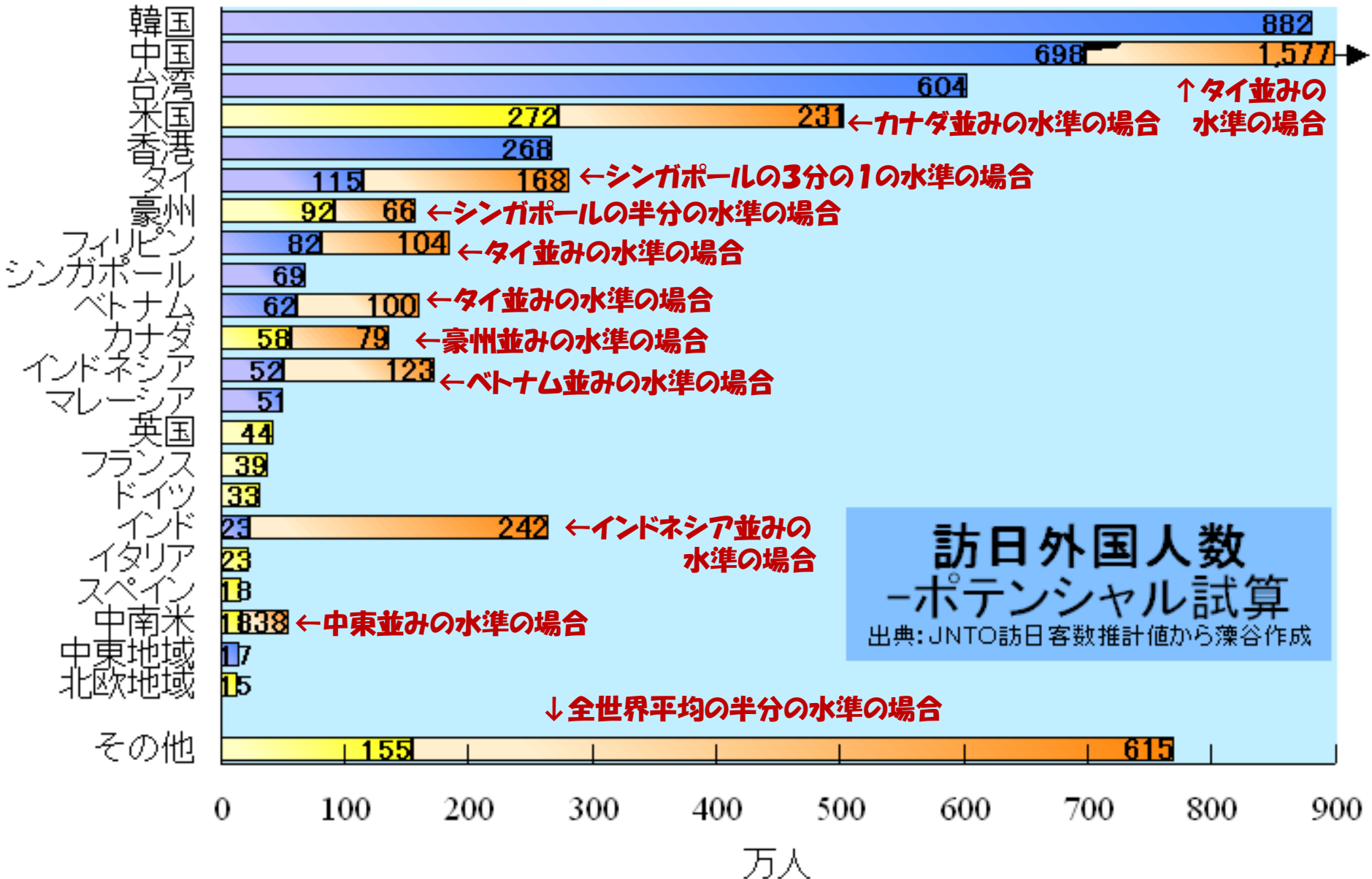
日本旅行好きの国はどこか？

何人に1人が日本に来たか - 2024年

出典: JNTO訪日客数推計値と国連人口部2024年人口推計より藻谷が作成



訪日客はどこまで伸びるか？



客数→売上→地域のGDPに目標を切り替えよ

☆ 客数はキャパオーバーを続ける

- 👉 国際空港も交通機関も足りず、宿泊代は高騰
- 👉 円高誘導で、客数は頭打ちにする方が望ましい

☆ 売上は円では↑だがドルでは→↓

- 👉 売上をドル換算すれば、実は増えてはいない
- 👉 域外から物資を調達する観光では、実質は赤字

☆ 地域にお金を回すことに注力せよ

- 👉 “地元”を求める客に集中し域内調達率を上昇
- 👉 定率宿泊税、実質的な二重価格制で、収入増加を

“バックキャストイング”で考える

- ① 自分が「こうしたい」と強く考える
「未来の出来事」、「こうあって欲しい」と願う未来の社会を、心に描く
- ② 手持ちの手段や、現実的なステップから、順を踏んで考えることはしない
- ③ そこで思い描いた未来から逆に振り返って、そこに行くため何をするか、何をしないか、を決めていく
- ④ 新たな事態が起きた場合も、未来から振り返って、今の対応を決める

“バックキャストिंग”の実例

① 戦後日本：平和産業の技術力で
国際社会の中で名誉ある地位を得る

② 大谷翔平：大リーグで二刀流をする
イチロー：野球の走攻守を極める
松井秀喜：チームを世界一にする

③ 日本サッカー協会：2050年までに
サッカーワールドカップで優勝する

④ 広島・長崎：最後の被爆地になる

番外(藻谷)：① 日本中・世界中を旅行できる仕事をする
② 少しでも多くの「事実」を知る立場になる
③ 間違った選択をする組織や社会を減らす

“バックホー”の実例

①

道内で満ち足りて暮らし、
好きな時に都会や世界で遊ぶ、
豊かな未来は、誰でも手にできる。

②

生活費の高い都会か、退屈な田舎か、
二者択一を迫られるのはおかしい。
日々ワクワクできる地元を自分で作ろう。

インバウンド対応で地域の人件費を上げ、
若者を戻し、出生をもう一度増やそう。

④

元気な若者と女性に走らせ
陰から助けよう！

番外(藻谷)

② 仕事を
③ 間違った選
④ 仕事をする
と知る立場になる
③ 間違った選
④ 仕事を
と知る立場になる
③ 間違った選
④ 仕事を
と知る立場になる