

ASEANPEDIA ウェブサイト



ASEAN 諸国のスポーツ、レシピ動画、民族楽器、
メコン占いなど、ウェブ版でしか見られないコンテンツも！
教材ダウンロードコーナーでは、オリジナルの「ASEANカルタ」や
「ASEAN めりえ」も無料でダウンロードして頂けます。



CHECK!

国際機関 日本アセアンセンターについて

日本アセアンセンターは1981年5月25日に、当時のASEAN加盟国（原加盟国：インドネシア、マレーシア、フィリピン、シンガポール、タイ）政府および日本政府が「東南アジア諸国連合貿易投資観光促進センター設立協定」に署名し、設立された国際機関です。後にブルネイ、ベトナム、カンボジア、ラオス、ミャンマーが協定に加盟しました。なお、東ティモールは2025年10月にASEANに加盟しましたが、2026年4月時点ではセンターの設立協定には加盟していません。

現在 ASEAN10 カ国及び日本がセンターのメンバー国となっています。



www.asean.or.jp



@aseanpedia_ajc



ASEANJapanCentre



ASEANPEDIA Youtube

日本アセアンセンター

〒105-0004 東京都港区新橋 6-17-19 新御成門ビル 1 階

なまえ

免責事項
利用者が ASEANPEDIA 及び同サイトの情報を用いて行う一切の行為およびその結果について、いかなる責任も負いませんので、予めご了承下さい。

※ASEANPEDIA に掲載されている写真およびイラストの転載・複写はご遠慮下さい。
※文章を引用・転載の際は、出所を明記の上、日本アセアンセンター広報 (toiawase_ga@asean.or.jp) までご一報下さい。

2026年7月発行



A S E A N、まるわかり。



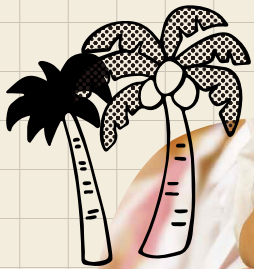
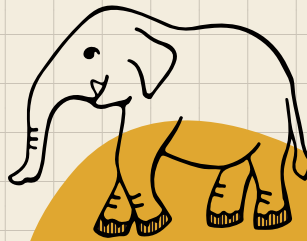
ASEAN

アセアンペディア

PEDIA



Association of
Southeast
Asian
Nations



ASEANPEDIAランドへようこそ!

架空のASEANPEDIAランドには、ASEANの国々の文化や自然、生き物がたくさん集まっています。
イラストの中にかくれているものを、いくつ見つけれられるかな? さあ、探してみよう!

隠れているものは **10個!** 探してみよう 答えは35ページ!

Q1. 世界一大きい花

Q2. 白黒の体をもつ、熱帯雨林の動物

Q3. 土から顔を出したばかりのタケノコ

Q4. 「果物の王様」と呼ばれるフルーツ

Q5. 重くて運べるお弁当箱

Q6. 世界最大のトカゲ

Q7. アジア最大

Q8. ろうけつ染

Q9. 水の上に浮

Q10. AICのバ





ASEANPEDIAランドからの手紙

ポストに手紙を投函している人は
見つけれられたかな？

QRコードを読み取って、11の国々から
集められたポストカードと、
ASEANPEDIAランドの人々の暮らしを
見てみよう！

の陸上動物
めの布
かんで咲く花
ッグを持っている人



もくじ CONTENTS

3 ASEAN とは？

5 ASEAN データ

7 ASEAN 加盟 11カ国の紹介

18 日本アセアンセンター PR ソング紹介・
EXPO2026 大阪・関西万博に
ASEAN が参加

19 ASEAN おえかきロジックパズル

21 ASEAN・ 日ASEAN 関係の歴史

23 データで見る 日本と ASEAN の今

25 やってみよう！
クロスワードパズル

26 日本 ASEAN 友好協力 50 周年

27 世界遺産

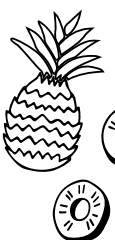
29 たべもの

31 人々と民族衣装

33 やってみよう！
ASEAN クイズ

35 やってみよう！ 答え

39 国際機関
日本アセアンセンターについて



WHAT'S ASEAN? / ASEAN とは？



東南アジア

諸国連合

Association of
Southeast
Asian
Nations

CHECK!

設立の目的

1 域内における経済成長、
社会・文化的発展の促進

2 域内における政治・経済的
安定の確保

3 域内諸問題に関する協力

ASEANとは、東南アジア地域の国々が加盟する地域共同体です。1967年8月に「ASEAN設立宣言（通称…バングコク宣言）」に基づき、地域の平和と安定や経済成長の促進を目的として設立されました。設立時の加盟国は、インドネシア、マレーシア、フィリピン、シンガポール、タイの5カ国で、その後、ブルネイ、ベトナム、ラオス、ミャンマー及びカンボジアが順次加盟しました。2025年10月に開催されたASEAN首脳会議で、東ティモールが正式加盟したことで、現在は東南アジアの全11か国で構成されています。

ASEANの最高意思決定機関は、首脳会議「ASEANサミット」です。また、ASEANでは分野別の閣僚会議や委員会も開かれ、一年を通じ様々な分野において、政策協議が行われています。ASEAN事務局はインドネシアのジャカルタに設置されており、機内会議・委員会等の調整・効率化を担い、様々な事業を実施しています。

2017年にASEANは設立50周年を迎え、2023年には日本とASEANは友好協力50周年を迎えました。1977年に福田赳夫総理（当時）がフィリピンを訪問し発表した「福田ドクトリン」は、①日本は軍事大国にならない、②ASEANと「心と心の触れあう」関係を構築する、③日本とASEANは対等なパートナーである、という対東南アジア3原則を示し、現在に至るまで日ASEAN関係の礎となっています。



ASEAN データ



ひと口に ASEAN といっても、加盟国は国土の広さ、人口の規模、政治体制、経済体制、言語など、どれをとっても大きく異なります。また、同じ国の中でも、民族や宗教が複雑にからみあい、異なる文化圏が共存している国もあります。まず、世界における ASEAN の規模をデータで見してみましょう。

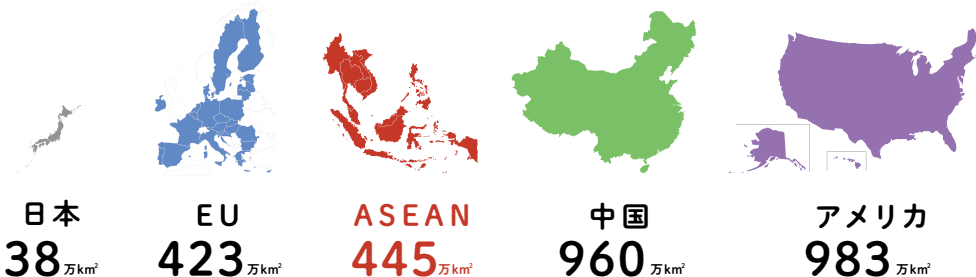
※面積、人数、金額は推定値。中国統計は香港、マカオ含む。

※2024年のデータを基準にしているため、東ティモールはASEANに含まない。

面積

\\ EUと同じくらいの面積 //

ASEANは日本の
約 **12** 倍

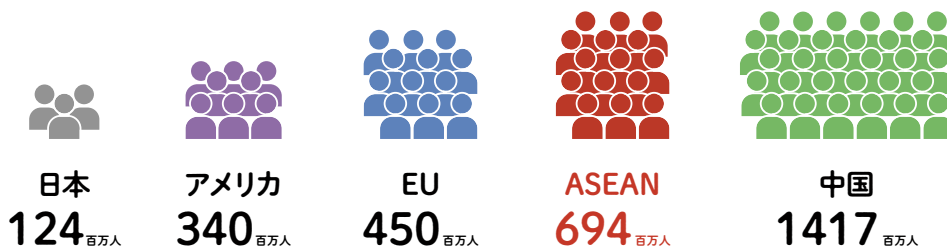


出典: ASEAN事務局、EU、外務省、国土交通省

人口 (2024年)

世界人口の
\\ 約8.5%がASEAN //

ASEANは日本の
約 **5.6** 倍



出典: 世界銀行

名目GDP (2024年)

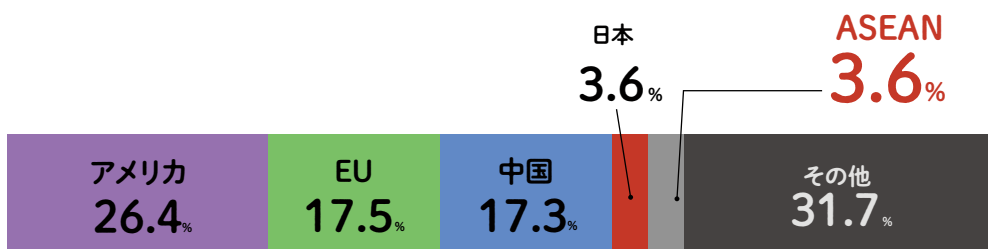
ASEANは日本のおよそ

98 %

世界合計GDP
約111兆米ドル

ASEAN合計GDP
約3兆8,620億米ドル

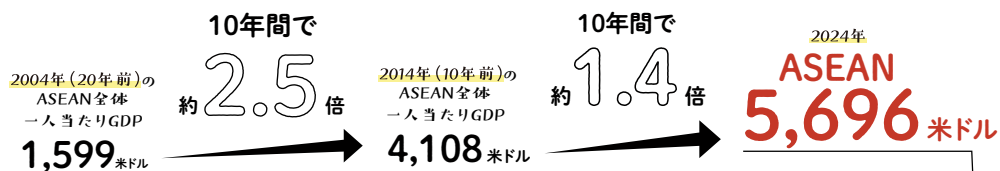
日本のGDP
約4兆194億米ドル



出典: IMF

一人当たり GDP (2024年)

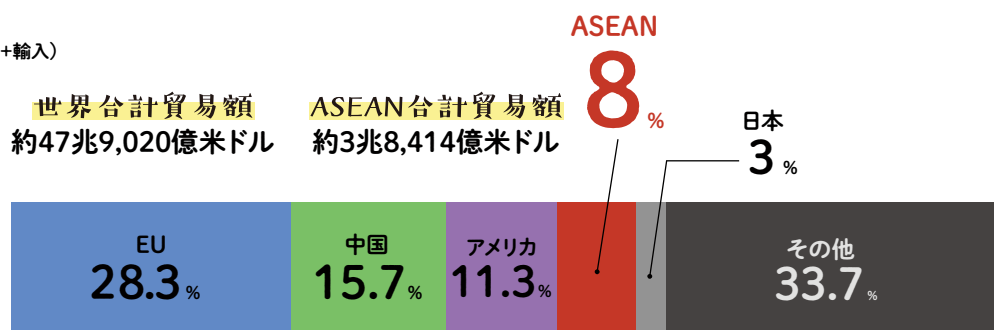
20年間で
約 **3.5** 倍



出典: IMF, 世界銀行 ※1人当たりGDPは左記データを基に日本アセアンセンターが算出

貿易額 (2024年 輸出+輸入)

ASEANの輸出入総額は日本の
約 **2.5** 倍以上



出典: ITC ※物品貿易を対象とし、サービス貿易は含まない。

CHECK IT!

日々の生活と ASEAN のかわり

わたしたちの日々の生活は ASEAN 諸国とのかかわりの中にあります。
ある中学生の生活を通して、身近にある ASEAN 諸国とのかかわりを見てみましょう。



オリジナルアニメーション
【ココにもそこにも ASEAN】





アンコール・トム

インドシナ半島の真ん中にある国です。世界遺産のアンコール遺跡が有名で、豊かな森が広がっていることから「森林の国」とも呼ばれています。北の国境付近には広い森林地帯が続いています。国には大きなメコン川と東南アジア最大のトンレサップ湖が流れていて、それらが豊かな自然や人々の暮らしを支えています。国民の約97%が仏教徒です。

過去に長い戦争や内戦で苦しみましたが、1991年に和平が成立し、1993年の総選挙を経て現在の政府ができました。

主な産業は、肥えた土地をいかした農業と、アンコール遺跡に代表される観光です。タイ、ベトナム、ラオスと接し、メコン川も流れ、外洋にも面しているため、ASEAN地域で交通や物流の重要な拠点として注目されています。

日本との関係は古く、江戸時代の朱印船貿易の頃には「日本町」がつくられていました。現在でも、アンコール遺跡の保存・修復をはじめ、さまざまな協力や交流が続いています。

KINGDOM OF CAMBODIA



バイヨン

カンボジア王国

世界遺産アンコール遺跡をもつ森林の国



アプサランダンス



カンボジア交流マナー



人の頭は神聖なものとされているので、子供の頭をなでることはつつしみましょう。



人前で大声を出したりどなったりするのは、つつしみましょう。



寺院を訪れる際は、ショートパンツやタンクトップといった服装はふさわしくありません。身だしなみに気をつけ、帽子と靴を脱いで参拝しましょう。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。



PICK UP!

500

リエル紙幣

紙幣に描かれたODA「きずな橋」

カンボジアの500リエル紙幣には、日本の無償資金協力によって2000年度に完成したメコン架橋「きずな橋」が描かれています。きずな橋は、メコン河により東西に分断されていた国道7号線をつなぎました。

参考情報：外務省

CHECK IT!

カンボジア基礎データ

面積	約 181,035 km ²
人口	約 1,764 万人 (2024 年推定値)
首都	プノンペン
政治体制	立憲君主制
主な言語	クメール語
主な宗教	仏教
通貨	リエル

面積：ASEAN事務局、人口：世界銀行



カンボジアの国旗



全体を囲む青は王権を、赤は国家を、白は仏教徒を表しています。中央の紋章は世界遺産のアンコール遺跡です。

Webでカンボジアについてもっと知ろう！



ASEANPEDIA Web版
カンボジア



動画で学ぶASEAN諸国
カンボジア編

ブルネイ基礎データ

面積	約 5,765 km ²
人口	約 46 万人 (2024 年推定値)
首都	バンドルスリブガワン
政治体制	立憲君主制
主な言語	マレー語、英語
主な宗教	イスラム教
通貨	ブルネイ・ドル



テングザル

面積：ASEAN事務局、人口：世界銀行

ブルネイの国旗



繁栄と平和を願う文字が書かれた真ん中の国章はイスラム教にちなんだものです。両側の手は政府を表しています。

PICK UP!

日本へのLNG(液化天然ガス)の輸出量

ブルネイのLNG輸出の半分以上は日本向け。日本が全世界から輸入する天然ガス及び製造ガス (LNG含む) の約4%を占めます(2024年)。

参考情報：ブルネイ財務経済省経済計画開発局・統計局
財務省貿易統計

57%

オマール・アリ・サイフディン・モスク



資源豊かな平和の国

ブルネイ・ダルサラーム国

BRUNEI DARUSSALAM

ボルネオ島の北西にある小さな国で、国土は日本の三重県とほぼ同じ広さです。国民の約 8 割がイスラム教徒で、信仰を大切にしています。1984 年にイギリスから独立し、国王が政治を行うしくみで、国内は安定しています。石油や天然ガスといった資源が豊富で、その収入によって医療や教育は無料、個人の所得税もありません。こうした資源の恩恵で、国民の生活水準は高く保たれています。

近年は、エネルギーだけに頼りすぎないように、他の産業も育てる取り組みを進めています。

ブルネイで生産される天然ガスの多くは日本に輸出されており、両国は長い間、深い貿易関係を築いてきました。日本にとってブルネイは大切なエネルギー供給国であり、技術協力や教育・文化の交流もさかに行われています。

ブルネイ交流マナー



イスラム教では左手は不浄なものとされています。握手をしたり、物を渡す時には、左手を使わないようにしましょう。



人指しゆびで人を示すことはとても失礼なこととされていますので、気をつけましょう。



イスラム教寺院を訪れたら靴を脱ぎ、帽子をとりましょう。寺院内は、イスラム教の人たちにとって神聖な場所であることに気をつけて、見学しましょう。



人の頭は神聖なものとされているので、子供の頭をなでることはつつみましょう。



イスラム教では豚は不浄な生き物とされているので、イスラム教徒は、豚肉を食べません。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

Web でブルネイについて
もっと知ろう！



ASEANPEDIA Web版
ブルネイ・ダルサラーム



動画で学ぶASEAN諸国
ブルネイ・ダルサラーム編



ラオス交流マナー



ラオスではきびしい仏教の教えが生活に根づいているので仏教を冒とくする言動をつつしんで下さい。ラオス人は目上の人にあいさつをするとき手のひらを合わせて「ワイ」と呼ばれる合掌をします。



日本では初対面の人（特に女性）に年齢を聞くことは、失礼とされていますが、ラオスでは、初対面でも、人の年齢や家庭について聞かれることがあります。自分より年上の人に対して「○○お兄さん、○○お姉さん」などの名称で呼び、敬意を表します。そのため、相手に失礼のないように年齢を尋ねるので



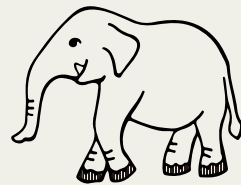
相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。



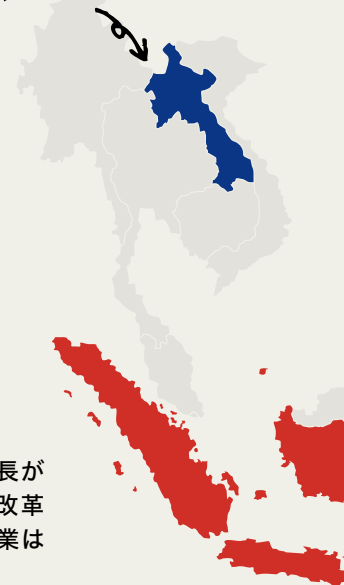
ラオスの国旗



赤は自由と独立のために流された血、白い丸は平和と輝かしい未来の展望、青は国家の繁栄とメコン川を表しています。



HERE!



経済改革で新たな成長を目指す

ラオス人民民主共和国

ラオスはベトナム・カンボジア・タイ・ミャンマー・中国の 5 つの国と国境がつながっていて、ASEAN の中で唯一、海に面していない国です。日本の本州と同じくらいの広さがあり、約 50 の民族が暮らしています。国民の約 70% が仏教を信仰しています。

国を南北にメコン川が流れていて、水の資源が豊かで自然にも恵まれています。ラオスでは長い間、政府が経済を管理する「計画経済」を行ってきましたが、成長がなかなか進みませんでした。そこで 1986 年に「新経済メカニズム」とよばれる改革が始まり、市場経済を取り入れ外国との貿易も進めるようになりました。主な産業は農業で、コーヒーは大切な輸出品です。また観光産業にも力を入れています。

日本はラオスに対して、世界遺産ワット・プー遺跡の保護や、橋や道路などインフラ整備の支援を行い、両国の協力関係が続いています。

CHECK IT!

ラオス基礎データ

面積	約 236,800 km ²
人口	約 777 万人 (2024 年推定値)
首都	ビエンチャン
政治体制	人民民主共和制
主な言語	ラオス語
主な宗教	仏教
通貨	キープ

面積：ASEAN事務局、人口：世界銀行

国内の「クリーンエネルギー」供給の割合

83%

メコン川の豊かな水流を活かした水力発電が、国内エネルギー供給の 83% という極めて高い割合を占めています。

(2023年)

参考情報：ASEANエネルギーセンター (ACE)

PICK UP!!

LAO PEOPLE'S DEMOCRATIC REPUBLIC

Web でラオスについて
もっと知ろう！



ASEANPEDIA Web版
ラオス



動画で学ぶASEAN諸国
ラオス編

インドネシア交流マナー



イスラム教では左手は不浄なものとされています。握手をしたり、物を渡す時には、左手を使わないようにしましょう。



人指しゆびで人を示すことはとても失礼なこととされていますので、気をつけましょう。



イスラム教寺院を訪れたら靴を脱ぎ、帽子をとりましょう。寺院内は、イスラム教の人たちにとって神聖な場所であることに気をつけて、見学しましょう。



人の頭は神聖なものとされているので、子供の頭をなでることはつつみましょう。



REPUBLIC OF INDONESIA

14,000以上の島々からなる
多民族国家



イスラム教では豚は不浄な生き物とされているので、イスラム教徒は、豚肉を食べません。



ヒンドゥー教では牛は神聖な生き物とされているので、ヒンドゥー教徒は、牛肉を食べません。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

CHECK IT!

インドネシア基礎データ

面積	約 1,892,410 km ²
人口	約 2 億 8,349 万人 (2024 年推定値)
首都	ジャカルタ
政治体制	大統領制、共和制
主な言語	インドネシア語
主な宗教	イスラム教、キリスト教
通貨	ルピア

面積：ASEAN事務局、人口：世界銀行

PICK UP! /

ASEAN加盟国における日本語学習者数 (2024年)

1位	インドネシア	732,914 人
2位	タイ	194,366 人
3位	ベトナム	164,495 人

ASEAN 諸国の中で日本語学習者が最も多い国！世界的にも第2位！

参考情報：国際交流基金

インドネシア共和国



here!

インドネシアは、赤道の近くにある 14,000 以上の島々からなる国です。たくさんの民族が暮らしており、ASEAN の中でいちばん人口が多く、世界でも 4 番目に人口の多い国です。国民の約 87% はイスラム教を信仰していますが、信仰の自由が認められており、さまざまな文化や宗教を大切にしています。「多様性の中の統一」という考え方が、この国の大きな特徴です。インドネシアの経済は、国内での消費が活発なことから成長を続けており、海外からの投資も積極的に受け入れています。

日本にとってインドネシアは、大切なエネルギーの供給国であり、日本はインドネシアにとって重要な輸出相手国です。また、バリ島や世界遺産のボロブドゥールなど、魅力的な観光地が多く、日本人旅行者にも人気の国です。



バリ島の人々

インドネシアの国旗



赤と白は伝統的な国民色で、赤は勇気を、白は潔白を表しています。白の上に赤があり、潔白の上に立つ勇氣という意味を持ちます。



首都ジャカルタ



Web でインドネシアについて
もっと知ろう！



ASEANPEDIA Web版
インドネシア



動画で学ぶASEAN諸国
インドネシア編



ミャンマー交流マナー



敬けんな仏教の国ですので、仏教を冒とくする言動はつつしんでください。また、パゴダ（仏塔）内は、土足禁止です。男女とも肌を出す服装は避けましょう。



上座部仏教の教えでは、頭に触ったり、女性が僧侶に触れたり、一緒に座ったりしてはいけません。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

REPUBLIC OF THE UNION OF MYANMAR

ミャンマー連邦共和国

注目される資源と高い潜在成長力

ミャンマーは、130以上の少数民族が暮らす多民族国家です。インド、中国、ラオス、タイと国境を接し、ベンガル湾とアンダマン海に面した、自然に恵まれた国です。働いている人の約半分が農業に関わっており、農業が重要な産業となっています。国の広さは日本の約1.8倍で、5,000万人以上の人々が暮らし、豊かな天然資源を持っています。

1962年から続いた閉鎖的な社会主義経済政策により、長い間、国内の経済活動は低迷していました。しかし、2010年に約20年ぶりの総選挙が行われ、民主化と経済発展が進みました。その後、2021年にクーデター（政変）が起こり、現在は政治の安定が求められています。

ミャンマーには、バガンの仏教遺跡や、ヤンゴンのシュエダゴン・パゴダ、豊かな自然など、多くの魅力的な観光資源があります。今後、観光産業の成長にも期待が集まっています。

日本とミャンマーの間には、長い友好の歴史があり、これまでさまざまな分野で交流が続けられてきました。

CHECK IT!

ミャンマー基礎データ

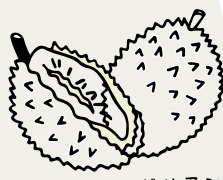
面積	約 676,577 km ²
人口	約 5,450 万人（2024 年推定値）
首都	ネーピードー（旧首都：ヤンゴン）
政治体制	大統領制、共和制
主な言語	ミャンマー語
主な宗教	仏教
通貨	チャット

面積：ASEAN事務局、人口：世界銀行

ミャンマーの国旗



黄は団結と統一、緑は平和と安定、豊かな緑に囲まれた環境、赤は勇気と決断力、大きな白い星は、純粋や公正を表しています。



ドリアン

PICK UP!

伝統スポーツ『チンロン』の歴史

1500年

ミャンマーの伝統スポーツのひとつで、エンターテインメント性と芸術性を兼ね揃えたスポーツ、チンロンは1500年も前からあると言われています。ちなみに、チンロンに似ている日本の蹴鞠（けまり）は約1400年前の大和朝廷時代に中国から伝えられました。

参考情報：ASEAN、宮内庁

マナカ・パウザー
顔に塗った少女



Webでミャンマーについて
もっと知ろう！



ASEANPEDIA Web版
ミャンマー



動画で学ぶASEAN諸国
ミャンマー編

マレーシアは、イスラム教を中心としたマレー文化、中国文化、ヒンドゥー文化などが共存する多民族国家です。また、世界最古ともいわれる熱帯雨林の一部があり、その豊かな生態系の価値から世界自然遺産に登録されています。

かつてマレーシアは、ゴム・石油・錫などの資源の輸出に大きく依存していました。しかし、1970年代以降、外国企業を積極的に受け入れ、工業化や技術の導入を進めたことで、急速な経済発展を遂げました。

1981年に就任したマハティール首相は、アジアの先進国である日本に学ぶという考えから、「ルック・イースト政策（東方政策）」を打ち出しました。この政策のもと、マレーシアは日本への留学や技術研修を積極的に行い、日本とマレーシアの友好協力関係のシンボルとなっています。

CHECK IT!

マレーシア基礎データ

面積	約 330,411 km ²
人口	約 3,556 万人 (2024 年推定値)
首都	クアラルンプール
政治体制	立憲君主制 (議会制民主主義)
主な言語	マレー語、中国語、タミール語、英語
主な宗教	イスラム教、仏教、キリスト教
通貨	リンギット

面積：ASEAN事務局、人口：世界銀行

HERE!



オランウータン

マレーシア交流マナー



イスラム教では左手は不浄なものとされています。握手をしたり、物を渡す時には、左手を使わないようにしましょう。



人差し指で人を示すことはとても失礼なこととされているので、気をつけましょう。



イスラム教寺院を訪れたら靴を脱ぎ、帽子をとりましょう。寺院内は、イスラム教の人たちにとって神聖な場所であることに気をつけて、見学しましょう。



人の頭は神聖なものとされているので、子供の頭をなでることはつつみましょう。



イスラム教では豚は不浄な生き物とされているので、イスラム教徒は、豚肉を食べません。



ヒンドゥー教では牛は神聖な生き物とされているので、ヒンドゥー教徒は、牛肉を食べません。

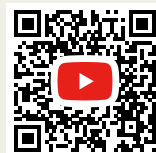


相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

Webでマレーシアについて
もっと知ろう!

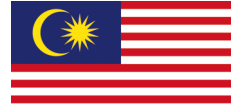


ASEANPEDIA Web版
マレーシア



動画で学ぶASEAN諸国
マレーシア編

マレーシアの国旗



赤・白・青は宗主国であったイギリスの国旗を手本にしています。月と星はイスラム教、赤と白の線は独立時の14の州を表しています。

PICK UP!

日本人のロングステイ希望国(2024年)

1位

1位 マレーシア

2位 タイ
3位 フィリピン
5位 インドネシア
6位 ベトナム

日本人が
ロングステイしたい国、
15年連続第1位!

出典:ロングステイ財団

ペトロナス・ツインタワー



MALAYSIA

マレーシア

「ルック・イースト政策」は
日本・マレーシア間の
友好協力関係のシンボル

PICK UP! 1 位

日本への投資国

1 位 シンガポール

シンガポールは、日本への直接投資において世界最大の投資国です。

(2022 ~ 2024 年の累計)

※直接投資とは、工場や会社をつくらたり、企業を買ったりする長期的な投資のことです。
参照情報：財務省、日本銀行、日本貿易振興機構

シンガポール交流マナー



シンガポールでは街を美しく保つための運動をおこなっていて、ごみを捨てたり、タンやツバを吐いたりすると罰金を支払わなくてはなりません。



ホーカー(屋台街)では、ハラル(イスラム法で許可された食事)とノンハラル(ハラルではない食事)の食事に使う食器を混ぜないことが大切なマナーです。宗教的配慮から、食器や返却場所が分けられているため、表示を確認して正しく返却しましょう。



イスラム教では豚は不浄な生き物とされているので、イスラム教徒は、豚肉を食べません。



ヒンドゥー教では牛は神聖な生き物とされているので、ヒンドゥー教徒は、牛肉を食べません。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

ビジネス街の人々



HERE!



シンガポールの国旗



赤は友好と平等、白は美德、5つの星は民主主義、平和、進歩、正義、平等を、三日月は国の発展を表しています。



ASEANの経済をリードする緑豊かなガーデン・シティ

REPUBLIC OF SINGAPORE

シンガポール共和国

CHECK IT!

シンガポール基礎データ

面積	約 735 km ²
人口	約 604 万人 (2024 年推定値)
首都	なし (都市国家)
政治体制	立憲共和制
主な言語	英語、中国語、マレー語、タミール語
主な宗教	仏教、キリスト教、イスラム教、道教、ヒンズー教
通貨	シンガポール・ドル

面積：ASEAN事務局、人口：世界銀行

シンガポールは、マレー半島の南端に位置し、ジョホール海峡に面した都市国家です。東洋と西洋が交わる場所にあり、町には多くの緑があることから、「ガーデン・シティ」とも呼ばれています。中国系、マレー系、インド系、ヨーロッパ系など、さまざまな人々が暮らし、多様な文化や言語、宗教が調和した独自の文化を育んできました。

国の広さは東京 23 区ほどですが、電子産業の発展をきっかけに大きな経済成長を遂げました。現在では、付加価値の高い製造業に加え、金融、情報通信、バイオテクノロジーなどの分野にも力を入れ、ASEAN 諸国や世界の経済を支える存在となっています。

また、アジア太平洋地域の重要な場所にあり、港や空港などのインフラが整っていることから、金融や貿易の中心地として発展してきました。企業にとって有利な制度も整えられており、世界中の企業が集まるグローバルビジネスの拠点となっています。

2002 年には、日本との間で「日本・シンガポール新時代経済連携協定」が結ばれました。この協定は、貿易や投資、金融、情報通信、人材育成など、幅広い分野での協力を目指すもので、日本にとって初めての経済連携協定です。その後も、日本とシンガポールは協定の内容を時代に合わせて見直すとともに、近年ではデジタル分野など新しい経済分野での協力も深め、関係を発展させています。

Web でシンガポールについて
もっと知ろう!



ASEANPEDIA Web版 シンガポール

フィリピンは、11の大きな島を中心に、7,000以上の島々からなる群島国家で、「東洋の真珠」とも呼ばれています。このうち、人々が暮らしている島は約2,000あり、それぞれの島で独自の文化や歴史、伝統的な暮らしが受け継がれています。

フィリピンは、キリスト教徒が多い国で、国民の約80%がカトリックを信仰しています。発展を続ける首都マニラのにぎわいから、青い海と白い砂浜が広がる無人島、緑豊かなジャングルまで、さまざまな自然や景色を楽しめる観光立国です。

日本は、フィリピンにとって、中国やアメリカと並ぶ重要な貿易相手国です。これまで魚介類やバナナなどの農水産物が多く輸出されてきましたが、近年は半導体などの加工製品の輸出も伸びています。さらに、看護師や介護福祉士などの人材交流をはじめ、さまざまな分野での経済連携が進められています。

REPUBLIC OF THE
PHILIPPINES

フィリピンの国旗



太陽の8本の光は独立運動に立ち上がった8つの州、3つの星はルソン、ビサヤ、ミンダナオの3つの地方を表しています。

赤は勇気、青は高い政治目的、白は平和を表しています。

フィリピン共和国

「東洋の真珠」と呼ばれる群島国家

PICK UP!

日本が輸入するバナナ

日本が輸入するバナナの77%はフィリピンから！(2024年)

出典:財務省貿易統計

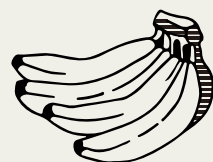
77%



メガネザル



ティニクリン
(バンブーダンス)



CHECK IT!

フィリピン基礎データ

面積 約300,000 km²
人口 約1億1,158万人(2024年推定値)
首都 マニラ
政治体制 共和制
主な言語 フィリピン語、英語
主な宗教 キリスト教
通貨 ペソ

面積: ASEAN事務局、人口: 世界銀行

フィリピン交流マナー



フィリピンでは、年長者や目上の人を敬う文化があります。会話では、相手への敬意を意識した丁寧な言葉づかいを心がけましょう。年上の人に話す際、語尾に「ポ(Po)」を添えて敬意を示すこともあります。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。



パラワン諸島北部のビーチ

Webでフィリピンについて
もっと知ろう!



ASEANPEDIA Web版
フィリピン



動画で学ぶASEAN諸国
フィリピン編



ワット・プラケオ
(エメラルド寺院)

タイ交流マナー



タイの人々は、王室に対して伝統的に深い尊敬の気持ちを持っていますので、外国人も、王室の人々に対して敬意を払うようにしましょう。



タイ人は一般的にあいさつするときに握手はしません。かわりに、手のひらを合わせて「ワイ」と呼ばれる合掌をします。若い方が年上の人にワイし、年上の方が返します。



寺院見学に行く際は、身だしなみや行動に気をつけましょう。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

ロイクラトンのパレード



タイに渡航した日本人

29%

ASEAN 諸国の中で、もっとも多くの日本人が訪問する国。2024 年に ASEAN 地域を訪れた日本人全体の約 3 割がタイへの渡航者で、その数は 100 万人を超えました。

参考情報: ASEAN 各国政府観光省

PICK UP!



HERE!



KINGDOM OF THAILAND

タイ王国

植民地支配を受けず独自の文化を
育んできた「微笑みの国」

タイは、ASEAN 諸国の中で植民地支配を受けなかった国として知られており、長い歴史の中で独自の文化を育んできました。「微笑みの国」とも呼ばれ、人々の温かさやおもてなしの心が大切にされています。国民の多くは仏教を信仰しており、仏教は民族や国王とともに、国を支える重要な存在となっています。

1980 年代以降、タイは日本をはじめとする外国企業を積極的に受け入れ、経済発展を進めてきました。現在では、ASEAN 諸国の中でも有数の観光国として知られています。かつて「東洋のベニス」と呼ばれた首都バンコクのほか、スコータイやアユタヤの世界遺産、プーケットやパタヤなどのビーチリゾートなど、さまざまな観光地があります。

日本とタイの交流の歴史は約 600 年におよび、長い間、友好関係が続いてきました。近年では、皇室・王室の親密な交流を基礎に、政治、経済、文化など幅広い分野で協力関係が深まっています。

タイの国旗



トン・トライロング (三色旗) と呼ばれ、青は国王、白は宗教、赤は国家と国民の団結心を表しています。

CHECK IT!

タイ基礎データ

面積	約 497,406 km ²
人口	約 7,167 万人 (2024 年推定値)
首都	バンコク
政治体制	立憲君主制
主な言語	タイ語
主な宗教	仏教
通貨	バーツ

面積: ASEAN 事務局、人口: 世界銀行



Web でタイ王国について
もっと知ろう!



ASEANPEDIA Web版
タイ



動画で学ぶASEAN諸国
タイ編

PICK UP!

年齢の中央値

21 歳

(2024年)

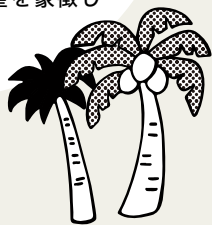
約 35% が 15 歳未満。高い出生率が続いてきたことが背景にあります。

出典：世界銀行

東ティモールの国旗



黄色は植民地主義の痕跡、黒は過去の抑圧を乗り越える決意、赤は民族解放のための闘争を表しています。中央の白い星は平和と未来への希望を象徴しています。



東ティモール基礎データ

面積	約 15,007 km ²
人口	約 140 万人 (2024 年推定値)
首都	ディリ
政治体制	共和制
主な言語	テトゥン語、ポルトガル語、インドネシア語、英語
主な宗教	キリスト教
通貨	米ドル

面積：東ティモール政府、人口：世界銀行

THE DEMOCRATIC REPUBLIC OF TIMOR-LESTE

東ティモール 民主共和国

若さあふれる島国、ASEAN の最新加盟国

インドネシアと島を分け合うティモール島の東側と、首都ディリの北にあるアタウロ島などからなる小さな島国です。長い植民地時代や紛争を経て、2002 年にアジアでいちばん新しい独立国家のひとつとして歩み始めました。公用語はテトゥン語とポルトガル語で、多くの人がカトリック教会を大切にしています。高地ではコーヒー栽培がさかんで、香り高いコーヒー豆は石油に次ぐ重要な輸出品です。

日本とは、道路や橋、港づくりなどの開発協力を通じて、人びとのくらしや経済を支えるパートナーとして関係が深まっています。

HERE!



首都ディリの北にあるアタウロ島



東ティモール交流マナー



教会などでは保守的な服装と落ち着いたふるまいを意識しましょう。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

Web で東ティモールについて
もっと知ろう!



ASEANPEDIA Web版
東ティモール

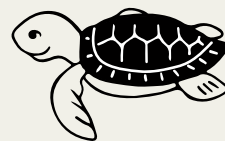
日本への留学生

23,680人

在日のASEAN諸国からの留学生の中では、ベトナム人留学生が最多！
ASEAN諸国からの留学生全体数*の約半数を占める(2025年)

注：高等教育機関在籍者数
出典：日本学生支援機構

面積	約 331,344 km ²
人口	約 1 億 9 9 万人 (2024 年推定値)
首都	ハノイ
政治体制	社会主義共和制
主な言語	ベトナム語
主な宗教	仏教、カトリック
通貨	ドン



SOCIALIST REPUBLIC OF VIET NAM

ベトナム社会主義共和国



ドイモイという名の開放政策で飛躍
観光地として大人気

ベトナムの国旗



赤は革命で流された血を、黄色い星の5つの頂点は、労働者、農民、知識人、青年、兵士の団結を表しています。

1975年にベトナム戦争が終結し、1976年に南北統一が実現したベトナムは、現在、54の民族からなる多民族国家です。

1986年には、市場経済の導入と対外開放を柱とする「ドイモイ(刷新)」政策を採用し、西側諸国の資本や技術を積極的に受け入れることで、目覚ましい経済発展を遂げてきました。

また、古都フエの建造物群や、海のシルクロードの中継都市として栄えたホイアン、奇岩が海上にそそり立つハロン湾など、多彩な観光資源を有しており、観光立国としての一面も持ち合わせています。

南北に細長い国土が生み出す地域ごとの特色や、フランス統治時代の影響を受けた文化が色濃く残るベトナムは、日本人にも人気の観光地です。16世紀には日本町が存在していた歴史もあり、現在でも政治、経済、文化など、さまざまな分野で日本との交流が続いています。



民族衣装アオガイ



世界遺産フエ(ホイエン帝廟)

ベトナム交流マナー



フランス植民地時代の背景もあり、欧米流のレディーファーストのマナーがあります。エレベーターなどでは女性に先をゆずりましょう。



相手の文化や生活習慣を尊重し、失礼のないように心がけましょう。

Webでベトナムについて
もっと知ろう！



ASEANPEDIA Web版
ベトナム



動画で学ぶASEAN諸国
ベトナム編

ノリノリで学んじゃおう！

日本アセアンセンター初のPRソングを、

虹色侍 ずまが制作！

Lyric

ASEAN って何？ 大文字で A・S・E・A・N
ASEAN って何？ 東南アジア諸国連合
ASEAN って何？ 未来と一緒に創ってくパートナーさ
名前だけでも覚えてほしい

スニーカー脱いで靴箱へ
ポットの下 揺れてる青い炎
Tシャツならオーガニックコットン
あとはバナナとコーヒー 静かな午後
気づいたらここにもそこにも ASEAN
僕らの暮らしのいつもすぐ側に

50 年前から今日までこうして関わり合ってきた BEST FRIENDS
彩られる毎日 裏側には数え切れない民族が
話す言葉も考え方も バラバラの人々一つになって
“One Vision, One Identity, One Community”
目指してここまで
ひとつひとつの国ではできないこと 心をつなげば 明日を変えられる
たとえ色が違ってても 手を取り合えば 未来へかける虹になる

ASEAN って何？ 大文字で A・S・E・A・N
ASEAN って何？ 東南アジア諸国連合
ASEAN って何？ 未来と一緒に創ってくパートナーさ
名前だけでも覚えてほしい



ここから聴けるよ！



ASEANってなに？

(作詞・歌唱 虹色侍 ずま @njiirozamurai)

CHECK!

ASEANパビリオン公式キャラクター

テナヤ



写真提供: ASEAN事務局

作者: アジーズ・ヌグロホさん(インドネシア出身・ビジュアルアーティスト)
ASEAN のエンブレムや東南アジアの文化をモチーフにデザインされています。

ASEAN は、2025 年に大阪・夢洲で開催された大阪・関西万博に参加しました。日本政府が拠出する日・ASEAN 統合基金 (JAIF) の支援を受けて設置された ASEAN パビリオンには、会期中 2,308,957 人 が来場しました。

また、ASEAN の設立記念日である 8 月 8 日には、設立 58 周年を祝うパレードや記念行事が開催されました。



写真提供: ASEAN事務局

EXPO2025
大阪・関西万博に
ASEANが参加

ASEAN おえかきロジックパズル

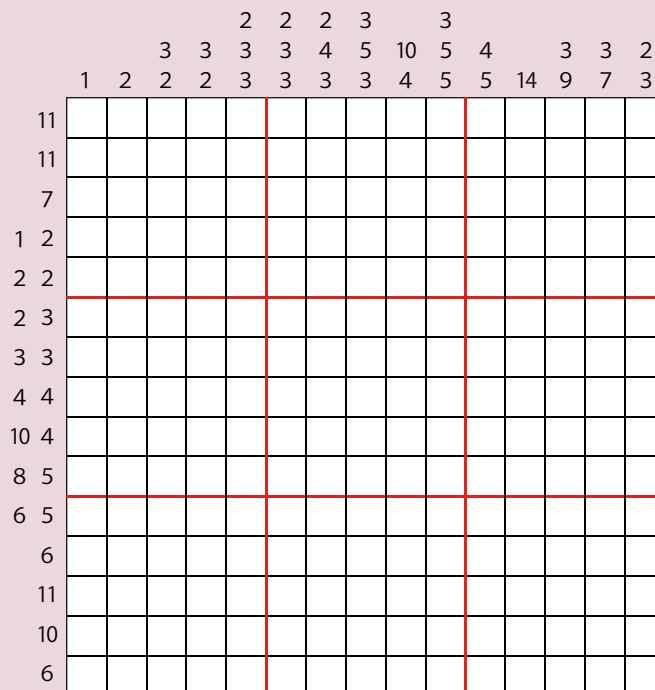
ASEAN 諸国の動植物をモチーフにした、オリジナルのおえかきロジックパズルに挑戦してみよう!

※パズルの答えは 35 ページにあります

初級編

Hint

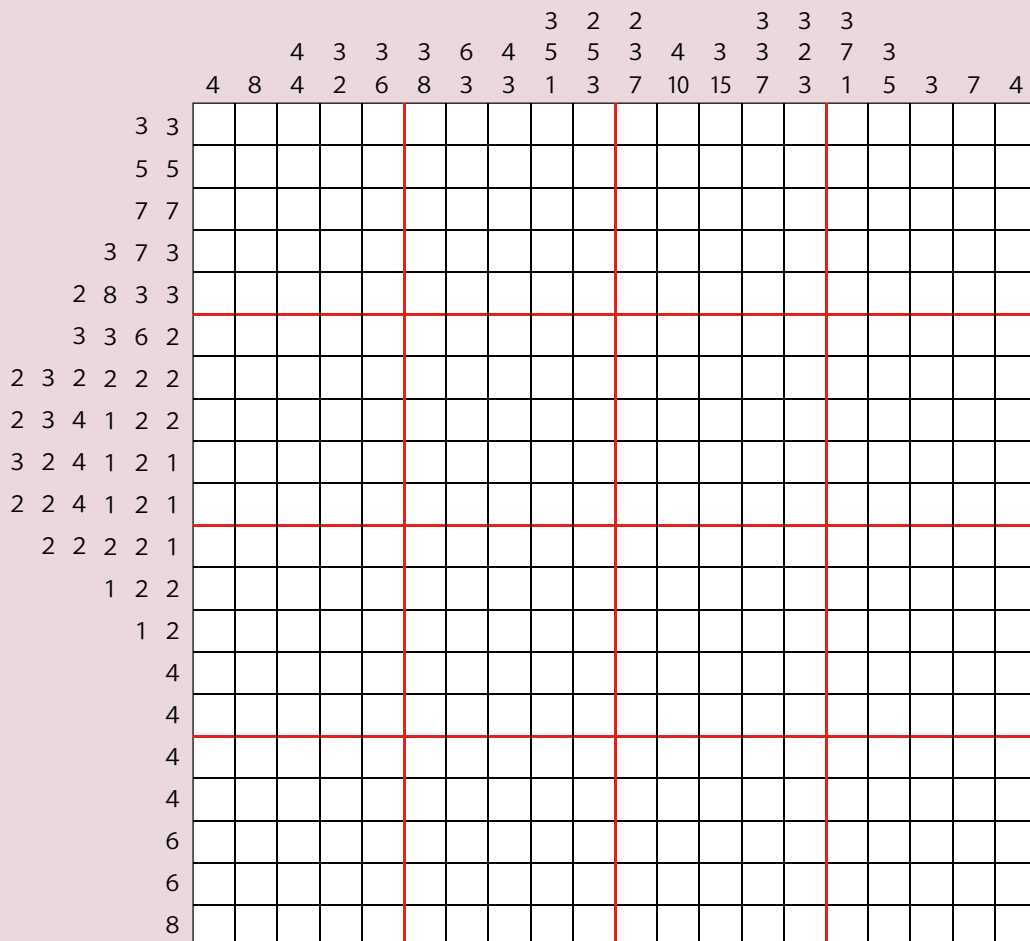
日本に輸入されているもので、
ASEAN 諸国産が
全体の80%以上 (2024年)を占める食べもの



中級編

Hint

ASEAN 諸国で
必ず見られる植物



HISTORY

1967年の設立以来、東南アジア地域の平和と安定を目指し、発展を続けてきたASEAN。日本とは、最初の協力関係が始まった1973年から現在まで、深く多面的な交流が続いています。

1997

第1回 ASEAN+3
(日本・中国・韓国)
首脳会議開催。
日・ASEAN 首脳レ
ベルの対話の緊密化

1994

日本の提案で、アジア
太平洋における政治・
安全保障分野を話し合
う ASEAN 地域フォー
ラム (ARF) が初開催

1977

第1回 日・ASEAN フォー
ラムが開催され両地域の関係が
公式なものとなる。
福田赳夫総理(当時)が訪問
先のマニラで ASEAN 地域重
視の外交政策「福田ドクトリン」
を表明。8月、第1回 日・
ASEAN 首脳会議が開催

1973

「日・ASEAN 合成
ゴムフォーラム」が
設置され、日本と
ASEAN は対話を
開始

**SINCE
1967**



東南アジア諸国連合
(ASEAN) 設立

2004

日本が東南アジア
友好協力条約
(TAC) に加盟

2002

日・ASEAN 関係の更
なる深化を目指す「日・
ASEAN 包括経済連携
構想」を日本が提唱

2005

第1回東アジア
首脳会議 (EAS)
開催

2008

日・ASEAN 包括
経済連携 (AJCEP)
協定が発効

2003

日・ASEAN 交流年
東京で第1回日・ASEAN 特別首脳会
議が開催。
「日・ASEAN 東京宣言」および「日・
ASEAN 行動計画」を採択し、今後の
協力の方向性を具体化



日・ASEAN特別首脳会議(2003年)
写真提供:内閣広報室

1981

東京に東南アジア諸国連
合貿易投資観光センター
(日本アセアンセンター)
が設立



日本アセアンセンター設立(1981年)

「福田ドクトリン」を表明(1977年)
写真提供:内閣広報室



~**1970年代**

アメリカ軍のベトナム撤退、インドシナ半
島における共産化の広がり、中国の影響
力の拡大、ベトナムによるカンボジア侵攻
などにより、ASEAN5 各国は政治的な結
束を強め、安全保障問題にも積極的に関
与するようになりました。

1980年代

国際社会からの支援や外国企業の進
出も進み、ASEAN 地域は「世界の成
長センター」といわれるほどの大きな
経済発展をとげます。

1976

第1回 ASEAN 首脳
会議開催。東南アジア
友好協力条約 (TAC)
と ASEAN 協和宣言を
採択。ASEAN 事務局
の設置を決定

1992

第4回 ASEAN 公式首脳
会議にて、域内の関税撤廃
により自由貿易を目指す
ASEAN 自由貿易地域
(AFTA) の創設を採択

1984

ブルネイ・ダルサラーム国
加盟



*TAC: 国連憲章に基づき、域内諸国間において平和的な関係を維持・管理するための国際的合意
*ASEAN 協和宣言: 政治、安全保障、経済分野等、域内協力の基本原則

2011

日・ASEAN 首脳会議で、関係強化をうたった「バリ宣言」と行動計画を採択。駐 ASEAN 日本政府代表部開設

2021

日本アセアンセンター
設立 40 周年

2023

日本 ASEAN 友好協力 50 周年

2013

「日・ASEAN 友好協力 40 周年」日本の国内外で多くの記念事業が実施。
東京で、第 2 回日・ASEAN 特別首脳会議が開催

2020 年代～

防疫対策や経済回復に向けた取り組み
2020 年には RCEP (地域的な包括的経済連携) 協定が署名され、世界最大級の経済圏づくりが進められるなか、デジタル経済やサプライチェーンの強化、気候変動対策など、持続可能な発展を目指した取り組みも進められています。そして 2025 年には東ティモールが加盟し、ASEAN の加盟国は 11 国となりました。

新型コロナウイルス感染症の世界的流行に直面する中で、ASEAN 各国はを進めました。また、

2010 年代～

ASEAN 共同体が設立され、共同体をさらに発展させるための取り組みが進められます。特に ASEAN 経済共同体は、域内で「ヒト・モノ・カネ」の行き来が自由になることで経済の活性化が期待されており、ASEAN は世界中から注目される地域となりました。



日本ASEAN友好協力50周年特別首脳会議
写真提供:首相官邸ホームページ
(https://www.kantei.go.jp/jp/101_kishida/asean/2023/12/17/asean_kalgi.html)

2000 年代

1997 年のアジア通貨危機を乗り越え、ASEAN は域内の統合に向けた取り組みを進めます。「ASEAN 政治・安全保障共同体 (APSC)」、「ASEAN 経済共同体 (AEC)」、「ASEAN 社会・文化共同体 (ASCC)」の 3 つの共同体を通じ、2015 年までに ASEAN 共同体実現を目指します。
また、2005 年からは、1997 年より開催している「ASEAN+3 (日本・中国・韓国) 首脳会議」に加え、オーストラリア、ニュージーランド、インドも参加する「東アジア首脳会議 (EAS)」が始まりました。

2025

東ティモール加盟



2008

ASEAN 憲章発効

2022

地域的な包括的経済連携 (RCEP) 協定発効
ASEAN10 か国、日本、中国、韓国、豪州及びニュージーランドの 15 か国が参加

2015

ASEAN 共同体の
設立

2017 ASEAN 設立 50 周年

1997

ラオス人民民主共和国加盟
ミャンマー連邦共和国加盟



1995

ベトナム社会主義共和国
加盟



1999

カンボジア王国加盟
「ASEAN10」の実現



ASEAN 設立
以前の歴史は
Web でチェック!



ASEAN のあゆみ

日本とASEAN諸国は、様々な分野におけるパートナーとして、なくてはならない存在です。ここでは、【貿易】【投資】【観光・人的交流】の面から、その関係性をみていきましょう。

貿易

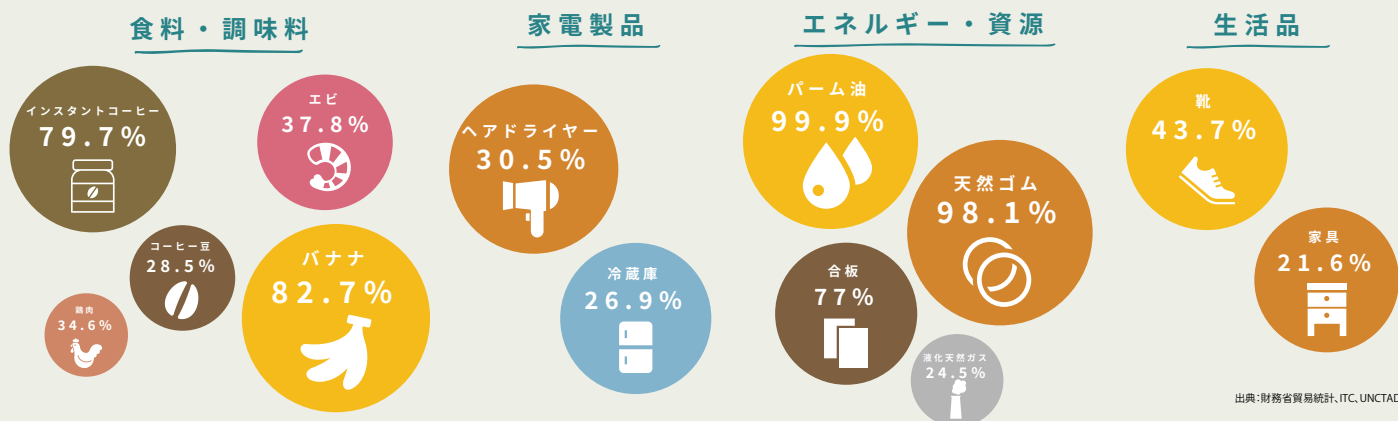
貿易構造の変化により深まる相互依存関係

日本とASEAN諸国は重要なビジネス・パートナーです。日本のASEAN諸国との貿易額(モノの輸出+輸入)は、33兆円以上(2024年)にものぼり、貿易総額の約15%を占めています。一方、ASEAN諸国にとっても日本は中国、米国、EUに次ぐ貿易相手国で、貿易総額の約6%(2024年)を占めています。かつては日本がASEAN諸国から原材料や農水産品を輸入し、製品をASEAN諸国へ輸出するという構

造でしたが、その傾向は変わってきました。1980年に輸入額の10%にも満たなかった日本のASEAN諸国からの製品輸入比率は、2024年には電気機器、木製品、衣類、服飾品などを中心に、約65%を占めるまでになっており、貿易構造が高度化しています。また、輸出・輸入双方において、モノの貿易だけでなく、サービス貿易も増加しています。

全輸入額を100%とした時のASEAN諸国が占める割合(2024年)

私たちの生活に欠かせないものが、ASEAN諸国から多く輸入されています



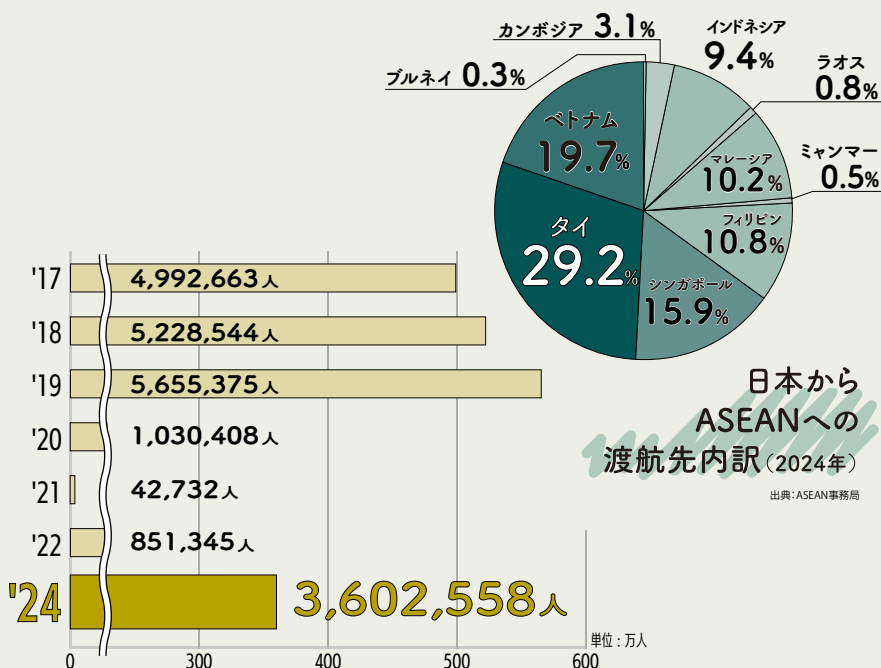
観光・人的交流

増加する

日本とASEAN諸国間における人の往来

ASEAN諸国にとって、観光は各国経済において鍵となる産業分野です。豊富な観光資源の存在、そして時差が短いこともあり、コロナ禍前の2019年には年間550万人以上、2024年にはコロナ禍後最高となる360万人以上の日本人が、ASEAN諸国を訪れました。一方、ASEAN諸国では、急速な経済成長と中間層の増加、LCC(格安航空会社)の市場参入やライフスタイルの変化等による日本観光への人気の高まりを背景に、日本への訪問者は急増しています。ASEAN諸国からの訪問者は、2024年には過去最高の約440万人に上り、その数は10年前の約2.7倍、15年前の約7.5倍です。日本とASEAN諸国間における人の往来は年々活発化しています。また、日本におけるASEAN諸国からの留学生も増加傾向にあります。ASEAN諸国では、日本のアニメやJ-POPに代表されるポップカルチャーの人気の高く、それをきっかけに日本に関心を持ち、日本語を勉強したり日本へ留学したりする若者が増えています。

日本人渡航者数(2024年)の28%がASEAN諸国への渡航者です



渡航者の推移(日本→ASEAN)

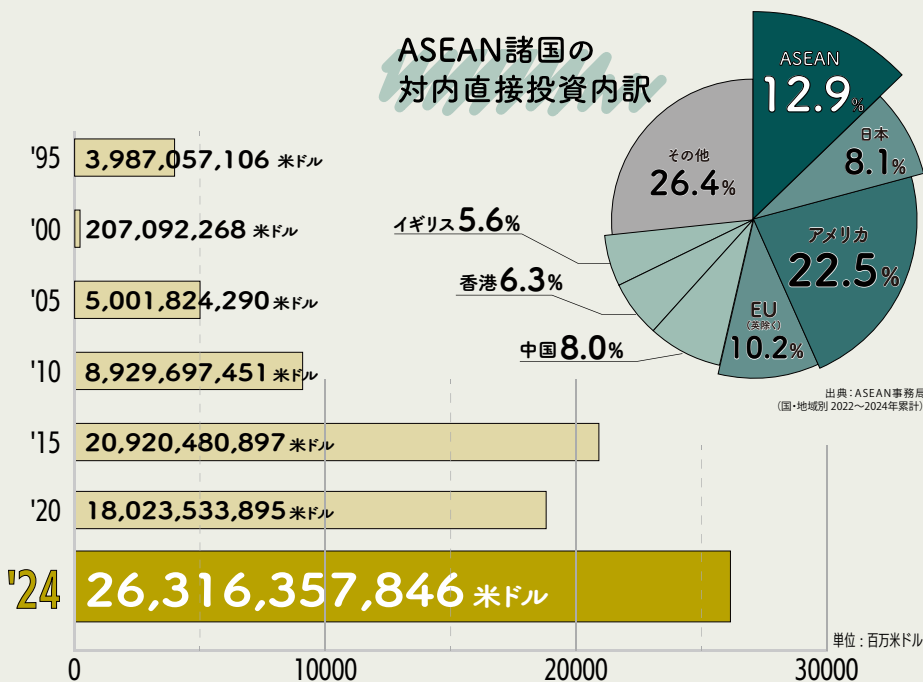
投資 優れた製造拠点として、巨大な消費市場として

多くの日本企業にとって、ASEAN 諸国はアメリカや中国と並ぶ主要な投資先です。日本とASEAN諸国は、二国間の経済連携協定(EPA)や投資協定を締結するとともに、2008年には日本とASEAN全体との間で締結した日本ASEAN包括的経済連携(AJCEP)協定も発効し、貿易・投資の更なる活性化に向けた制度上の整備が進められてきました。2024年には、19,500社以上の日本企業がASEAN

諸国に事業を展開し、ASEAN 諸国に暮らす日本人は17万人を超えています。また、2015年末には、ASEAN 経済共同体(AEC)が発足し、ASEAN 域内における「ヒト・モノ・カネ」の行き来が自由になることにより、さらなる経済の活性化が予測されています。ASEAN 諸国は従来の製造拠点としてだけでなく、約6億9千万人以上の人口を擁する巨大な消費市場としても、日本企業から注目を集めています。

出典：外務省、世界銀行

日本からASEAN 諸国への直接投資は、近年加速しています



日本のODAがASEAN 諸国の経済発展・産業の高度化に貢献

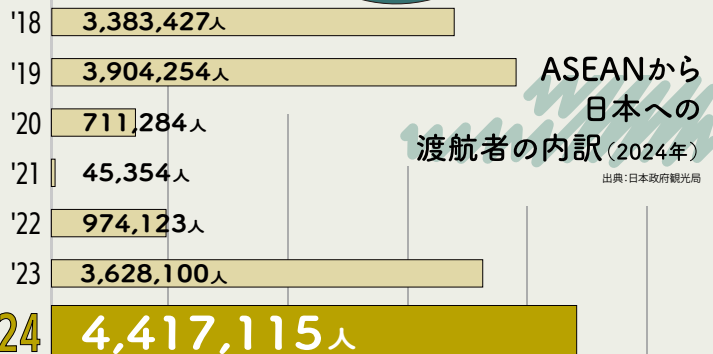
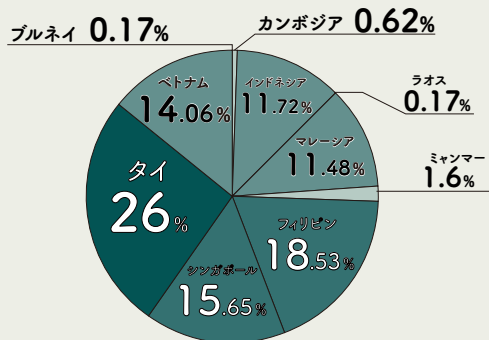


日本のインドネシアへの円借款により開通した同国初の地下鉄『ジャカルタ都市高速鉄道(MRT南北線)』(2019年3月開通)
写真提供：JICA

日本はASEAN 諸国の国づくりに、政府開発援助(ODA)等を通じて協力を行ってきました。また、日本は経済成長を通じた貧困削減を重視し、教育や保健医療といった基礎生活分野のほか、経済インフラ整備、法制度整備をはじめとした投資環境整備、人材・民間セクターの育成、技術移転の促進といった分野でも、ASEAN 諸国に対して支援を行ってきました。日本のODAは、ASEAN 諸国のビジネス環境の整備に寄与し、日本をはじめとした海外からASEAN 諸国への企業進出を後押ししています。

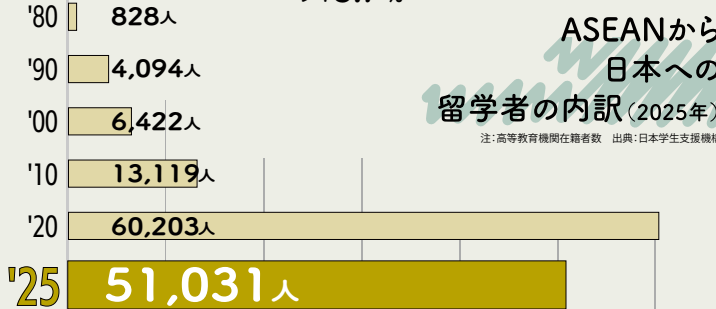
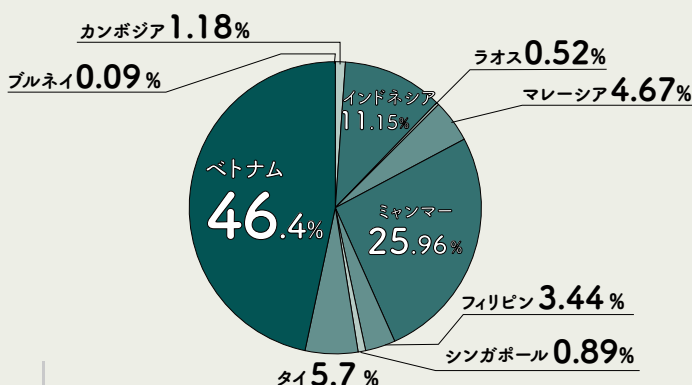
日本からASEANへの対外直接投資の推移

訪日外客数(2024年)の12%がASEAN諸国からの渡航者です



渡航者の推移 (ASEAN→日本)

外国人留学生(2025年)の19%がASEAN諸国出身者です



ASEANから日本への留学生数の推移

やっぴやう!

ASEAN クロスワードパズル

クイズ

ASEANのエンブレムの中央にある
黄色い部分のデザインのもとに
なっているのは何でしょうか？

答え

A	B	C
---	---	---

1			8	20		15	23
		18		11			
2	17		19				
3			9		21		24
		7			13	22	
	6			12			
4			10			16	
5					14		

Hint

ASEAN のエンブレムに使用されている青、赤、白、黄色は加盟国の国旗の主要な色です。青は平和・安定を、赤は勇気・活力を、白は純粋を、黄色は繁栄を表しています。中央に描かれているのは で、ASEAN が友好と結束で結ばれた東南アジアすべての国から構成されるという ASEAN 創設者の夢を、円は ASEAN の結束を表しています。



ASEANエンブレム

タテのカギ

1. 赤くてシャキシャキしたくだもの。英語で"Apple"
3. 何も音が鳴っていない、静かな状態のこと。

ヨコのカギ

1. 音楽で乱してはいけないもの。
2. 正午より前。対義語は「午後」

1	リ	ズ	3	ム
	ン			オ
2	ゴ	ゼ		ン

縦横の『カギ』の文章から思い当たる言葉を書いて盤面を埋めていくパズルゲームです。

カギには番号が振られています。盤面に同じ番号が書かれたマスから、**タテのカギなら下へ、ヨコのカギなら右へ、**言葉を書いていきましょう。

1 マスにつき 1 文字が入り、塗り潰されたマスまたは外周にぶつかるまでまっすぐに入ります。

小さい「ッ」などは、大きい「ツ」などと同じ文字として扱います。

Hint

パズルのカギ

ヨコのカギ

1. ○○ASEAN は、ASEAN の会議を体験できる学習活動
2. ASEAN 諸国で多くの人がかかわる、食べ物を生産する産業
3. 「ひみつ」のはじめの 2 文字
4. 東南アジアに多い、一年中あたたかい気候は常○○
5. カンボジアから日本にきたといわれる野菜
6. スパイスや穀物をすりつぶす道具
7. 東南アジアでも見られる、はちみつを作る虫
8. ランタンが有名なベトナムの町、○○アン
9. 親のきょうだいのこども
10. ものの多さを表す
11. ラオスなどでもよく食べられる、ねばり気のある米
12. 草や木の葉の色
13. ブルネイなどで見られる、イスラム教徒の礼拝所
14. タイでよく食べられる、バジルを使った料理「○○オ」
15. フィリピンに多い、海にかこまれた土地
16. ココナ○○の中の水は「自然のスポーツドリンク」ともいわれる

タテのカギ

1. マレーシアなどで使われるマレー語で、オラウータンの意味を日本語にすると?
4. タ○○は、ミャンマーの天然化粧品
6. 袋型の食虫植物、○○○カズラ
7. 仏教にかかわる花
10. シンガポールで有名な、ココナッツと卵で作るジャム
12. のどがかわいたときに飲むもの
15. 社会の中で人が役割としてするはたらき
17. 日本と ASEAN をつなぐ、大きな水の広がり
18. 家を留守にするときに、かけるもの
19. 東南アジアなどで、夕方から夜にかけて開かれる市場
20. 年下の女のきょうだい
21. インドネシアに生息する世界最大のトカゲは○○○ドラゴン
22. 家や学校で、室内ではくはきもの
23. 東ティモールで、コーヒーの栽培にも使われる植物のたね
24. タイの首都はバン○○

日本 ASEAN 友好協力 50 周年

輝ける友情 輝ける機会

Golden Friendship, Golden Opportunities

(日本 ASEAN 友好協力 50 周年キャッチフレーズ)

日本 ASEAN 友好協力 50 周年
ロゴマーク

日本と ASEAN は 2023 年に友好協力 50 周年を迎えました。1973 年以来、アジア太平洋地域の平和と安定、発展と繁栄のために緊密な協力関係を築き、日本と ASEAN との間の人的交流は、「心と心のパートナー」と呼ばれる強固なパートナーシップの基盤となってきました。

12 月には、日本 ASEAN 友好協力 50 周年特別首脳会議が東京で開催され、日本と ASEAN 諸国のリーダーは日本 ASEAN 友好協力に関する共同ビジョン・ステートメントおよびその実施計画を採択しました。共同ビジョン・ステートメントは、「世代を超えた心と心のパートナー」「未来の経済・社会を共創するパートナー」「平和と安定のためのパートナー」の 3 本柱で構成されており、これからも信頼に基づき、より対等な立場で協力し合っていくことを確認しました。



Thailand



1 古代都市 スコタイと周辺の古都

スコタイは「幸福の夜明け」を意味する言葉で、13世紀半ば、タイ民族が初めて王国を作った時代の都の遺跡です。城壁に囲まれた都の跡とその周辺には、王宮や寺院の跡が数多く残っています。特に寺院「ワット・マハタート」は有名で、ハスのつぼみの形をした仏塔が象徴となっています。

Myanmar



2 バガン

中央平野に広がる世界最大級の仏教遺跡。約 40 km²の土地に、2000以上の寺院や仏塔が立ち並び、11～13世紀の王朝の栄光を現代に伝えています。仏塔や寺院が一面に広がる景色から、当時の人々の信仰の深さがうかがえます。



Cambodia 9 アンコール遺跡群

カンボジアの北西部の密林の中に広がる巨大な王都遺跡です。9～15世紀にかけて栄えたアンコール王朝により建てられた、約 400km²にわたり大小 700 もの寺院や祠（ほくら）、池や橋などが残っています。特に有名なアンコール・ワットは、ヒンドゥー教の神をまつる寺院で、神々につながる場所として建てられました。アンコール・トムや、バンテアイ・スレイなど、神秘的な世界を感じさせてくれます。



クメール人が美しく壮大に描いた神々の世界

世界遺産

ASEAN 地域には、世界遺産や自然遺産があり所（2026 年 1 月時点）の紹介します。

世界

国連専門機関UNESCOの総界の文化遺産及び自然遺産産条約)をもとに登録されたや景観、自然など、人類としてつものを対象としています。



Singapore

Indonesia

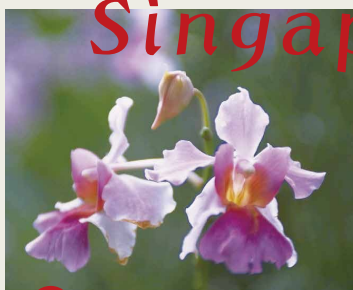
7 ボロブドゥール

ボロブドゥール寺院遺跡群はジャワ島中央部にある世界最大の仏教誰がどのような目的で建てたかははっきりわかっておらず、歴史のド状の遺跡は、高さ 23cm ほどの安山岩のブロックを、接着剤など壁には 2,500 ものレリーフが刻まれ、仏教の物語が描かれています。のもの)の中には仏像があり、建物全体が仏教の世界観を表してい



8 シンガポール植物園

1859 年に開園した、都市の中心にある大きな植物園。科学研究、植物保全に貢献し、特に同園で 1800 年代後半から始められたゴムの研究は、東南アジアにゴム市場の一大拠点を築き、同じく同園で改良されたランは、シンガポールの重要な輸出品となりました。現在では市民の憩いの場として、またシンガポール随一の観光名所として親しまれています。植民地時代から国の発展を支えた施設としてその価値が認められ、2015 年にはシンガポールでは初めて、UNESCO の世界遺産に登録されました。



Viet Nam

3 ハロン湾

北部にある景勝地で、「竜が舞い降りた場所」という意味の名前を持ちます。1,500km² 以上ある湾内には、南国の強い雨にさらされ、長い年月をかけて形づくられた岩や島が 1,600 以上点在しています。中国の桂林に似ていることから「海の桂林」とも呼ばれています。地元の人々は不思議な形をした島や岩に親しみを込めた愛称をつけています。



数千もの奇抜な姿の島や岩が幻想的な風景を織りなす



遺産に登録された多くの文
ます。ここでは、その 50 か
中から、代表的な 9 カ所を

遺産とは？

会で1972年に採択された「世
の保護に関する条約」(世界遺
文化・自然遺産のことで、遺跡
共有すべき普遍的な価値をも

Web 版 ASEANPEDIA に、
他にもたくさんの写真が
あります

寺院遺跡群

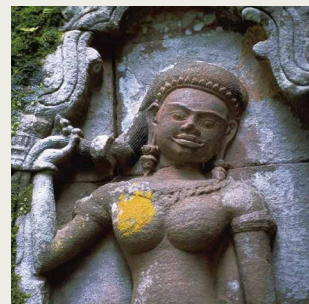
遺跡。8～9 世紀ごろにつくられましたが、
謎に包まれています。9 層の壇を持つピラミッ
を使わずに何万個も積んで造られています。
頂上に並ぶ 72 のストウパ (写真の釣り鐘状
のと言われています)。



9 層からなる建物の構造に
仏教の世界観を感じとる

4 ワット・プーとチャンパサク 文化圏内の関連遺跡

山に抱かれ
ヒンドゥー教の神がすまう寺院



ラオスの南部、タイとカンボジアの国境付近のチャンパサク県にあるワット・プーは、クメール人によって建てられたヒンドゥー教寺院遺跡。「ワット」は寺、「プー」は山を意味し、その名の通り緑深いプーカオ山のふもとから中腹にかけて築かれ、山頂がとがっているプーカオ山を古代ヒンドゥー教本尊と崇めていました。クメール建築の最高峰であるアンコール・ワットと共通する建築様式とみなされています。

Philippines



山岳の斜面に輝く「天国への階段」と呼ばれる棚田

5 コルディレラの棚田群

写真提供 (右記2点):
フィリピン共和国大使館観光部

ルソン島の北部、バナウエという町周辺にあるコルディレラ山脈の斜面に築かれた階段状の水田です。山岳民族イフガオ族が 2,000 年以上守り続けてきたもので、人と自然が調和した美しい景観をつくり出しています。総面積は約 2 万 ha。あぜ道をすべてつなぎ合わせると地球半周以上の長さになると言われるほどの規模で、「天国への階段」とも呼ばれています。

Malaysia



マレーシアの最高峰キナバル山の

ふもとに広がる貴重な自然

6 キナバル国立公園

ボルネオ島北部にあるマレーシアでもっとも高い山、キナバル山 (4,095m) とそのふもとに広がる自然公園です。低地の熱帯雨林から高地位の寒冷地帯まで、標高によって多様な植物が生息しています。ランやウツボカズラ、世界最大の花をつける寄生植物ラフレシアなど、珍しい植物にも出会える可能性があります。トレッキングコースも整備され、自然を身近に感じられる場所です。



ASEAN諸国の無形文化遺産

遺跡・建造物・景観・自然などの有形の世界遺産と同様に、ASEAN 諸国には UNESCO によって登録・保護された、慣習や儀式、技術、知識など、実体のないものを対象とする無形文化遺産が数多くあります。その中にはカンボジアのスパエク・トム (クメールの影絵劇)、インドネシアのバティック (ろうけつ染め)、マレーシアのマヨン (マレー半島東海岸の伝統舞踊劇)、フィリピンのイフガオ族の歌ハドハド、ベトナムの宮廷音楽ニャ・ニャック等が含まれ、今もその伝統が受け継がれています。



インドネシアのバティック
(ろうけつ染め)



カンボジアのスパエク・トム
(クメールの影絵劇)

たべもの

ASEAN 諸国で愛されている、個性豊かでおいしいフードやドリンク。そこには、それぞれの国が育ててきた多種多様な文化をかいま見ることができます。

Myanmar

モヒンガー

朝ごはんに麺類を食べる習慣があるミャンマーで、街中のいたるところで食べられるのが米麺『モヒンガー』。ナマズでだしをとったスープに米麺を入れ、豆やお米の粉、バナナの茎、ゆで卵、かき揚げなどをのせます。日本の麺類のようにすすって食べるのではなく、レンゲで麺を切りながら短くして口に運ぶのがミャンマー式です。

Thailand

トムヤムクン

世界三大スープのひとつとされる『トムヤムクン』は、タイ料理の中でも有名なメニュー。トム=煮る、ヤム=和える、クン=エビと、料理の工程と食材がそのまま名前の由来になっています。レモングラスなどの香草、タマリンドや唐辛子などで味付けした独特の酸っぱくて辛い風味は、一度食べたら忘れられない個性的な味です。

Cambodia

アモックとプラホック

メコン川やトンレサップ湖での漁業がさかんなことから、カンボジアでは魚料理がよく食べられます。『アモック』はカレーで風味をつけたココナツミルクで白身魚を蒸した料理。主食であるお米と一緒にいただきます。また、塩漬けの小魚を発酵させた『プラホック』は、日本における醤油と同様、カンボジアの食に欠かせない調味料です。

Singapore

海南風チキンライス

中国語で“海南鶏飯”と記される『海南風チキンライス』。もともと中国の海南島出身の華僑が伝えたのがきっかけで、シンガポールをはじめ東南アジア各地に庶民の味として広がり、各国で独自の進化を遂げました。鶏肉のゆで汁で炊いたごはんの上に、ゆでたりローストした鶏肉をのせたシンプルな料理で、現地ではスープや野菜と一緒に食べられています。

Indonesia

パダン料理

西スマトラ州の『パダン料理』は、インドネシア国内のあちこちにレストランがある人気の料理です。席に着くと、小皿に盛った料理がずらりと並べられ、食べた分だけ料金を支払います。素材は魚・エビ・ヤギ肉・チキンなどさまざまで、ココナツや唐辛子、スパイスと一緒に煮込みます。白米と一緒に食べるのが主流です。

Brunei Darussalam

アンブヤ

ボルネオ島北部で食されてきた、ブルネイの伝統料理が『アンブヤ』です。椰子の一種であるサゴヤシの樹液からサゴ粉を作り、熱湯を注いで混ぜると水アメのような状態になります。それを特製のお箸で巻き取り、魚や野菜のおかず、エビのペーストやドリアンソースなどと一緒に食べるのが一般的です。

ミャンマーの国民食
ナマズスープの汁麺



エビの旨みがたっぷり
酸っぱくて辛いスープ



さかんな漁業を背景に
愛されている魚料理



華僑がもたらした
東南アジアのローカルフード



ずらり並んだ小皿を選ぶ
自由な食べ方が特徴



サゴヤシの澱粉で作る
ボルネオ島の伝統食



フルーツ王国フィリピンの
かき氷風デザート



Philippines

ハロハロ

温暖で雨が多いフィリピンはフルーツの栽培に適した土地。“混ぜこぜ”という意味をもつ『ハロハロ』は、ナタデココをのせたかき氷にシロップをかけ、さらにウベ(紫芋)のアイスクリームやフルーツをトッピングしたスイーツ。その名の通り、かき混ぜながら食べ、最後にはジュースのように飲むこともできる、現地ではポピュラーなおやつです。

マレー、中国、インドが
融合した独自の食文化



Malaysia

ナシゴレン/テ・タレ

マレー風炒飯『ナシゴレン』と焼きそば『ミーゴレン』は、インドネシアやブルネイなどマレー文化圏で広く愛される料理。どちらもオイスターソースと唐辛子などの薬味で炒めたピリ辛味が特徴です。またマレーシアをはじめシンガポールなど、インド系移民が多い地域で愛される紅茶が『テ・タレ』。コンデンスミルク入りの紅茶を2つのカップに何度も移し替え、高い位置から注いで泡立てる鮮やかなお茶の入れ方は、競技会も実施されるほど人気を集めています。



街中で気軽に食べられる
ベトナム風サンドイッチ



Viet Nam

バインミー

フランス植民地時代の影響から、ベトナムではフランスパンが日常的に食べられています。『バインミー』はフランスパンにさまざまな具をはさんだベトナム風のサンドイッチ。街にはバインミーの屋台がたくさんあり、目の前で焼いた目玉焼きやお肉をパンにはさみ、香草やシーズニングソースをかけて手渡してくれる、庶民の軽食として愛されています。

海のない国ならではの
ハーブを利かせたお肉料理



Lao PDR

ラープ

海に面していないラオスでは、農作物と家畜の肉が食事の中心を担います。『ラープ』は、細かく刻んだ鳥や豚、アヒルなどの肉を炒め、レモングラスやパクチーなどの香草や唐辛子と和える料理。ラオスの人々は蒸したもち米、カオニャオを指先で一口分に軽く丸め、ラープを添えて食べます。

蒸して香りを引き出す
バナナの葉包み魚料理



Timor-Leste

サボコ

東ティモール沿岸部でよく食べられている魚料理。タマリンドや唐辛子、にんにく、フェネルなどで味付けした魚をバナナの葉やヤシの葉で包み、蒸し焼きにする調理法が特徴的です。沿岸部の食文化を代表する料理の一つで、家庭での日常的な食事のほか、家族が集まる場や地域の行事などでも作られています。

ASEAN諸国のスパイス・ハーブ



ASEAN 諸国では、多くのスパイスやハーブが料理に使われているのに気がついたでしょうか？その大きな理由が、東南アジア地域の厳しい暑さ。スパイスを利かせた料理には発汗作用があるため、汗が蒸発するときに体温を奪い、涼しくなるのです。またスパイスやハーブの独特の香りや辛みには食欲を高める効果もあるので、暑い気候でも食欲を落とさず、体力を消耗しない工夫であるとも言えます。古くから医薬としても使われていたとおり、スパイスやハーブには食材の腐敗を防いだり、消化を助けたり、解毒作用があったりと、さまざまな効能があります。スパイスやハーブは ASEAN 諸国に住む人たちが健康に過ごすため、欠かすことのできない食のパートナーなのです。



やってみよう！

Web版 ASEANPEDIA には、他にも各国の料理のレシピを掲載しています。おうちでチャレンジしてみよう！

人々と 民族衣装

ASEAN 諸国には、それぞれの歴史や文化を背景とした多様な民族衣装があります。同じ国であっても、民族や地域、行事によって衣装は大きく異なります。本ページで紹介する人々と衣装は、ASEAN の多様な文化の一部を示すものであり、すべてを網羅するものではありません。ここでは、ASEAN に暮らす人々の姿をイラストで示し、それぞれの服装の一例を紹介しています。



左：マレーシアのインド系男性



右：ブルネイのマレー系イスラム教徒女性

ASEANの国々で 見かけられる 普段の服装の例

マレーシアやブルネイの『バジュ・クロン』やミャンマーの『ロンジー』など、日常的に着られている伝統的な服がある一方で、ASEAN の国の多くでは、民族衣装は結婚式などのフォーマルな場面でのみ着るものとなっています。



ミャンマー

花嫁

男女共通の民族衣装である筒状の布のスカート『ロンジー』の男性用『パソー』を巻き、『ガウンパウン』という帽子をかぶっています。パソーは普段から着られていますが、この男性は結婚式向けの絹のパソーを巻いています。足元はフェルト素材のサンダルを合わせています。



ティーンエイジャー

日常的に着られている伝統的な筒状の布のスカート『ロンジー』の女性用『タメイン』の上に『エンジー』と呼ばれる上着を着ています。類につけているのは天然の化粧品『タナカ』です。ロンジーの結び方は男女で異なり、男性は体の正面で、女性は左右にずらして結ぶのが特徴です。



タイ

สวัสดี ครับ

サワディークラブ 男性

男性

男性の正装である『スア・プララーチャターン』という立襟のジャケットを着ています。1977年にプミポン国王(当時)がデザインを決めて着用を推奨し、一般に広まりました。

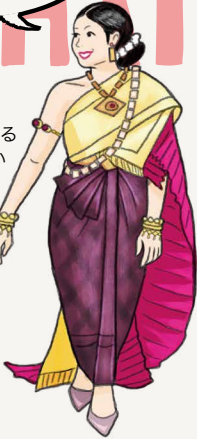


สวัสดีค่ะ

サワディーカー 女性

花嫁

タイ女性の正装である『シワーライ』を着ています。シワーライは、長方形の布を胸に巻いて着るトップス『サバイ』と『バ・ヌン』と呼ばれる筒状のスカートで構成されます。



ព័ណ៌ស្រូវ

チュムリアブ スォー

仏教寺院を 参拝する女性

仏教寺院を参拝するときには、白い刺繍入りのブラウスである『アオ・パク』と『サンボット・ボット』というスタイルを組み合わせた装いがよく見られます。『サンボット』とは、カンボジアの伝統的な巻きスカートのことです。伝統的なサンボットは、絹の緋(かすり)で作られています。



式典に 参加する男性

式典では、絹で仕立てた伝統的な上衣『アヴ・ホル』を、スラックスなどと合わせて着ることがあります。『アヴ・ホル』は、改まった場で着用されることの多い男性の伝統的な上衣です。



カンボジア

Hello

ハロー

インド系の女性

シンガポールには、中華系に次いでインド系の人々も多く暮らしています。インド系の女性は、サリーと呼ばれる伝統衣装を身につけることがあります。宗教や文化も多様で、ヒンドゥー教のお祭り「ディーパバリ(光の祭り)」などが盛大に祝われます。



中華系の男性

中華系シンガポール人の伝統衣装のひとつである、『唐装(タンジュアン)』は満州人の民族衣装が原型とされています。

中華系の女性

マレーシアの人口の約2割は中華系です。旧正月(春節)には、家族や親せきで集まり、お祝いのパーティが開かれます。女性はモダンなチャイナドレスを着ることもあり、手にしている赤い封筒(アンパオ)は、日本のお年玉のようにお金をもらう習慣です。



Selamat petang

スラムット プタン

マレーシア

マレー系 イスラム教徒の 男性

マレーシアの人口の6割はイスラム教徒です。ズボンの上に伝統的な襟なしの長そでシャツ『バジュ・メラユ』を着ています。シャツの上から腰巻の『サンピン』を身につけています。頭にのせているのは『コピア』という帽子です。



シンガポール

ສະບາຍດີ

サバーイディー

ラオス

女子高生

筒状の布でできた『シン』の制服を着ています。制服のシンに合わせる靴はサンダルやスニーカーや革靴など、人それぞれ。



花婿

正装である筒状の布でできた絹の『サロン』と絹の上衣を着ています。普段着としてのサロンは木綿素材が好まれますが、結婚式など儀礼の時は絹を選ぶのが正式です。腕にはたくさん白い木綿の紐が結ばれています。これは『バシ』という儀式で家族や友人が彼の幸せな結婚を願って祈って結んだものです。



Xin chào

シンチャオ

ベトナムの女子高生

ベトナムの民族衣装で「長い着物」という意味をもつ『アオザイ』は、18世紀に伝えられた中国服が起源です。男女用とも両脇に入ったスリットが特徴で、『クワン』というゆったりしたズボンと合わせて着るのが一般的です。白いアオザイは学生の制服として着られています。



男性

ベトナムの民族衣装である『アオザイ』をデニムと合わせて着ています。男性は結婚式など式典の場で着ることが多い衣装です。伝統的なアオザイの着こなしをするときは、それ用の帽子もかぶります。



ベトナム

フィリピン

女性

女性の正装『テルノ』を着ています。張り出したバタフライ・スリーブが特徴的で、約400年間、スペインの植民地であった影響が表れています。



Magandang hapon po

マガンダン ハボン ポ

男性

男性の正装『パロン・タガログ』を着ています。パロン・タガログはパイナップルなどの繊維で作った薄手の生地で作られており、前面に刺繍が施されています。



東ティモール

女性

男性

伝統的な手織りの布『タイス』を使ったスカートをはいています。タイスの模様や色は、地域や家族によって違います。

お客さんを迎えるときなどに、伝統的な『タイス』を首や肩にかけることがあります。



Selamat siang

スラマツ シアン

西ジャワの女性

ジャワ人、スンダ族やバリ人女性の正装『クバヤ』は、レースやオーガンジー等を用いた丈の長いブラウスの一種。ボトムはパティックの筒状の布でできた『サロン』を合わせています。



インドネシア

ジャワの男性

『プスカップ』と呼ばれるジャケットを身につけ、パティックの筒状の布でできた『サロン』を合わせています。



Selamat petang

スラマツ プタン

ブルネイ

マレー系イスラム教徒の女性

ブルネイの人口の多くがマレー系のイスラム教徒です。イスラム教徒の女性は肌の露出を抑えた『バジュ・クロン』を着用し、『トゥドン』というスカーフで髪を隠しています。



マレー系イスラム教徒の男性

金曜日にモスクに行く際や正装として着る『チェラ・メラユ』という丈の長い長そでシャツとズボンの上に、腰巻の『シンジャン』を身に付けています。ブルネイの正装用のシンジャンには、銀や金の糸が使われることもあります。頭にのせているのは『ソニコ』という帽子です。



Bondia

ボンディア

やってみよう!

各国のことばで『こんにちは!』と言ってみよう!



Webで音声聞こう!

\ やってめよう! ASEANクイズ /

ASEAN に関するクイズに挑戦してみましょう! クイズの答えは、36 ページにあります。

Q.1 ASEANに加盟している国は何か国?

A 8ヵ国

B 11ヵ国

C 27ヵ国

Q.2 年に2回開催されるASEAN各国の首脳が集まる会議を何という?

A A20

B ASEANフォーラム

C ASEANサミット

Q.3 初の日ASEAN首脳会議はいつ?

A 1973年

B 1977年

C 1981年

Q.4 ASEAN加盟国のうち9ヵ国に世界遺産として登録された遺跡や建造物、そして自然が数多くあります。2026年1月現在、ASEAN地域にある世界遺産は何か所?

A 22か所

B 30か所

C 50か所

Q.5 ASEANの二大宗教は仏教と何教？

A イスラム教

B ヒンドゥー教

C キリスト教

Q.6 ASEAN地域には多様な人々が暮らしています。その人口規模は？

A 約3億5千万人

B 約5億人

C 約6億9千万人

Q.7 たくさんの日系企業がASEAN諸国で事業を展開しています。
その数は？

A 1,000以上

B 10,000以上

C 100,000以上

Q.8 日本人に観光旅行先として人気のASEAN諸国。
2024年は日本人渡航者数の約〇％がASEAN諸国への渡航者？

A 48%

B 28%

C 18%

クイズの答えは次のページ！

ASEANPEDIA ランドの 答え

A.1 ラフレシア

直径 1 メートルにもなる、世界最大の花。ボルネオ島などに咲く。

A.2 マレーバク

熱帯雨林にすむ。マレーバクは白黒の模様が特徴。

A.3 タケノコ

タケの新芽。東南アジアでも料理によく使われる。

A.4 ドリアン

強烈なおいで有名だが、甘くて濃厚な味。東南アジアの人気フルーツ。

A.5 ティフィン

マレーシアやシンガポールなどで使われる、積み重ね式のお弁当箱。

A.6 コモドドラゴン

インドネシアのコモド島などにすむ、体長 3 メートルにもなるトカゲ。

A.7 アジアゾウ

アジア最大の陸上動物。タイやミャンマーなど各地に生息する。

A.8 バティック

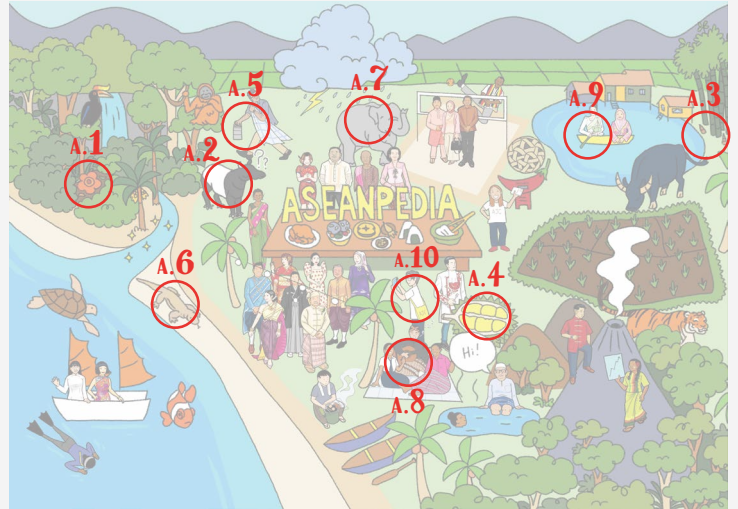
口ウを使って模様を描いて染める「ろうけつ染め」の布。インドネシアが特に有名。

A.9 蓮（ハス）の花

水の上に咲く花。東南アジアの各地で親しまれている。

A.10 AJCスタッフ

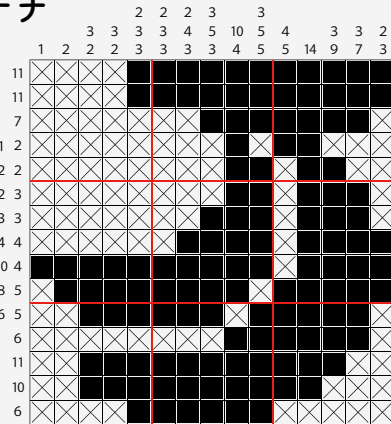
ASEAN-Japan Centre(AJC)は、日本と ASEAN 諸国をつなぐ国際機関。



ASEAN おねかぎロジックパズルの 答え

初級編：

バナナ



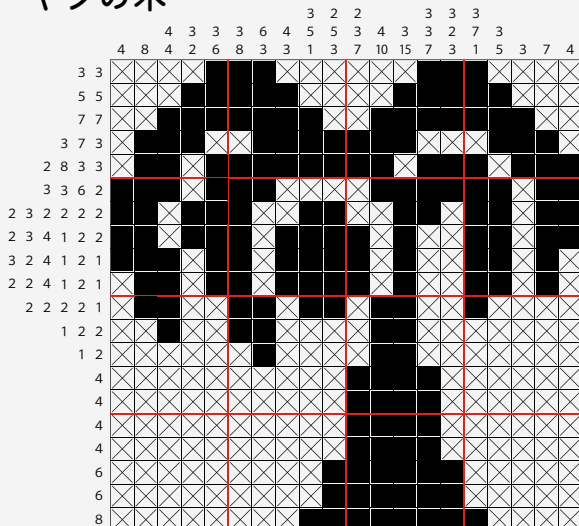
上級編：

オランウータン



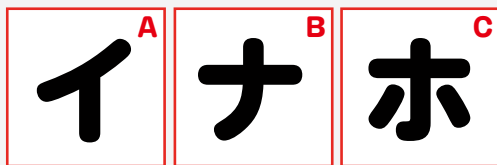
中級編：

ヤシの木



ASEAN クロスワードパズルの答え

答え



ASEAN クイズの答え

A.1 11カ国

ASEAN は、1967 年 8 月に「ASEAN 設立宣言（通称：バンコク宣言）」に基づき、地域の平和と安定や経済成長の促進を目的として設立されました。当初の加盟国は、インドネシア、マレーシア、フィリピン、シンガポール、タイの 5 カ国でしたが、その後、ブルネイ、ベトナム、ラオス、ミャンマー及びカンボジアが順次加盟しました。2025 年 10 月に開催された ASEAN 首脳会議で、東ティモールが正式加盟したことで、現在は東南アジアの全 11 カ国で構成されています。

A.2 ASEAN サミット

ASEAN の最高意思決定機関は、首脳会議「ASEAN サミット」です。また、ASEAN では分野別の閣僚会議や委員会も開かれ、一年を通し様々な分野において、政策協議が行われています。ASEAN 事務局はインドネシアのジャカルタに設置されており、機構内の会議・委員会等の調整・効率化を担い、様々な事業を実施しています。

A.3 1977年

1977 年同年 8 月、はじめての「日・ASEAN 首脳会議」が開催されました。また、その後の ASEAN 外交の基本方針となる「福田ドクトリン」が発表されたのも、1977 年です。

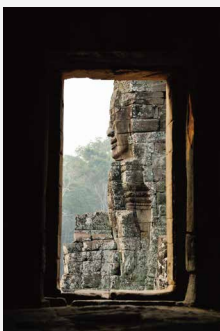
ちなみに、1973 年は、「日・ASEAN 合成ゴムフォーラム」が設置され、日本と ASEAN が対話を開始した年。また、1981 年は日本アセアンセンターが設立された年です。



「福田ドクトリン」を表明(1977 年)
写真提供：内閣広報室

A.4 50か所

ASEAN 地域にある世界遺産は合計 50 か所！（2026 年 1 月現在）
下の写真のほかにもたくさんあります。【世界遺産】（27～28 ページ）や、Web版 ASEANPEDIA を見てみましょう。



マレーシアの「キナバル国立公園」



ミャンマーの「バガン」



Web版 ASEANPEDIA に、
他にもたくさんの写真があります

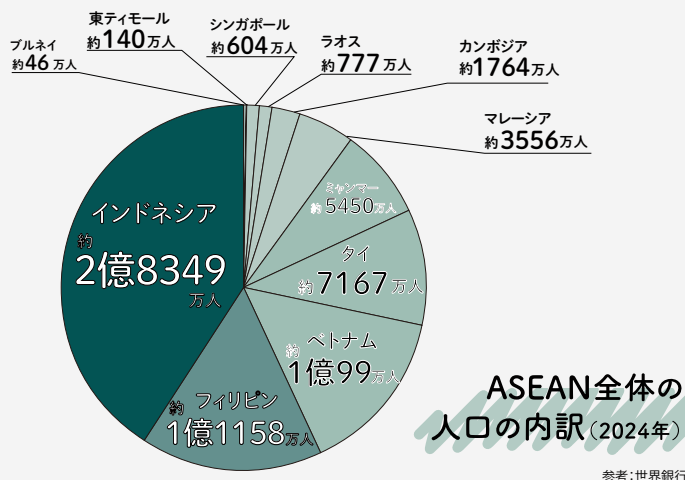
1	モ	ギ		8	ホ	イ		15	シ	マ	23
	リ		18	カ		モ	チ	ゴ	メ		
2	ノ	ウ	17	ギ	19	ヨ	ウ		ト		
3	ヒ	ミ		9	イ	ト	コ		コ	24	
	ト		7	ハ	チ		モ	ス	ク		
		5	ウ	ス		12	ミ	ド	リ		
4	ナ	ツ		10	カ	ズ		16	ツ	ツ	
5	カ	ボ	チ	ヤ		14	ガ	パ			

A.5 イスラム教

ASEAN 諸国は宗教的にも多様です。全体としてはイスラム教徒と仏教徒が多く、フィリピンと東ティモールではキリスト教徒が多数派です。

A.6 約6億9千万人

ASEAN の人口は日本の約 5 倍で、6 億 9 千万人以上です。一番人口が多い国はインドネシアで、2 億人以上。一番少ない国はブルネイで、約 46 万人です。



A.7 10,000社以上

2024 年には、19,500 社以上の日本企業が ASEAN 諸国に事業を展開し、ASEAN 諸国に暮らす日本人は 17 万人を超えています。

参考：外務省

A.8 28%

観光は ASEAN 諸国の経済において鍵となる産業分野です。2024 年にはコロナ禍後最高となる 360 万人以上の日本人が、ASEAN 諸国を訪れました。

参考：日本政府観光局



最も日本人渡航者が多い（2024 年）
タイの有名な料理「トムヤムクン」

memo



memo

