

2026年3月18日 全5頁

中東産原油等の輸入 10%減少で日本経済はマイナス成長へ

日本は主要輸出先も中東依存度が高く、原油等の供給不足に脆弱

経済調査部 エコノミスト 田村 統久
エコノミスト 畑中 宏仁

[要約]

- ホルムズ海峡を經由する原油・LNG（液化天然ガス）の輸出先は、アジア諸国・地域が多くを占める。ホルムズ海峡の事実上の封鎖で中東産の原油等の供給が大幅に減少すれば、日本は国内の生産が直接的に抑制されるだけでなく、アジア諸国・地域における生産下振れの影響が日本からの輸出に波及することで、間接的にも景気に下押し圧力がかかるだろう。
- WTI が 120 ドル/バレルで推移した場合、2026 年度の日本の実質 GDP 成長率の押し下げ幅は 0.5%pt 程度と試算される。また、WTI が 150 ドル/バレルで推移し、ホルムズ海峡周辺国からの原油・LNG 輸入が 10%減少して日本を含むアジア諸国・地域で供給不足が生じた場合には、成長率の押し下げ幅は同 2.0%pt 程度に拡大する。2026 年度の日本経済はマイナス成長に転じるだろう。
- 日本のほか、中国や韓国、台湾でも一定の石油備蓄があるといわれており、短期的には原油の供給不足が発生する可能性は小さい。政府には代替調達先の確保などの供給面の対応が期待される一方、需要を喚起するような家計支援策には慎重であるべきだ。

日本経済はホルムズ海峡封鎖による原油供給減で大打撃を受ける可能性

2026年2月28日に始まった米国とイスラエルによるイランへの攻撃により、中東情勢は混乱を続けている¹。

トランプ米大統領は3月9日にイランへの攻撃が早期に終結する可能性を示唆したが、停戦交渉は進んでいないようだ。アリ・ハメネイ師の次男で新たに最高指導者に就任したモジタバ・ハメネイ師は12日、ホルムズ海峡封鎖や周辺地域の米軍基地への攻撃を継続するとの声明

¹ 足元の動向は、「[イラン抗戦2週間、『消耗戦』誘う ミサイル・ドローン無力化は困難](#)」（日本経済新聞電子版、2026年3月14日）、「[トランプ氏、イランの戦闘力『2日で壊滅』 停戦条件は整わずと表明](#)」（同、3月15日）などを参照。

を出した。イスラエルのデフリン報道官は15日、少なくとも3週間は攻撃を続けると述べた。

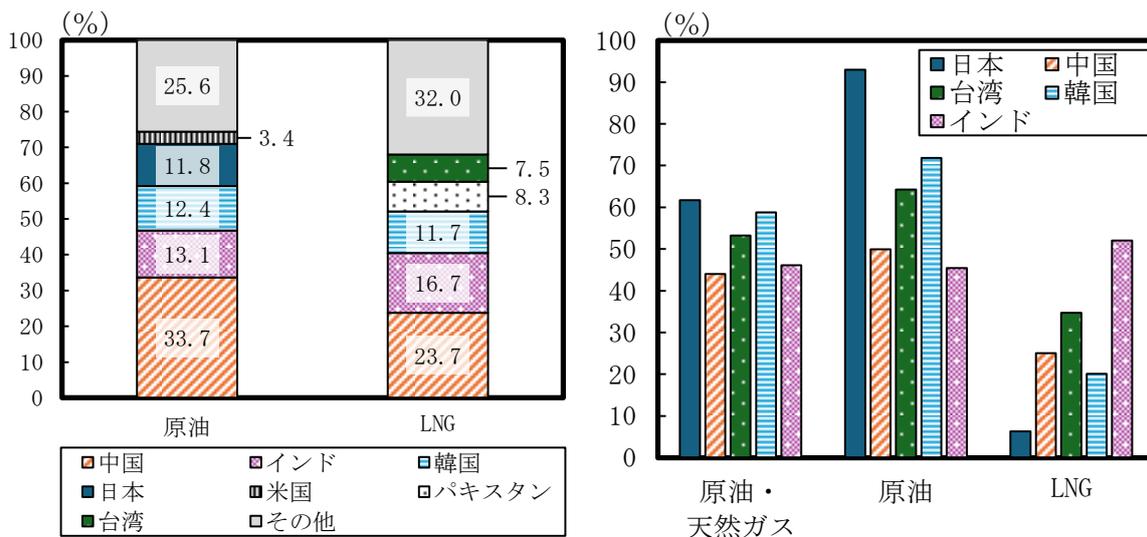
こうした事態の悪化を受け、原油価格は振れを伴いつつ大幅に上昇している。代表的な国際原油指標であるWTIは、攻撃開始前の2月27日で67ドル/バレルだったが、3月9日には一時119ドル/バレルと3年9カ月ぶりの高値を付けた。直近では95ドル/バレル前後で推移している。原油高は家計の購買力を押し下げたり、原材料高などを通じて企業収益を圧迫したりすることで、各国・地域の経済活動に悪影響を及ぼす。

他方、ホルムズ海峡経由で原油やLNG（液化天然ガス）を輸入している国・地域では、原油等の供給制約が生じ、生産活動が直接的に抑制される可能性がある。ホルムズ海峡を経由する原油等の輸出先はアジア諸国・地域が多くを占める（図表1左）。

注目したいのは、第一に、こうした国・地域では原油・LNGの輸入総量に占めるホルムズ海峡経由の割合が総じて大きいことだ。日本、中国、台湾、韓国、インドを取り上げると、原油・天然ガスの輸入総量の4~6割程度をホルムズ海峡周辺国に依存している（図表1右）。このうち日本は、原油のホルムズ海峡周辺国への依存度が93%程度と突出して高い一方、LNGでは6%程度にとどまる。

第二に、こうしたアジア諸国・地域は、総じて日本の主要な輸出先でもある。財務省「貿易統計」によると、2025年の輸出総額における国・地域別シェアを見ると、中国が2位（17%）、台湾が3位（7%）、韓国が4位（6%）、インドが8位（3%）だ。ホルムズ海峡の事実上の封鎖により、日本は国内生産が直接的に抑制されるだけでなく、アジア諸国・地域における生産下振れの影響が日本からの輸出に波及することで、間接的にも景気に下押し圧力がかかるだろう。

図表1：ホルムズ海峡を経由する原油・LNGの主な輸入先（左）、原油・天然ガス輸入に占めるホルムズ海峡周辺国の割合（右）



（注1）左図のデータは2024年。「その他」の構成国・地域は原油、LNGで一致しない。

（注2）右図のデータは日本、台湾が2025年、その他が2024年。「ホルムズ海峡周辺国」はアラブ首長国連邦（UAE）、イラク、イラン、カタール、クウェート、サウジアラビア、バーレーン。中国によるイラン産原油輸入量はEIA(2025)“Report on Iranian Petroleum and Petroleum Products Exports” August 2025による。

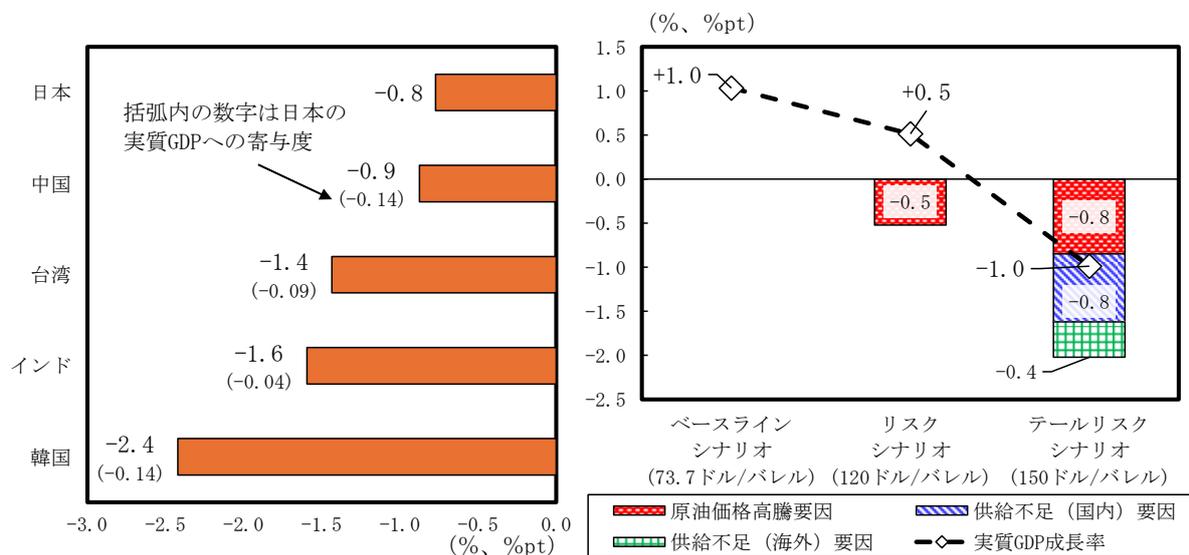
（出所）財務省、台湾財政部関務署、EIA、UNSD（国際連合統計局）より大和総研作成

中東産原油・LNG 輸入の 10%減少で 26 年度の日本経済はマイナス成長に

佐野・長町（2022）²や株田（2014）³を参考に、ホルムズ海峡周辺国からの原油・LNG 輸入が 10%減少し、供給不足が生じた場合における各国・地域の実質 GDP 減少幅を試算した結果が**図表 2 左**である。

日本では、原油・LNG の供給不足が生じた場合の実質 GDP 減少幅は 0.8%程度と試算される。その他の国・地域は、ホルムズ海峡周辺国への依存度が日本よりも低い一方、化学や石油、窯業・土石など、原油・天然ガスを多く利用する製造業の経済全体に占める割合が高いことなどにより、実質 GDP の減少幅は日本よりも大きくなる。日本との貿易関係の深さも考慮すると、特に中国と韓国の実質 GDP の減少が日本経済に影響を及ぼすことになりそうだ。

図表 2：ホルムズ海峡周辺国からの原油・LNG 輸入が 10%減少した場合の実質 GDP への影響（左）、各シナリオにおける日本の実質 GDP 成長率（2026 年度、右）



(注 1) 右図の「ベースラインシナリオ」は当社の「第 228 回日本経済予測（改訂版）」（2026 年 3 月 10 日）に基づく。「リスクシナリオ」は WTI が 2026 年 4 月以降 120 ドル/バレルで推移するケース、「テールリスクシナリオ」は WTI が 150 ドル/バレルで推移し、かつホルムズ海峡周辺国からの原油・LNG 輸入が 10%減少する（＝ホルムズ海峡周辺国からの輸入量の 10%に相当する供給不足が生じる）ケースを想定。「原油価格高騰要因」の試算は当社の短期マクロモデルに基づく。「供給不足（海外）要因」はホルムズ海峡周辺国からの原油・LNG 輸入が 10%減少した場合における、中国、台湾、韓国、インドの実質 GDP 減少が、日本の実質 GDP に与える影響を示している。横軸の括弧内は各シナリオにおける 2026 年度の WTI 平均価格を示している。

(注 2) OECD の国際産業連関表では、ホルムズ海峡周辺国のうち個別のデータが得られるのはサウジアラビアと UAE のみである（その他は“Rest of the World”（ROW）という項目で集計）。そのため左図の試算では、「原油・天然ガス採掘業」の中間投入のうち、サウジアラビアと UAE からの投入分を 10%減少させ、その他の国からの投入分は、ROW のうちホルムズ海峡周辺国が占める分を試算した上で 10%減少させた。

(出所) 財務省、台湾財政部関務署、EIA、OECD、UNSD より大和総研作成

² 佐野智樹・長町悠平（2022）「供給ショックの生産・雇用への波及に関する分析フレームワークの提案」RIETI Policy Discussion Paper Series 22-P-008、独立行政法人経済産業研究所

³ 株田文博（2014）「産業連関分析による食料供給制約リスクの分析ーボトルネック効果を組み込んだ Ghosh 型モデルによる前方連関効果計測ー」『農林水産政策研究』第 23 号、農林水産省農林水産政策研究所、pp. 1-21

図表 2 左の試算結果と、原油高による日本経済への影響を試算した田村・畑中（2026）⁴を踏まえ、中東情勢の混乱が日本の実質 GDP に与える影響をシナリオ別に示したのが**図表 2 右**である⁵。

このうち「ベースラインシナリオ」は、当社の「[第 228 回日本経済予測（改訂版）](#)」（2026 年 3 月 10 日）に基づく。原油高は米国内のインフレ加速を通じて中間選挙にも影響を及ぼすため、トランプ政権は原油価格の安定化を図るとみられる。そのため、WTI は 2026 年 4-6 月期にかけて低下し、7-9 月期以降は 70 ドル/バレルで一定と想定している（2026 年度で 73.7 ドル/バレル）。原油等の供給制約は発生せず、2026 年度の日本の実質 GDP 成長率は+1.0%と見込んでいる。

これに対して「リスクシナリオ」では、WTI が 2026 年 4 月以降 120 ドル/バレルで推移する一方、原油・LNG の供給不足は回避されると想定した⁶。この場合、原油高が国内経済に直接的に与える影響と世界経済の減速を通じた間接的な影響を合わせ、2026 年度の実質 GDP 成長率は 0.5%pt 程度下振れする（2026 年度の成長率見通しは+0.5%程度）と試算される。

さらに「テールリスクシナリオ」では、WTI が 150 ドル/バレルへと上昇することに加え、**図表 2 左**で試算したようにホルムズ海峡周辺国からの原油・LNG 輸入減少に伴う供給不足が国内外で発生すると想定した。この場合、①原油高、②供給不足に伴う国内生産の下振れ（供給不足（国内）要因）、③アジア諸国・地域における生産低迷を受けた日本からの輸出の減少など（供給不足（海外）要因）、の 3 つの要因で日本経済は 2.0%pt 程度下振れする。その結果、2026 年度の日本経済はマイナス成長（前年比▲1.0%）に転じる。

もともと、原油の供給が減少しても短期間であれば、石油備蓄の放出により日本国内の生産への影響は抑えられるだろう。政府は 3 月 16 日以降、民間備蓄 15 日分と国家備蓄 1 カ月分を放出するとしている。2026 年 1 月末時点で石油備蓄は国内消費量の 248 日分あり、今回の備蓄放出を踏まえても、今後直ちに原油が不足することはなさそうだ。

本稿で取り上げた国・地域のうち、中国や韓国、台湾も、IEA（国際エネルギー機関）のデータや各種報道によると 100 日以上以上の石油備蓄を有しているとみられ⁷、短期的には供給不足

⁴ 田村続久・畑中宏仁（2026）「[中東情勢緊迫化が日本経済の下振れリスクに](#)」（大和総研レポート、2026 年 3 月 2 日）。2026 年度の WTI が 80 ドル/バレル、または 100 ドル/バレルで高止まりした際の、日本経済への影響を、当社の短期マクロモデルをもとに試算。

⁵ 原油価格高騰の日本経済への影響は、当社の短期マクロモデルに基づく。世界経済への影響も、Iradian, Garbis, Ivan Burgara and Shen Xiaoqiao (2023) “The Reduced Effects of Oil Price shocks on Output” The Institute of International Finance の結果を踏まえて、日本経済と同程度と想定した。

⁶ 田村・畑中（2026）では、80 ドル/バレルや 100 ドル/バレルをリスクシナリオとして想定していた。しかし、足元では WTI が 90 ドル/バレル台、ドバイ原油（先物価格）が 120 ドル/バレル台で推移していることなどに鑑み、今回はリスクシナリオとすべき WTI の水準を引き上げた。

⁷ IEA によると、韓国の石油備蓄は 2025 年 12 月時点で 200 日分とされている。また、各種報道によれば、中国は約 4 カ月分、台湾は 150 日以上あるとされている（「[中国が石油備蓄拡充へ、イラン情勢踏まえ 再エネ・原発は『倍増』](#)」（日本経済新聞 電子版、2026 年 3 月 11 日）、「[中東情勢緊迫 経済部：石油備蓄は安全水準 天然ガス供給に影響なし](#)」（台湾国際放送ニュース、2026 年 3 月 12 日））。一方、インドは 20～25 日分程度しか石油備蓄がないとされている（「[インド、中東原油の長期供給途絶に最も脆弱＝アナリスト](#)」（ロイター、2026 年 3 月 3 日））。

が発生する可能性は小さい。他方、中東情勢の悪化が長期化し、ホルムズ海峡の事実上の封鎖が続く場合には、**図表 2 右**で示したテールリスクシナリオが現実味を帯びる。

こうしたリスクに対し、まずは供給面での対応が急務である。政府には、中東情勢や原油価格、国内の経済動向などに鑑み、備蓄放出のペースを適切に管理するとともに、代替調達先の確保に向けて民間企業の取り組みを支援したり、国家間の協力体制を強化したりすることなどが期待される。また、電源構成の見直しを通じて原油・天然ガス消費を抑制することも考えられる。

需要面での取り組みも重要であるが、内容には注意が必要だ。2025 年秋に取りまとめられた総合経済対策の効果を踏まえつつ、生活環境の急変に応じて一部の低所得者向けの支援などが必要となり得る一方、燃料油の価格を一律に押し下げようとする施策はエネルギー需要を喚起する。政府は 3 月 19 日の出荷分より燃料油価格の緊急的激変緩和措置⁸（ガソリンなら全国平均小売価格が 170 円／リットルを超えないように補助）を行うとしているが、石油備蓄の残高などを踏まえつつ、措置を段階的に縮小したり、節電や自家用車の利用自粛を呼びかけたりして、需要を抑制することも視野に入れるべきだ⁹。

⁸ 資源エネルギー庁「[イラン情勢を踏まえた緊急的激変緩和措置について](#)」（2026 年 3 月 11 日）

⁹ 1973～74 年に第 1 次オイルショックが発生した時、政府は「石油節約運動」として、国民に日曜ドライブの自粛、高速道路での低速運転、暖房の設定温度調節などを呼びかけた（参考資料：資源エネルギー庁 エネこれ「[【日本のエネルギー、150 年の歴史④】 2 度のオイルショックを経て、エネルギー政策の見直しが進む](#)」（2018 年 5 月 29 日））。