

長野市人口ビジョン 改訂版

令和7年4月

長野市



<目 次>

1. 長野市人口ビジョンの位置付け.....	1
2. 対象期間.....	1
3. 長野市の人口の現況.....	2
(1) 人口の推移.....	2
ア 総人口と年齢3区分別人口の推移と将来推計.....	2
イ 人口ピラミッドの変化.....	2
ウ 地域別人口の推移と将来推計.....	3
エ 外国人人口の推移.....	5
(2) 自然動態の推移.....	5
ア 出生・死亡の推移.....	5
イ 合計特殊出生率と出生数の推移.....	6
ウ 年齢階級別婚姻割合の推移.....	6
(3) 社会動態の推移.....	7
ア 転入・転出数の推移.....	7
イ 性別・年齢階級別の人口移動の最近の状況.....	7
ウ 地域ブロック別の人口移動の状況.....	8
エ 東京圏への性別・年齢階級別人口移動の状況.....	10
4. 現況の課題と目指すべき人口目標.....	11
(1) 人口の推移における現状の課題.....	11
(2) 目指すべき将来の方向.....	11
(3) 人口目標の試算.....	12
(4) 年齢3区分別人口目標の推移.....	13
参考資料.....	15
1 日本の総人口の長期的推移.....	16
2 長野県の人口推移と将来推計.....	16
3 長野市人口ビジョンの将来人口推計の推移.....	17

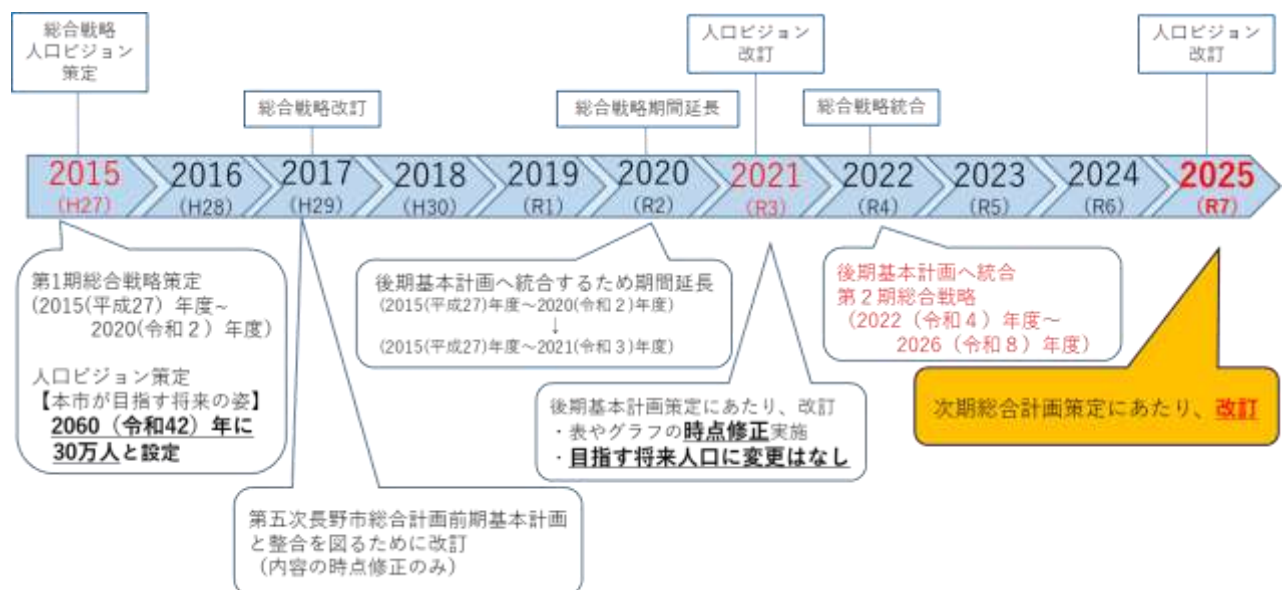
1. 長野市人口ビジョンの位置付け

「長野市人口ビジョン」は、本市における人口の現状等を分析し、人口減少に関する市民との意識を共有するため、今後目指すべき将来の方向と人口の将来展望を示すものです。

さらに、本ビジョンは、まち・ひと・しごと創生に資する効果的な施策を企画立案する上で重要な基礎となるものであり、これを踏まえて、今後実施する施策を体系的にまとめた「長野市まち・ひと・しごと総合戦略」を策定し、施策を展開することとなります。

2022（令和4）年度から「第五次長野市総合計画後期基本計画」と「長野市まち・ひと・しごと総合戦略」を統合しており、今般、2027（令和9）年度から始まる次期総合計画策定に向けて、2023（令和5）年に国立社会保障・人口問題研究所（以下、「社人研」という。）が発表した人口推計をベースに人口ビジョンを改訂するものです。

【人口ビジョンの改訂経過】



2. 対象期間

長野市人口ビジョンの対象期間は、国の「まち・ひと・しごと創生長期ビジョン」を踏まえ、2060（令和42）年とし、人口の将来展望を描きます。

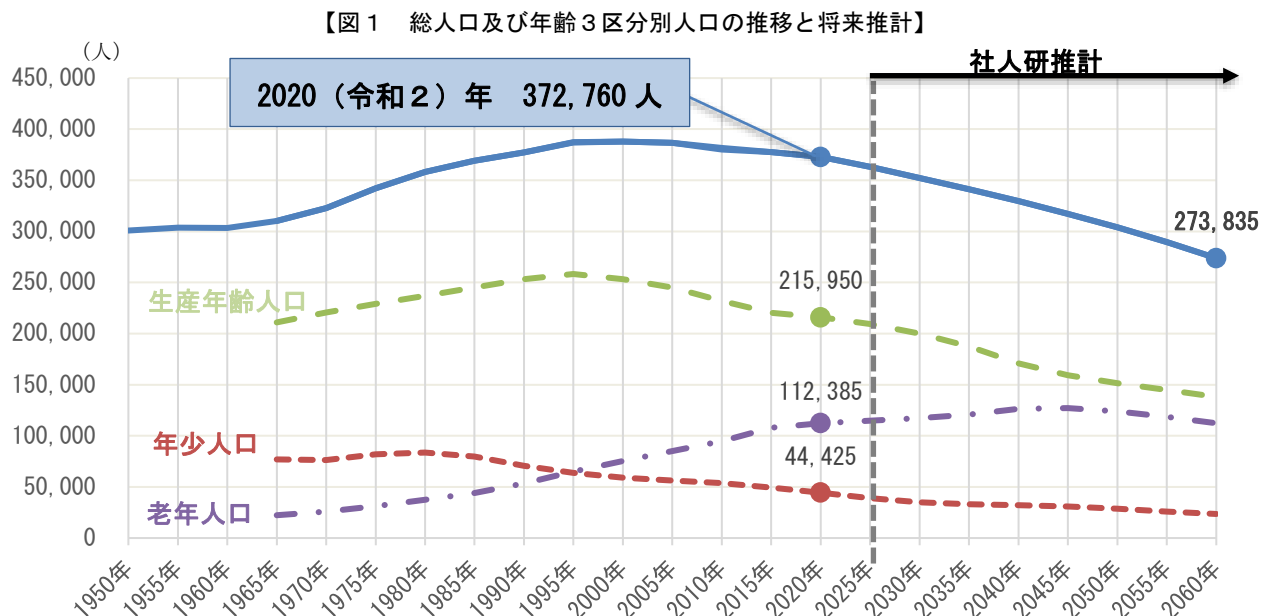
3. 長野市の人口の現況

(1) 人口の推移

ア 総人口と年齢3区分別人口の推移と将来推計

本市の総人口は、2020（令和2）年の国勢調査で約37万3千人となっています。社人研の推計によると、2060（令和42）年には、総人口が約27万4千人になると推計しています。

人口の推移を、年齢3区分別にみると、年少人口（0～14歳）、生産年齢人口（15～64歳）は減少し、老年人口（65歳以上）は、増加し続けています。



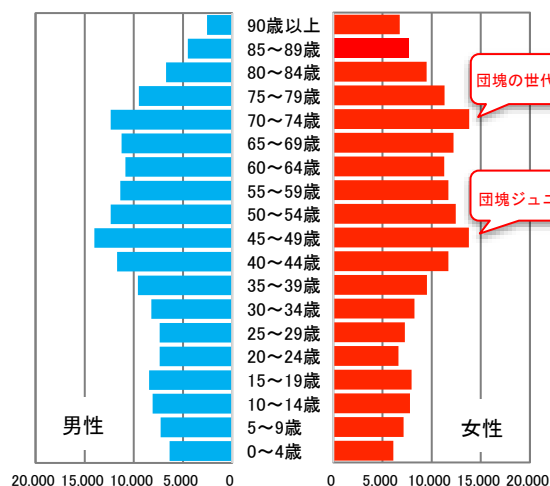
資料：2020（令和2）年までの総人口及び年齢3区分別人口は、国勢調査による。

※ 社人研推計：2050（令和32）年までの人口推計は、「日本の地域別将来推計人口（令和5（2023）年推計）」に公表。2055（令和37）年以降は、社人研推計に準拠して推計。

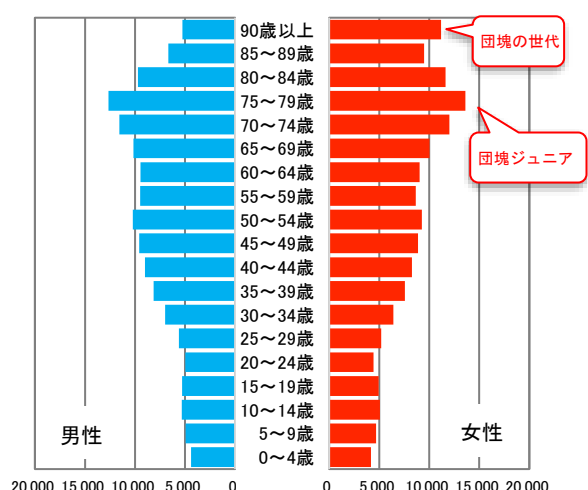
イ 人口ピラミッドの変化

人口構造の変化を人口ピラミッドでみると、2020（令和2）年（図2）は、40代から70代の人口が多く、10代、20代が少ないことがわかります。2050（令和32）年（図3）は、社人研の推計によると、「75～79歳」の人口が最も多く、10代、20代の人口は更に少なくなる見込みです。

【図2 2020（令和2）年 国勢調査（単位：人）】



【図3 2050（令和32）年 社人研推計（単位：人）】

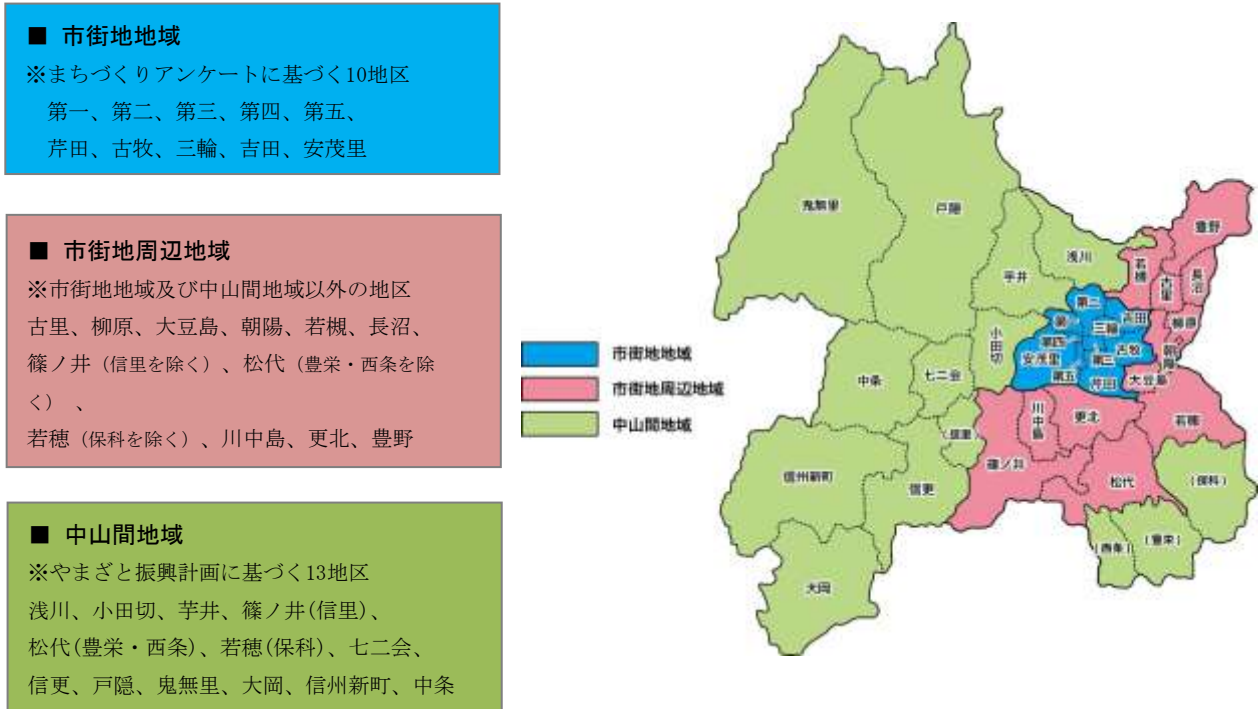


資料：2020（令和2）年は国勢調査。2050（令和32）年は社人研推計に準拠

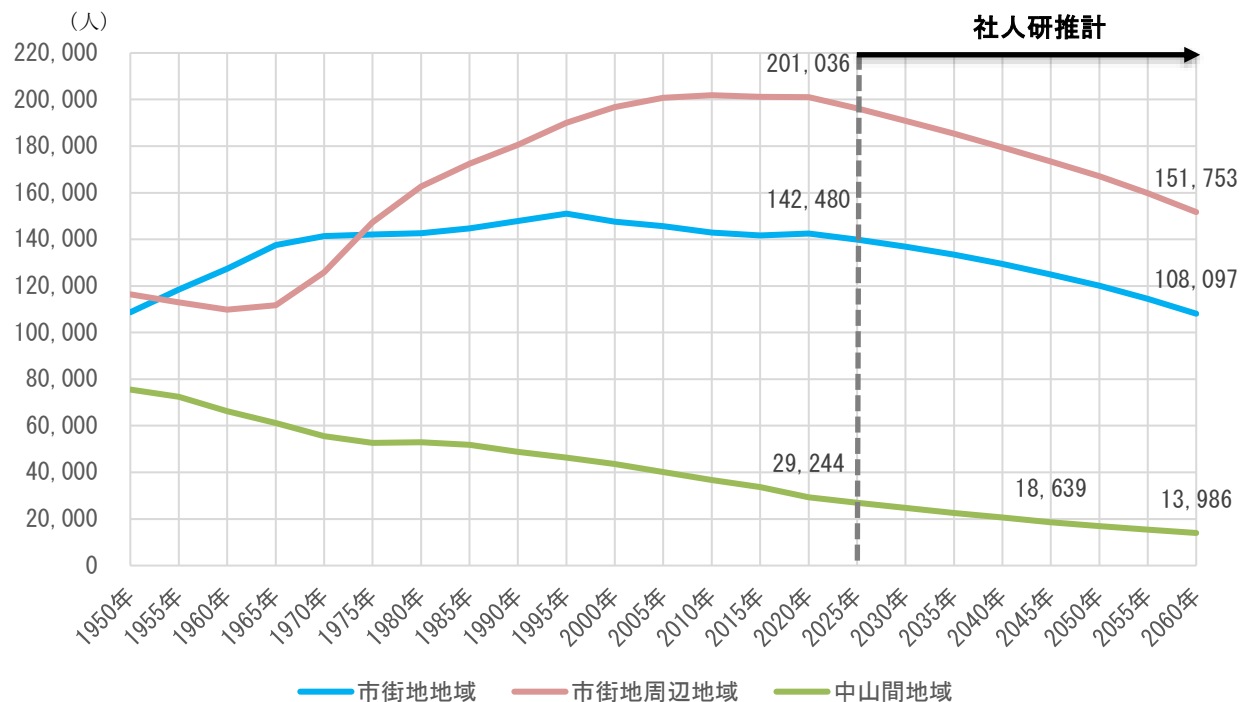
ウ 地域別人口の推移と将来推計

市街地地域、市街地周辺地域及び中山間地域の3地域別に、将来人口を社人研推計に準拠して推計すると、すべての地域で今後も減少傾向が続くと推計されます。これまで人口が増加してきた市街地周辺地域も、徐々に減少すると推計されます。中山間地域は、2045（令和27）年には、人口2万人を割り込むと推計されます。

【図4 地域区分図】

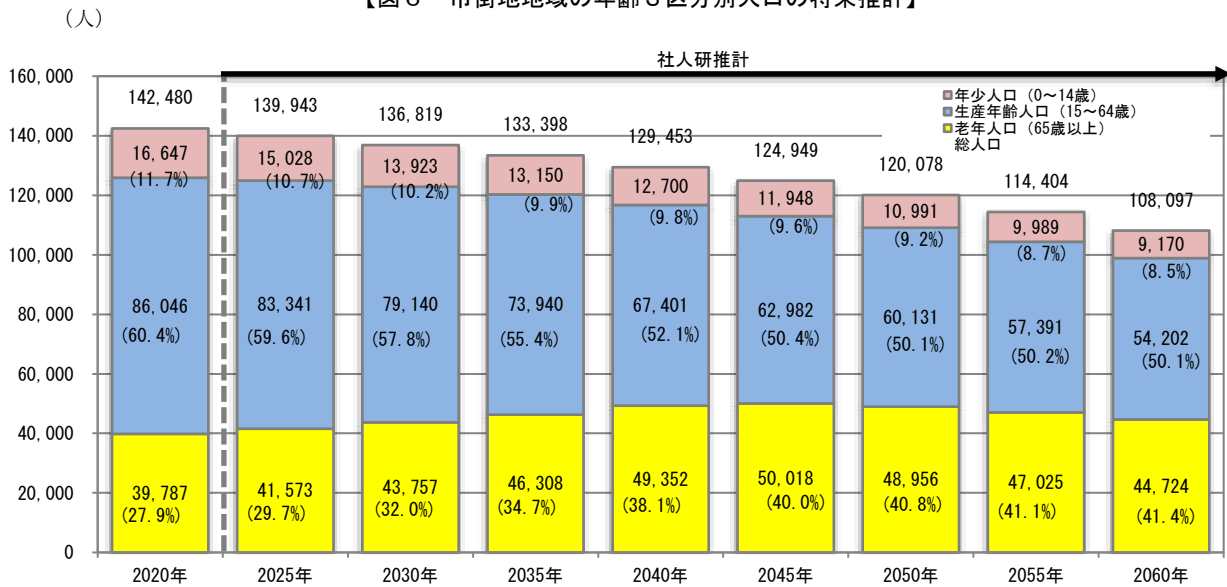


【図5 地域別人口の推移と将来推計】

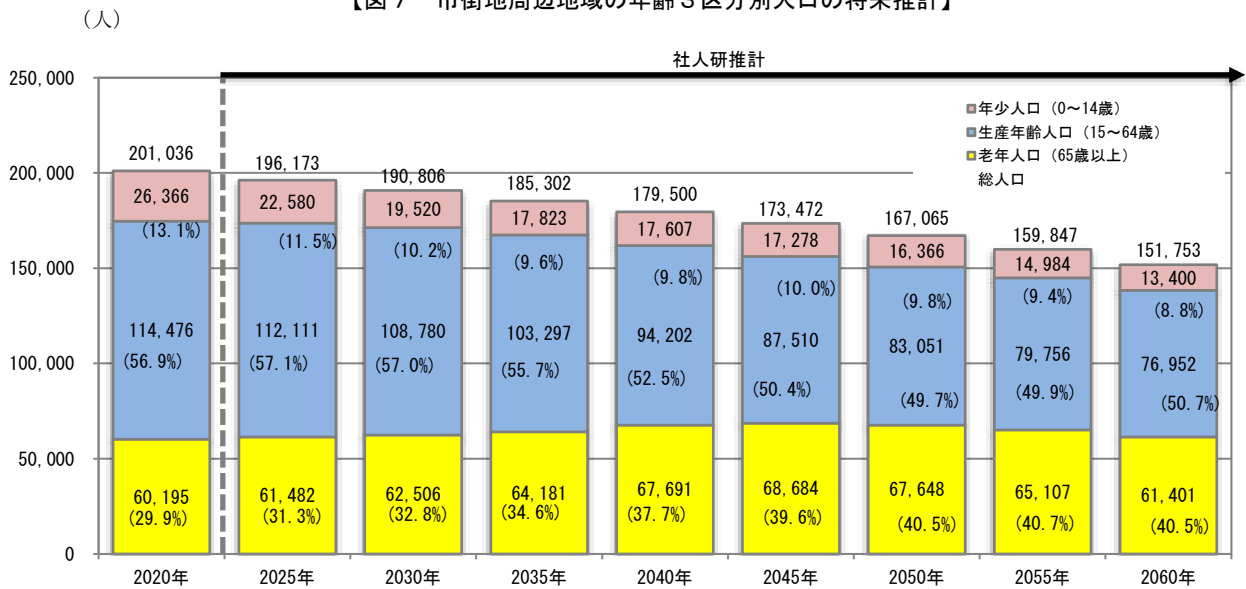


資料：2020（令和2）年までは国勢調査。2025（令和7）年以降は社人研推計に準拠

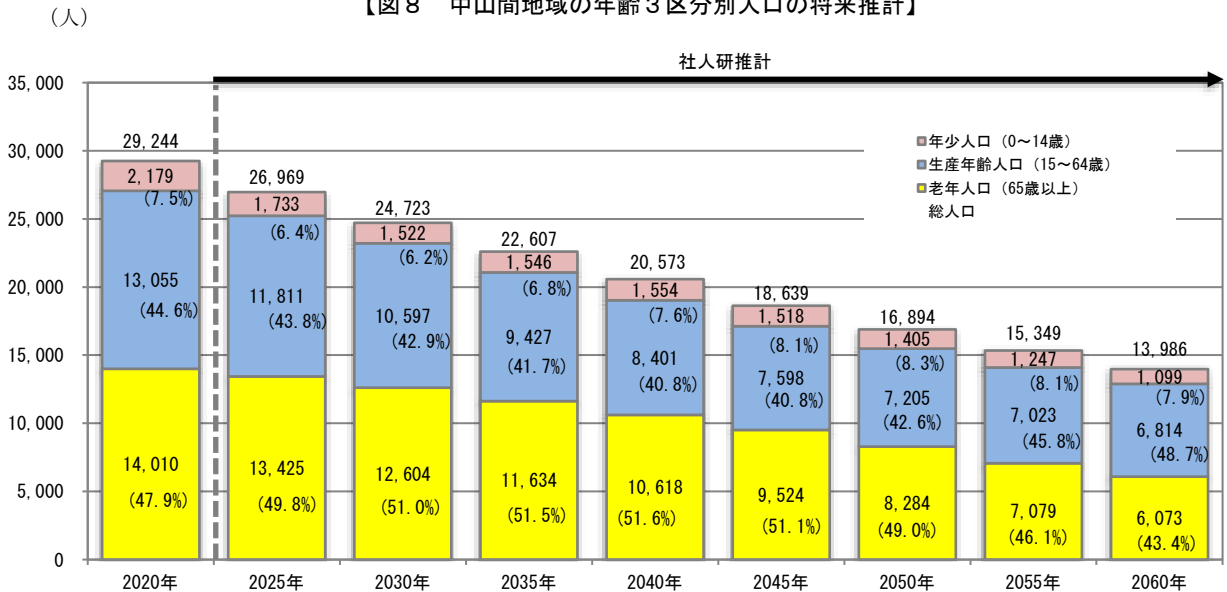
【図6 市街地地域の年齢3区分別人口の将来推計】



【図7 市街地周辺地域の年齢3区分別人口の将来推計】



【図8 中山間地域の年齢3区分別人口の将来推計】

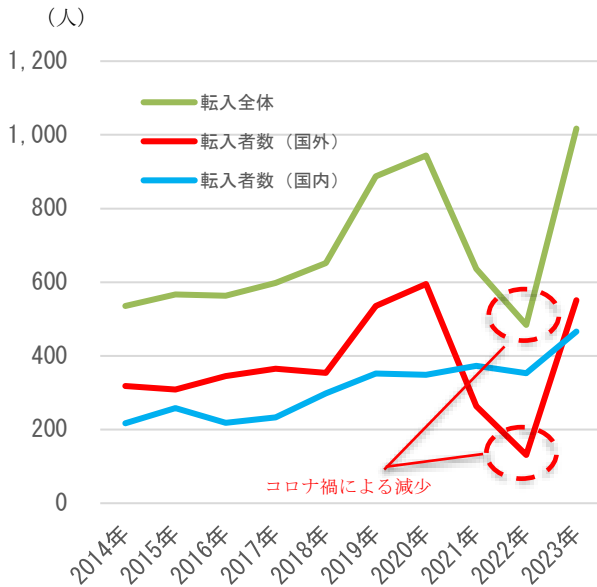


資料：2020（令和2）年は国勢調査。2025（令和7）年以降は社人研推計に準拠

エ 外国人人口の推移

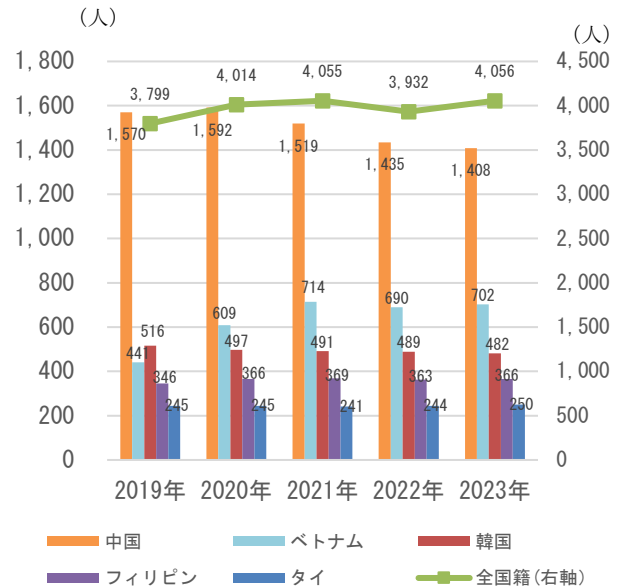
市内の外国人人口は、増加傾向にあり、国外からの転入者のみならず、国内からの転入も増加傾向にあります（図9）。国籍別では、中国が約4割を占めており、次いでベトナム、韓国、フィリピン、タイと上位5か国はアジア圏で全体の約8割を占めております。（図10）

【図9 外国人転入者数の推移】



資料：総務省「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数に関する調査」

【図10 外国人人口の推移】



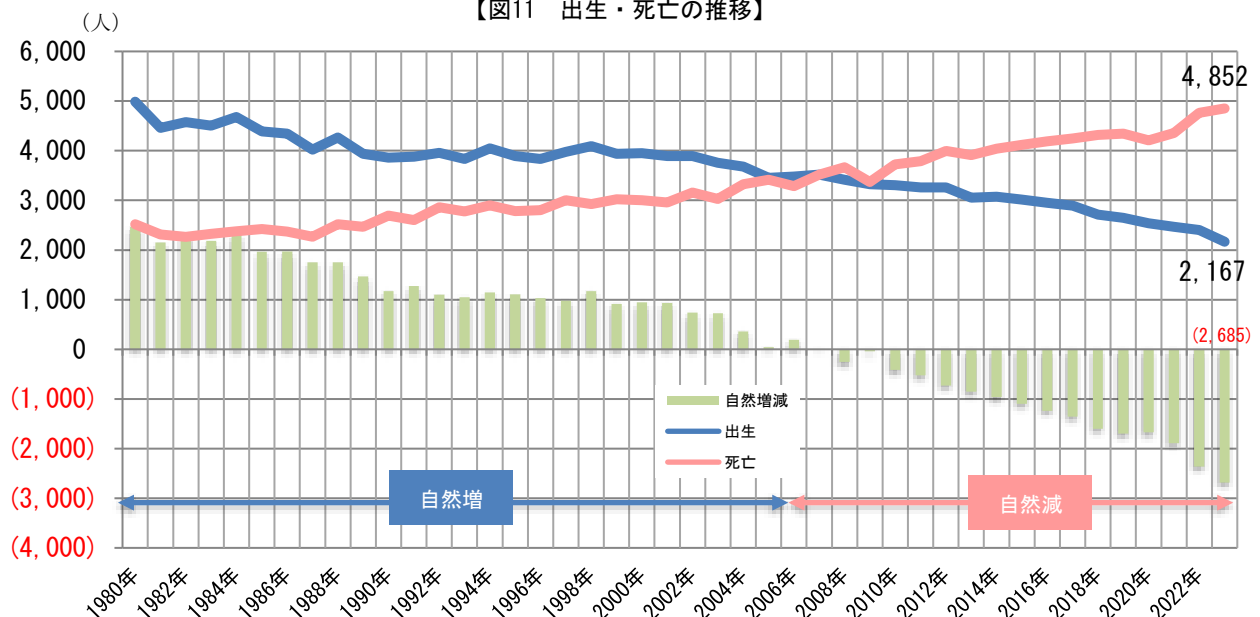
資料：住民基本台帳

(2) 自然動態の推移

ア 出生・死亡の推移

出生数は、長期的に減少傾向が続いており、2007（平成19）年には、死亡数が出生数を上回る状況となりました。これは、1995（平成7）年に老年人口が年少人口を上回り、また、2005（平成17）年には高齢化率が20%を超えたことにより、死亡数が増加したものによって考えられます。死亡数は、2011（平成23）年以降は、死亡数が500人以上、出生数を上回る状況となっています。

【図11 出生・死亡の推移】

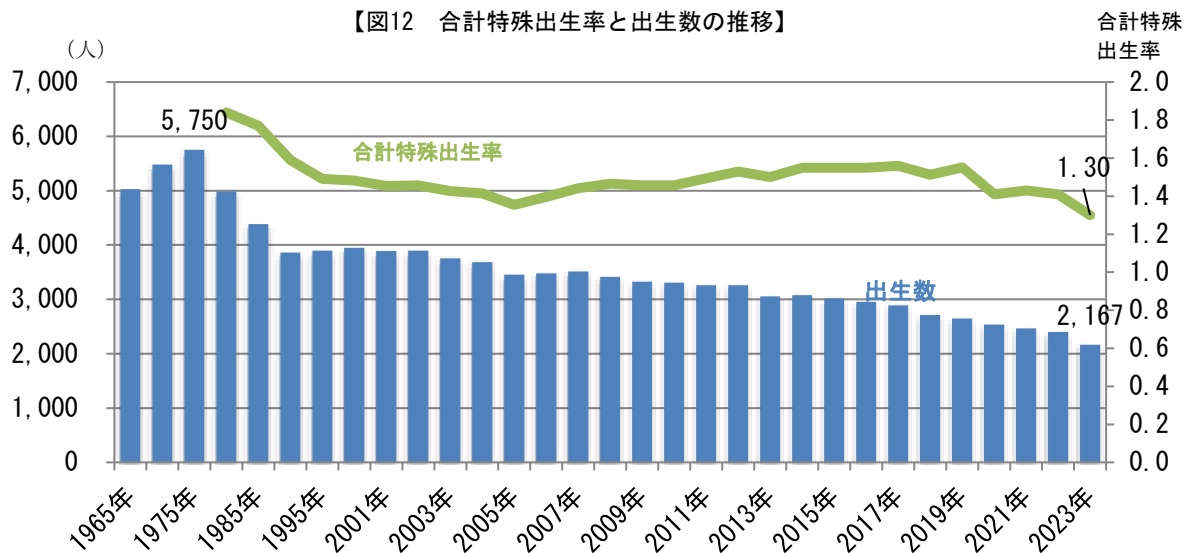


資料：総務省「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数に関する調査」

イ 合計特殊出生率と出生数の推移

合計特殊出生率をみると、1980年代は1.8前後で推移していましたが、2000年代に入ってから
は1.50前後で推移し、コロナ禍明けの2023（令和5）年には1.30と低下しています。

出生数をみると、1975（昭和50）年に5,750人でピークとなった後、減少傾向が続いています。
2023（令和5）年の出生数は、2,167人と、1975（昭和50）年の出生数の4割未満となっています。

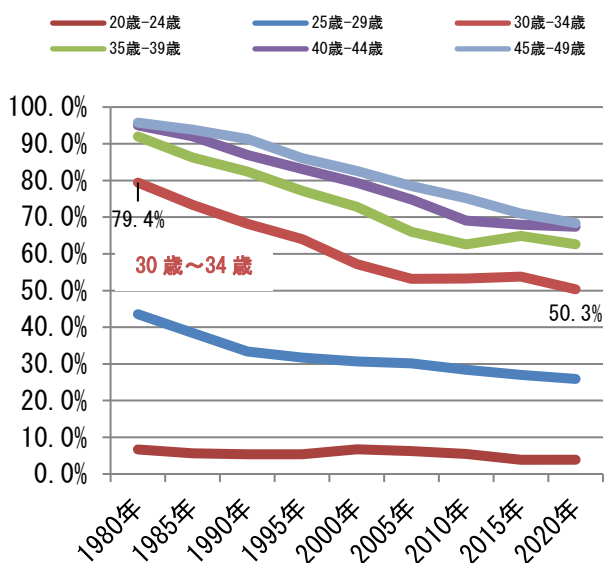


資料：1965（昭和40）年から2000（平成12）年までは国勢調査による。
2001（平成13）年以降は長野市人口異動調査による。

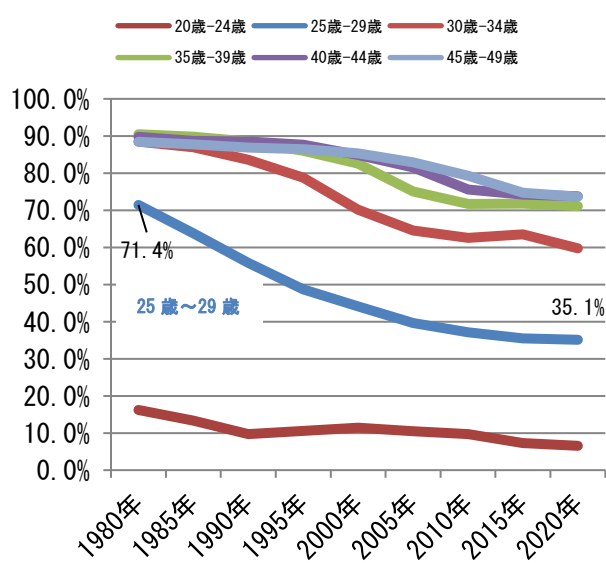
ウ 年齢階級別婚姻割合の推移

年齢階級別に婚姻割合をみると、1980年代から男女ともに減少し、男性では「30歳～34歳」で
1980（昭和55）年の79.4%から50.3%に（図13）、女性では、「25歳～29歳」で1980（昭和55）
年の71.4%から35.1%に（図14）大きく減少しています。

【図13 年齢階級別婚姻割合の推移（男性）】



【図14 年齢階級別婚姻割合の推移（女性）】



資料：国勢調査

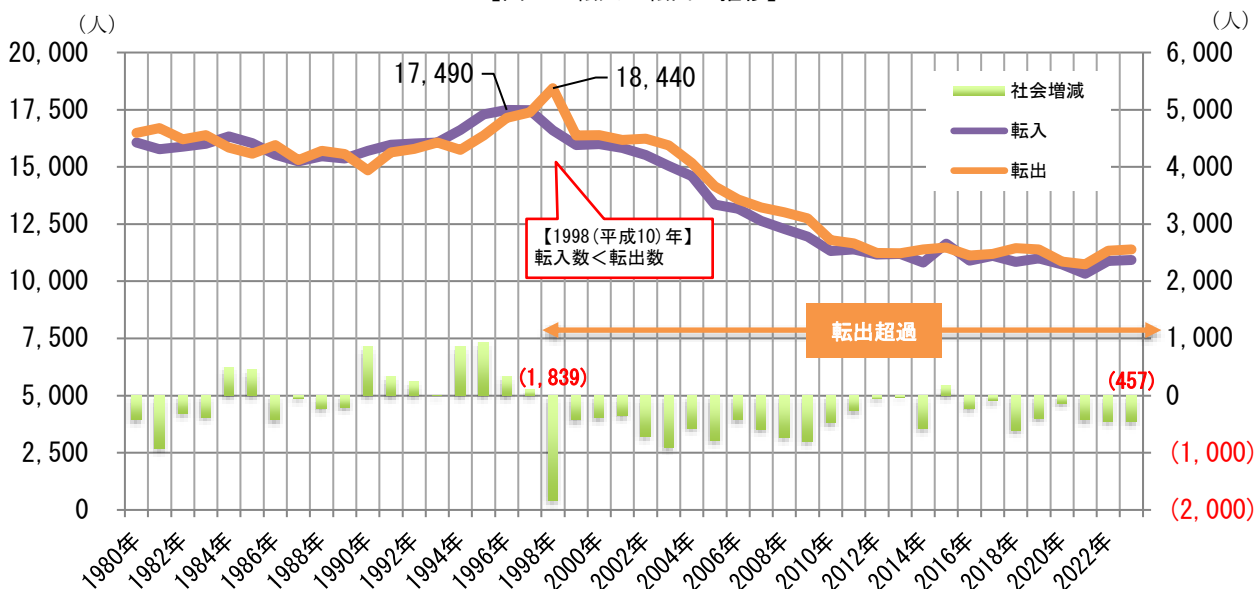
(3) 社会動態の推移

ア 転入・転出数の推移

転入・転出をみると、長野オリンピック冬季競技大会が終了した1998（平成10）年以降、転出数が転入数を上回る状況が続いています。

転入数のピークは、1996（平成8）年の17,490人で、2011（平成23）年以降は、横ばいで推移しています。

【図15 転入・転出の推移】



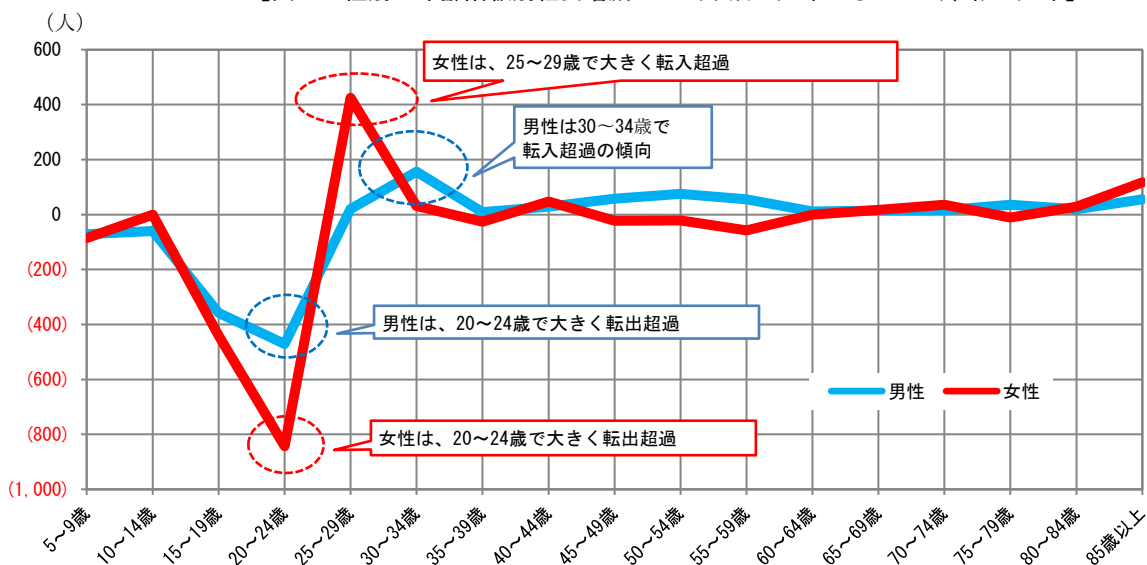
資料：総務省「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数に関する調査」

イ 性別・年齢階級別の人口移動の最近の状況

男性、女性とも、「15～19歳」、「20～24歳」で転出超過となっています。進学や就職が転出の契機になっているものと考えられます。

転入超過となっている年齢階級は、女性は、「25～29歳」男性は、「25～29歳」、30代以上で転入超過の傾向にあります。

【図16 性別・年齢階級別社会増減2015（平成27）年から2020（令和2）年】

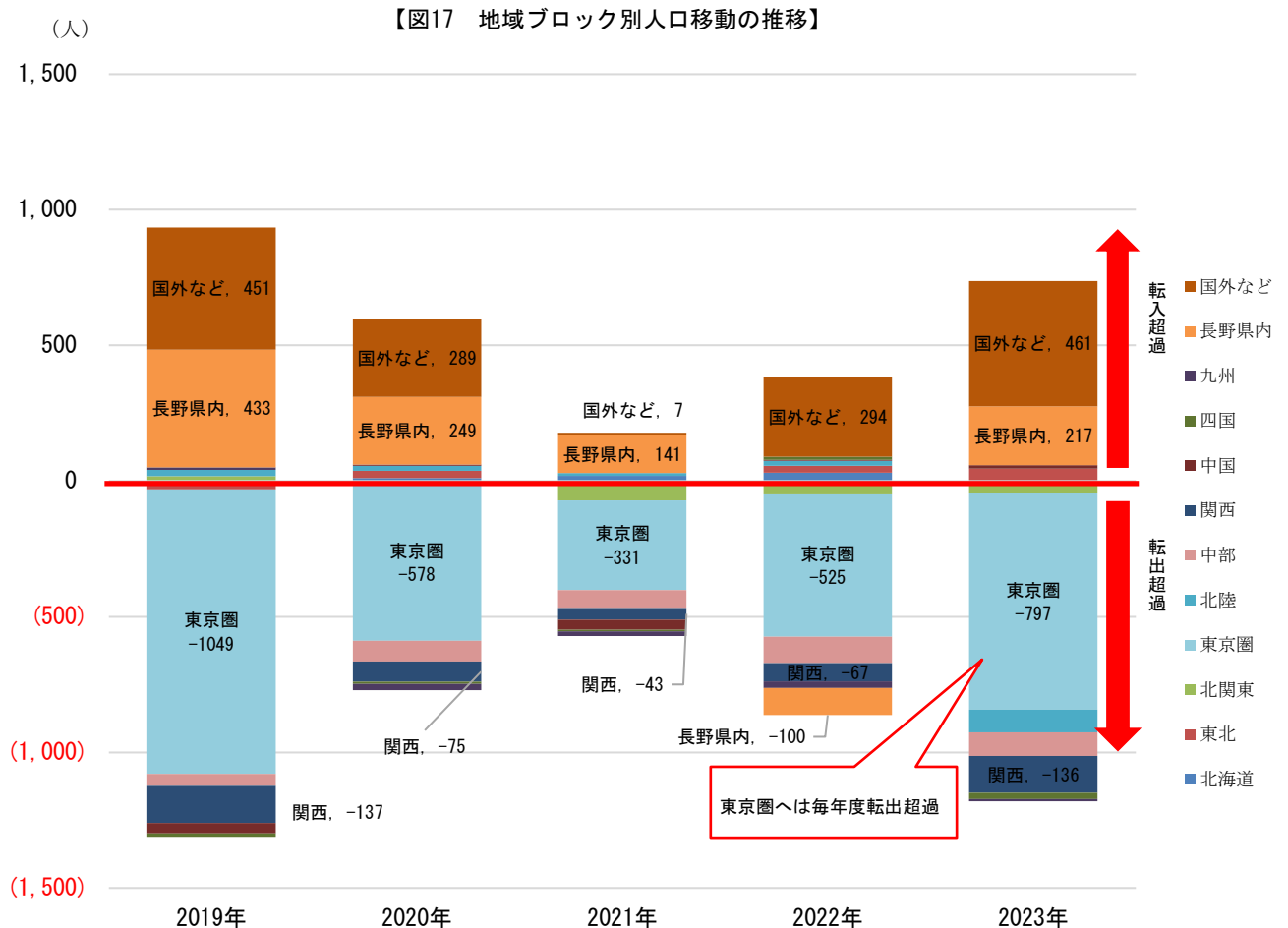


資料：国勢調査

ウ 地域ブロック別の人口移動の状況

住民基本台帳から、直近5年間の地域ブロック別の人口移動をみると、長野県内からは転入超過の傾向にある一方、東京圏へは、転出超過の傾向にあることがわかります。2019（令和元）年には1,049人と大幅な転出超過となっていました。コロナ禍で縮小し、2023（令和5）年には再び拡大傾向となっています。

進学や就職などの要因による移動が毎年起こり、その移動先が東京圏といった特定の地域に固まっていることを示しています。



資料：住民基本台帳（暦年）

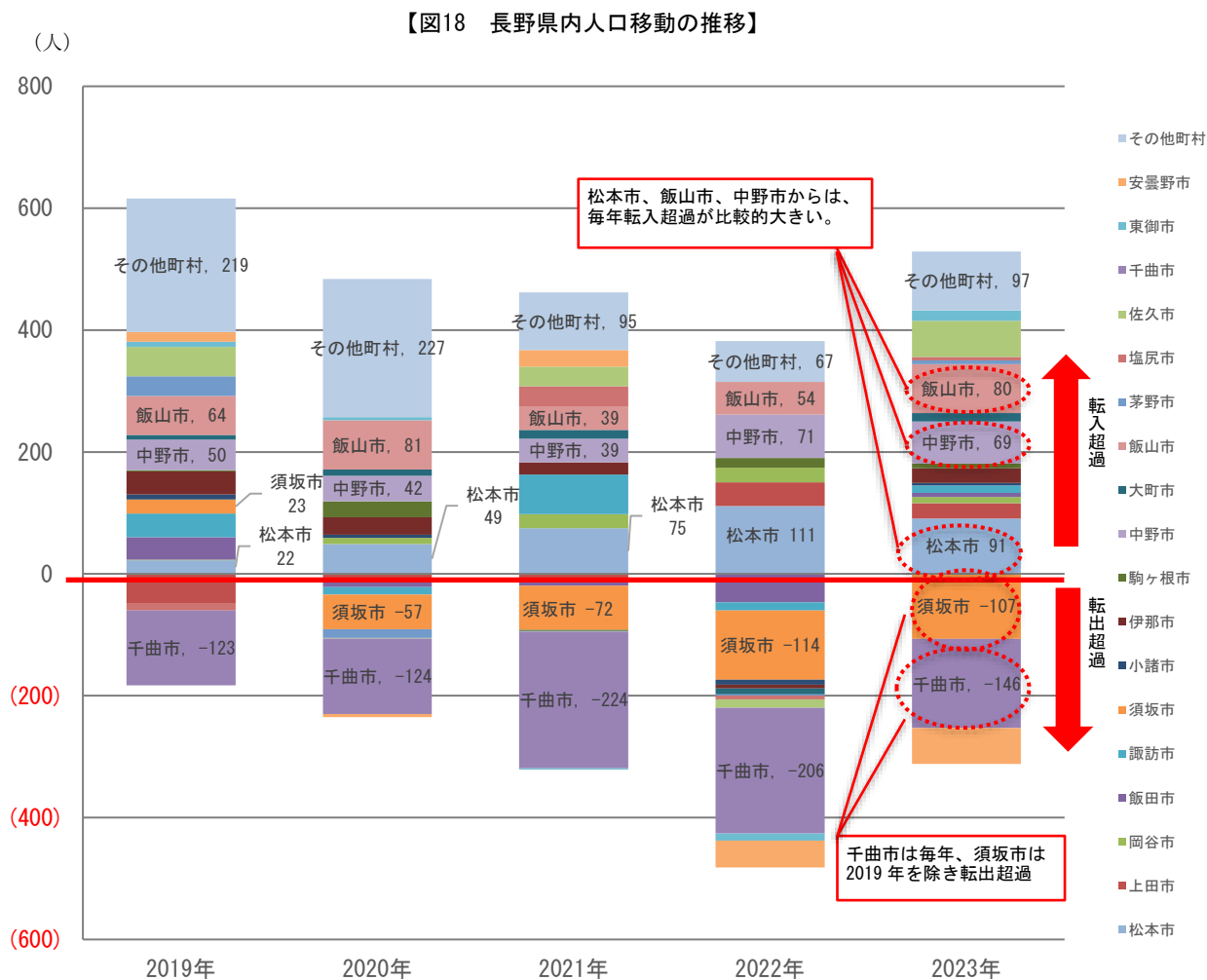
表1 ブロック別都道府県一覧

東北	青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県
北関東	茨城県、栃木県、群馬県
東京圏	東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県
北陸	新潟県、富山県、石川県、福井県
中部	山梨県、岐阜県、静岡県、愛知県、三重県
関西	滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県
中国	鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県
四国	徳島県、香川県、愛媛県、高知県
九州	福岡県、佐賀県、長崎県、熊本県、大分県、宮崎県、鹿児島県、沖縄県

長野県内からの純移動数をみると、全体的に、県内からは転入超過の傾向にあります。

市町村別にみると、松本市、飯山市、中野市は、転入超過が比較的大きいと言えます。これは、転勤などの理由により、長野市へ流入する人数が多いことが要因と考えられます。

一方で、千曲市、須坂市では、勤務先は長野市内にあるものの、長野市以外に住宅を建てるなどの理由により、転出超過になっていると考えられます。

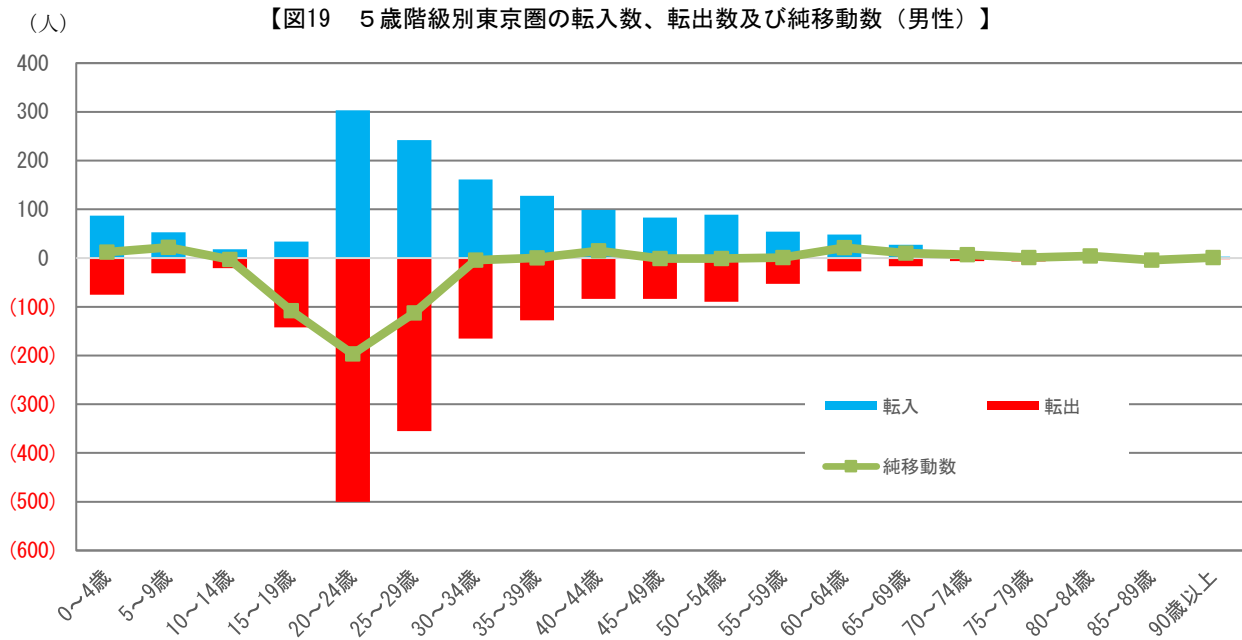


資料：住民基本台帳（暦年）

エ 東京圏への性別・年齢階級別人口移動の状況

【東京圏（男性）】

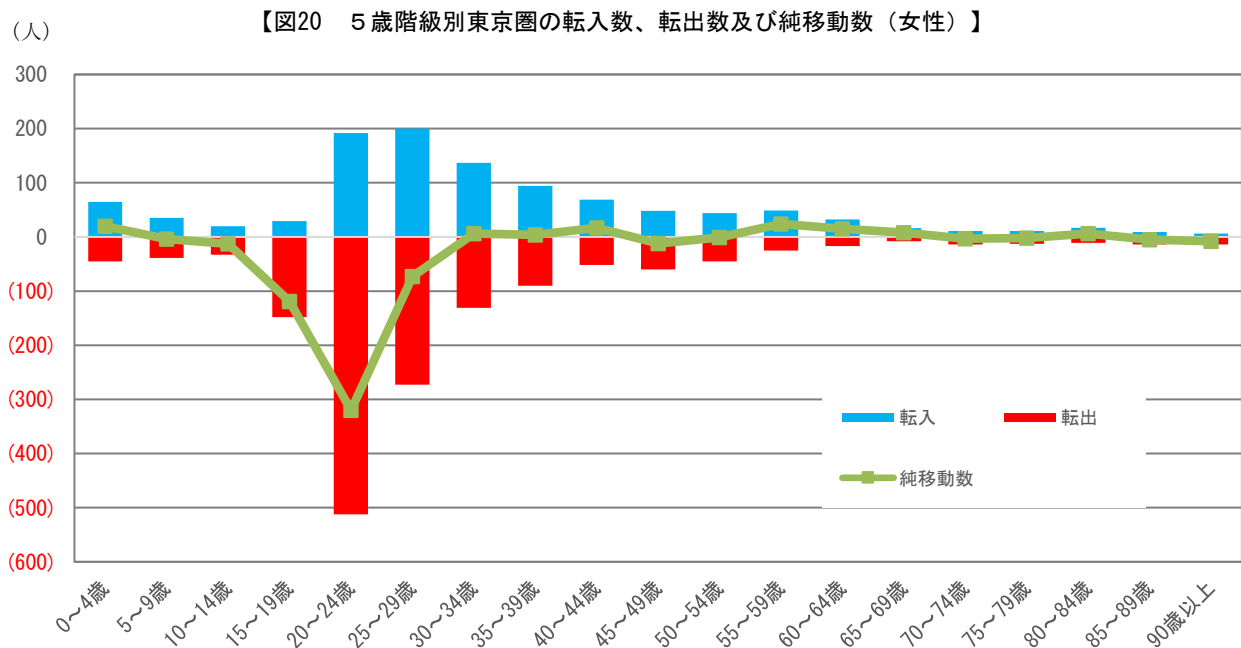
転出では「20～24歳」で500人を超え最も多く、転入では「20～24歳」が最も多くなっています。純移動数でも、「20～24歳」で大きく転出超過となっています。一方、30代から60代では、均衡状態となっています。



資料：2023（令和5）年度住民基本台帳

【東京圏（女性）】

転出では男性と同様に「20～24歳」が500人を超え最も多く、転入では、「25～29歳」が最も多くなっています。純移動数でも、「20～24歳」で大きく転出超過となっています。



資料：2023（令和5）年度住民基本台帳

4. 現況の課題と目指すべき人口目標

(1) 人口の推移における現況の課題

人口の推移等から本市の課題を以下にまとめました。

<自然動態の課題>

・出生数は減少し、合計特殊出生率も低下し続けています。婚姻割合もすべての年代で減少しています。関係者が協力し、希望する方が安心して結婚、妊娠、出産ができ、仕事と両立しながら子育てをすることができる社会の実現が必要です。

<社会動態の課題>

・10代後半から20代前半の若い世代において、大学等の進学や就職などを契機として東京圏へ多数流出しています。若い世代の夢や希望に応える進学先や雇用の創出など、若い世代が活躍できる環境整備が必要です。

(2) 目指すべき将来の方向（人口目標）

本市の将来人口において、今後も一定の人口を維持するためには、子育て施策や結婚支援の充実により出生率を向上させること、また、移住・定住の促進、地域企業の変革や企業誘致等、産業基盤強化による雇用の創出などにより、転出抑制と転入増加を同時かつ相乗的に進めることで、将来人口に好影響を及ぼすことを目指す必要があります。



長野地域の連携中枢都市である本市は、今後も医療、交通、産業、教育・文化など各分野での高次の都市機能を維持し、圏域全体の生活・経済を支え、豊かな市民生活と安定した行政経営を実現していくために必要な人口として、

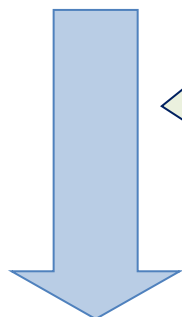
2060（令和42）年に **約30万人**の人口を確保することを目指します。

(3) 人口目標の試算

社人研推計に準拠すると、本市の総人口は、2060（令和42）年には、約27万4千人となります。これを基に、目指すべき将来の方向を踏まえ、次の仮定により、人口目標を試算しました。

■ 人口目標 ■

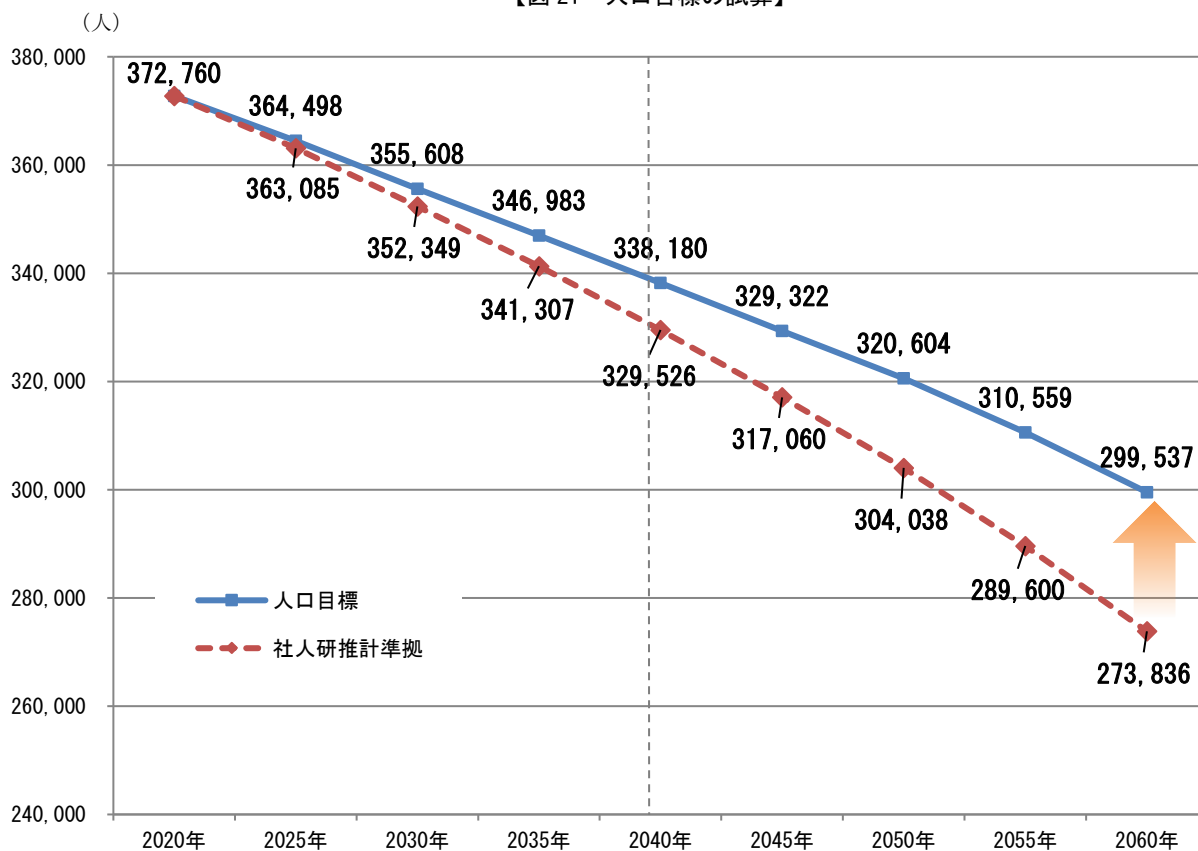
○人口 2060（令和42）年 27.4万人（社人研推計準拠）



- ・ 合計特殊出生率
2030（令和12）年に **1.61（県民希望出生率¹）**
2050（令和32）年に **2.07（人口置換水準²）**
- ・ 社会増減
今後も、社人研推計に準じ、2005（平成17）年～2020（令和2）年の平均的な純移動率を維持し **社会増へ転換**

○人口 2060（令和42）年 **30.0万人（人口目標）**

【図21 人口目標の試算】



¹ 県民希望出生率：長野県において、「長野県民の結婚・出産・子育てに関する意識調査（2022（令和4）年6月調査）」等に基づき試算した出生率

² 人口置換水準：人口異動がなく、かつ年齢別死亡率が変化しないとした場合に、長期的に人口が維持される合計特殊出生率の水準。

(4) 年齢3区分別人口目標の推移

2060（令和42）年の人口構成をみると、年少人口（0～14歳）比率では、社人研推計準拠の8.6%から12.4%へと3.8%増加します。同様に、生産年齢人口（15～64歳）比率では、50.4%から50.1%に微減し、老年人口（65歳以上）比率は41.0%から37.5%に減少します。総人口の減少は避けられないものの、人口の若返りを目指すものです。

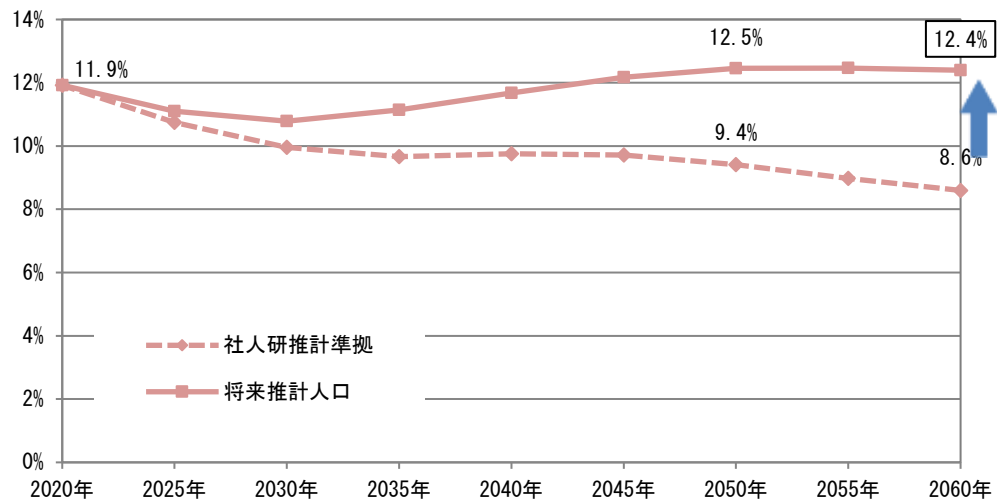
表2 年齢3区分別人口目標の推移の詳細

(万人)	2020（令和2）年 （国勢調査）	2060（令和42）年	
		社人研推計準拠	人口目標
総人口	37.2	27.4	30.0
年少人口 （0～14歳） ※下段比率	4.4 （11.9%）	2.4 （8.6%）	3.7 （12.4%）
生産年齢人口 （15～64歳） ※下段比率	21.6 （57.9%）	13.8 （50.4%）	15.0 （50.1%）
老年人口 （65歳以上） ※下段比率	11.2 （30.1%）	11.2 （41.0%）	11.2 （37.5%）

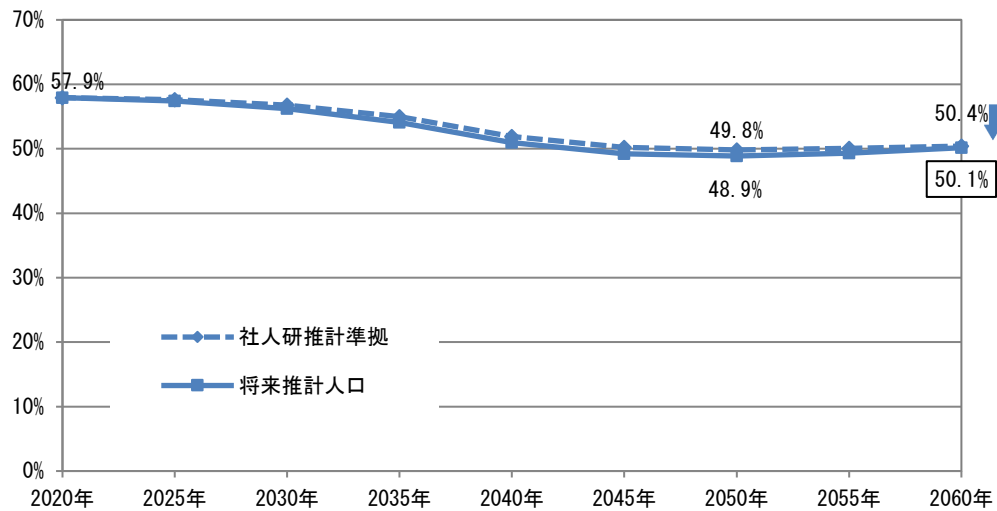
※ 総人口と年齢3区分別の各人口の合計は、端数処理の関係で必ずしも一致しない。

※ 年齢3区分別の各比率の合計は、端数処理の関係で必ずしも100%にならない。

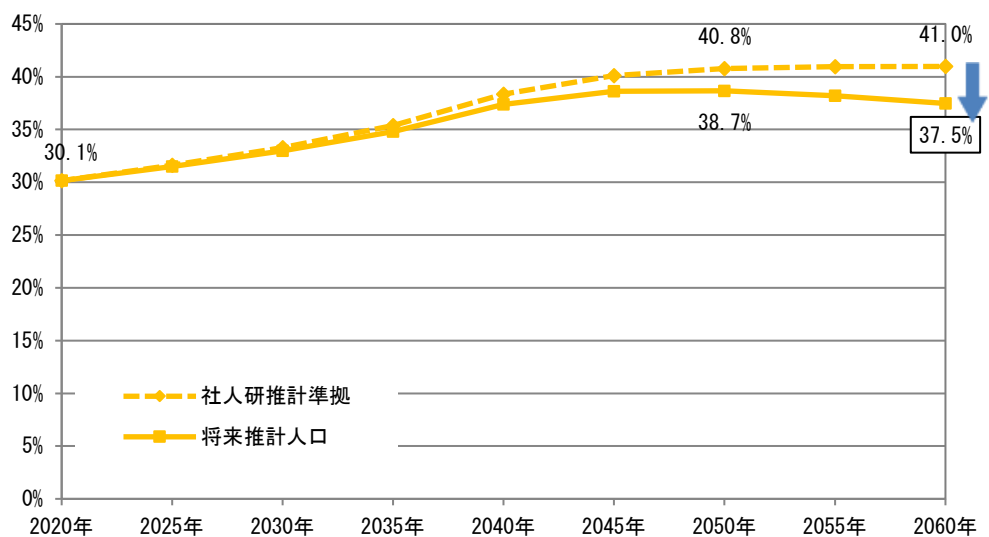
【図22 年齢3区分別将来推計人口比率（年少人口）の推移】



【図23 年齢3区分別将来推計人口比率（生産年齢人口）の推移】



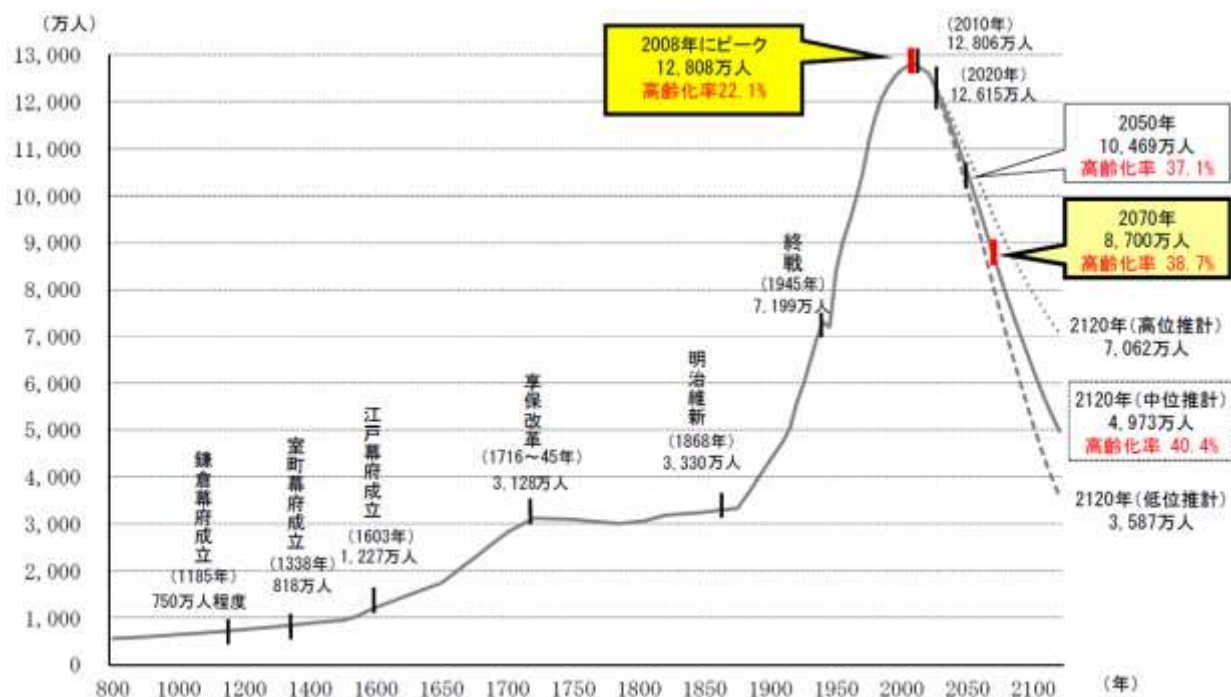
【図24 年齢3区分別将来推計人口比率（老年人口）の推移】



参考資料

- 1 日本の総人口の長期的推移
- 2 長野県の人口推移と将来推計
- 3 長野市人口ビジョンの将来人口推計の推移

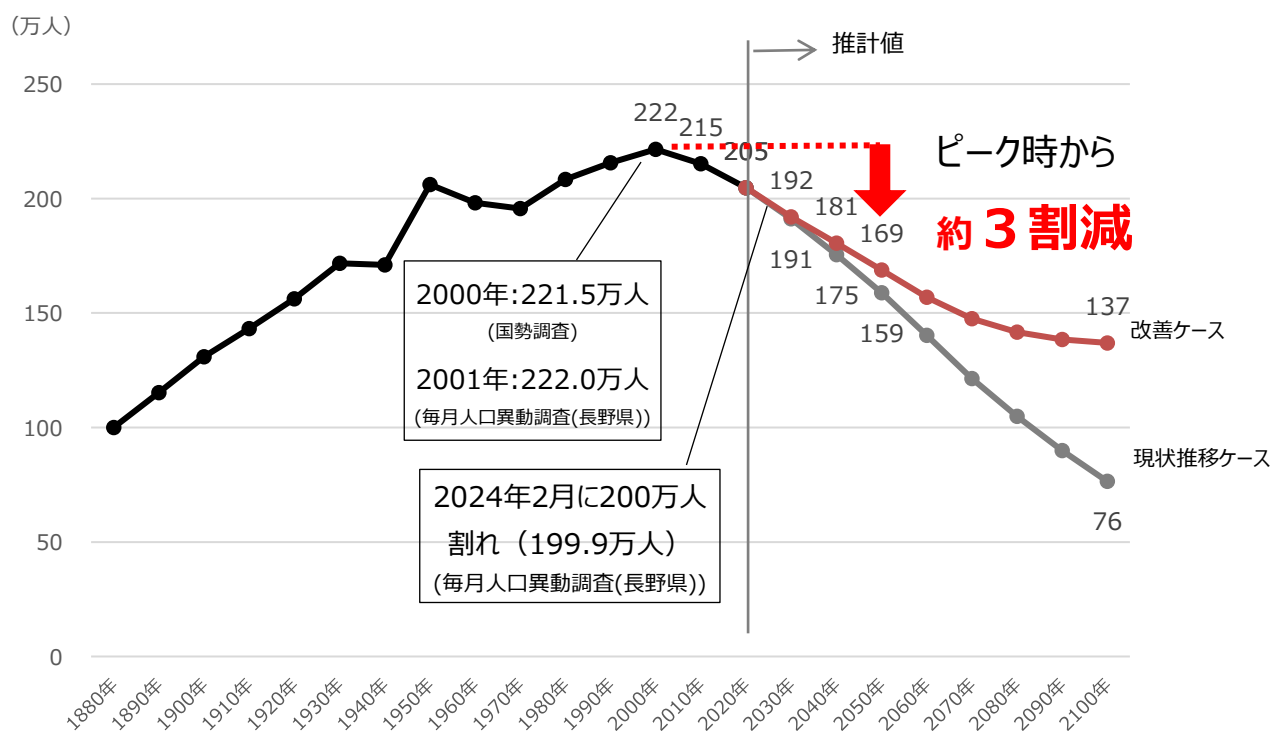
1 日本の総人口の長期的推移



(出典)国土庁「日本列島における人口分布の長期時系列分析」(1974年)。

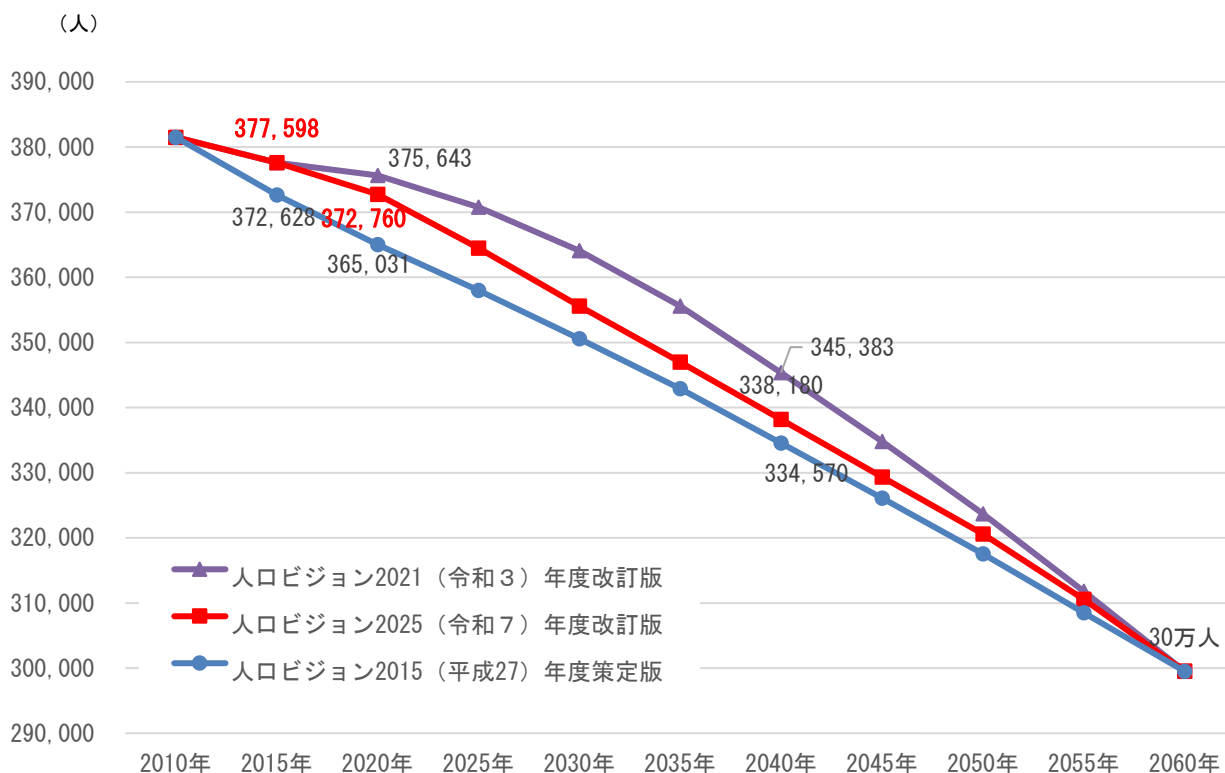
(注)ただし、1920年からは、総務省「国勢調査」、「人口推計年報」、「平成17年及び22年国勢調査結果による補間補正人口」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(令和5年推計)」により追加。値は日本の総人口(外国人含む)。

2 長野県の人口推移と将来推計



資料：信州未来共創戦略～みんなでつくる 2050 年の NAGANO～ (2024 年 12 月)

3 長野市人口ビジョンの将来人口推計の推移



(人)

	2010 年	2015 年	2020 年	2025 年	2030 年	2035 年	2040 年	2045 年	2050 年	2055 年	2060 年
人口ビジョン 2015(平成 27)年度 策定版	381,511	372,628	365,031	358,001	350,582	342,924	334,570	326,100	317,571	308,529	299,518
人口ビジョン 2021(令和3)年度 改訂版	381,511	377,598	375,643	370,792	364,110	355,594	345,383	334,804	323,709	311,818	299,535
人口ビジョン 2025(令和7)年度 改訂版	381,511	377,598	372,760	364,498	355,608	346,983	338,180	329,322	320,604	310,559	299,537

国勢調査による確定値

社人研推計に基づく独自推計による推計値

【将来人口推計試算の仮定値の推移】

	自然動態(合計特殊出生率)	社会動態(社会増減)
人口ビジョン 2015(平成 27)年度 策定版	2025(令和 7)年に 1.84 2035(令和 17)年に 2.07(人口置換水準)	2020(令和2)年に 移動均衡 2025(令和7)年以降 約 80 人増/年間
人口ビジョン 2021(令和3)年度 改訂版	2025(令和 7)年に 1.65 2035(令和 17)年に 1.84	2025(令和7)年に 移動均衡
人口ビジョン 2025(令和7)年度 改訂版	2030(令和 12)年に 1.61(県民希望出生率) 2050(令和 32)年に 2.07(人口置換水準)	今後も、社人研推計に準じ、2005(平成 17)年～2020(令和2)年の 平均的な純移動率を維持し社会増へ転換

長野市人口ビジョン 改訂版

令和7年4月発行

発 行 長 野 市

編 集 長野市企画政策部企画課

長野市大字鶴賀緑町1613番地

電話 026-226-4911（代表）

