

人口減少対策について

企画振興部 総合政策課

2050年の長野県人口の変化

現在の子ども達が社会で活躍し、現役世代が高齢者となる2050年はどうのような社会だろう？

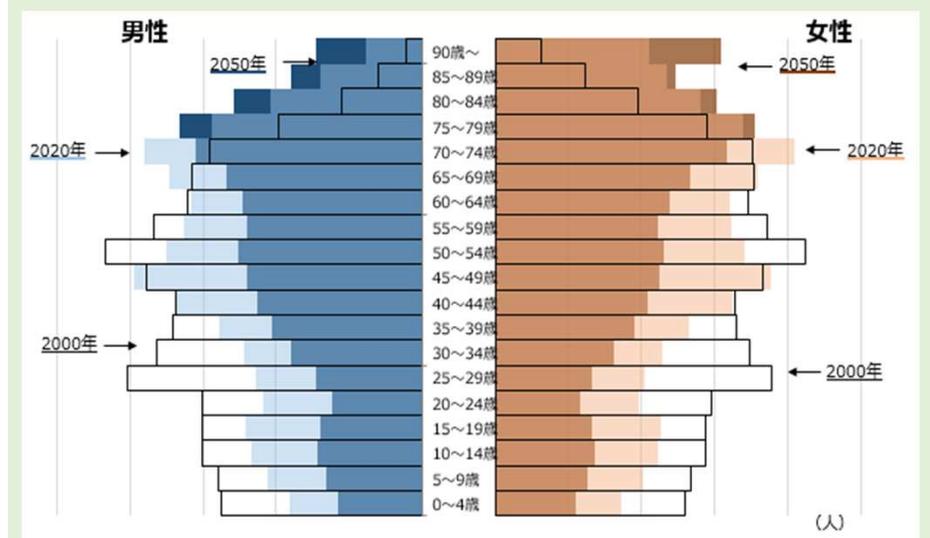
2020年

2050年

年代別の将来人口（現状推移ケース）



2000年、2020年、2050年の比較（国調）



- 将来人口推計（長野県）
205万人 → **159万人**
(約2割減少)

- 高齢化率（長野県）
(総人口に占める65歳以上の割合)
32.0% → **41.6%**

- 生産年齢人口（長野県）
(総人口に占める15～64歳までの割合)
56.1% → **48.8%**

- 世帯人口（全国）
5,570万世帯 → **5,261万世帯**

- 平均世帯人数（全国）
2.21人 → **1.92人**

課題

- 人口減少により、社会インフラ、医療、教育、行政サービス等の維持が困難に
- また、経済活動における生産や消費の縮小、各分野における担い手不足が顕著に
- 高齢者の増加に伴い医療費や保険料負担額も増加

現在の長野県の状況は？

現在の長野県の“自然増減”と“社会増減”はどうなっているだろう？

2020年

現在

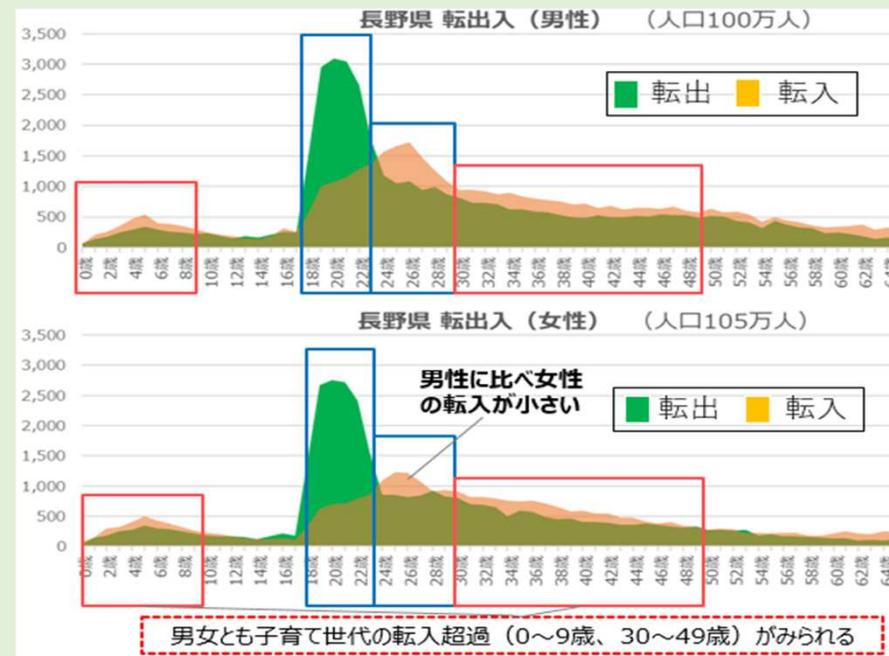
2050年

長野県の出生数・婚姻件数と合計特殊出生率の推移



出典：人口動態統計（厚生労働省）

男女別の転入・転出の状況



出典：令和2年国勢調査（総務省）

課題

- 出生数及び婚姻件数は減少傾向
- 合計特殊出生率も近年低下
- 男女ともに18～22歳の進学・就職期における転出超過

2050年の長野県 人口の変化

2050年の人口構成を10広域ごとに考察

2020年

2050年

広域ごとの将来人口推計

(単位：人)

	区分	佐久	上田	諏訪	上伊那	南信州	木曾	松本	北アルプス	長野	北信	総計
2020年	総数(a)	204,416	193,898	193,838	179,892	155,346	25,476	423,668	56,232	532,702	82,543	2,048,011
	0～14歳	24,389	23,067	23,152	22,951	19,587	2,314	52,232	5,697	62,873	9,023	245,285
	15～64歳	113,912	110,086	106,572	100,486	82,684	12,299	247,147	29,583	301,810	43,585	1,148,164
	65歳以上	66,115	60,745	64,114	56,455	53,075	10,863	124,289	20,952	168,019	29,935	654,562
	20～74歳	135,891	129,160	126,021	118,016	99,033	16,028	283,143	36,877	355,100	54,178	1,353,447
2050年	総数(b)	166,044	151,429	144,467	138,043	111,116	12,962	357,492	35,347	414,377	50,672	1,581,949
	0～14歳	15,945	14,005	14,465	13,998	11,156	853	36,377	2,721	38,721	4,073	152,314
	15～64歳	79,795	75,029	69,000	67,503	53,044	5,337	182,351	15,471	201,682	22,028	771,240
	65歳以上	70,304	62,395	61,002	56,542	46,916	6,772	138,764	17,155	173,974	24,571	658,395
	20～74歳	99,360	92,434	84,896	82,975	65,787	7,112	218,718	20,142	248,979	29,102	949,505
増減 (2050-2020)	総数	△ 38,372	△ 42,469	△ 49,371	△ 41,849	△ 44,230	△ 12,514	△ 66,176	△ 20,885	△ 118,325	△ 31,871	△ 466,062
	0～14歳	△ 8,444	△ 9,062	△ 8,687	△ 8,953	△ 8,431	△ 1,461	△ 15,855	△ 2,976	△ 24,152	△ 4,950	△ 92,971
	15～64歳	△ 34,117	△ 35,057	△ 37,572	△ 32,983	△ 29,640	△ 6,962	△ 64,796	△ 14,112	△ 100,128	△ 21,557	△ 376,924
	65歳以上	4,189	1,650	△ 3,112	87	△ 6,159	△ 4,091	14,475	△ 3,797	5,955	△ 5,364	3,833
	20～74歳	△ 36,531	△ 36,726	△ 41,125	△ 35,041	△ 33,246	△ 8,916	△ 64,425	△ 16,735	△ 106,121	△ 25,076	△ 403,942
(2050/2020)	総数	81.2%	78.1%	74.5%	76.7%	71.5%	50.9%	84.4%	62.9%	77.8%	61.4%	77.2%
	0～14歳	65.4%	60.7%	62.5%	61.0%	57.0%	36.9%	69.6%	47.8%	61.6%	45.1%	62.1%
	15～64歳	70.0%	68.2%	64.7%	67.2%	64.2%	43.4%	73.8%	52.3%	66.8%	50.5%	67.2%
	65歳以上	106.3%	102.7%	95.1%	100.2%	88.4%	62.3%	111.6%	81.9%	103.5%	82.1%	100.6%
	20～74歳	73.1%	71.6%	67.4%	70.3%	66.4%	44.4%	77.2%	54.6%	70.1%	53.7%	70.2%

出典：国勢調査（総務省統計局）、日本の将来推計人口（国立社会保障・人口問題研究所）

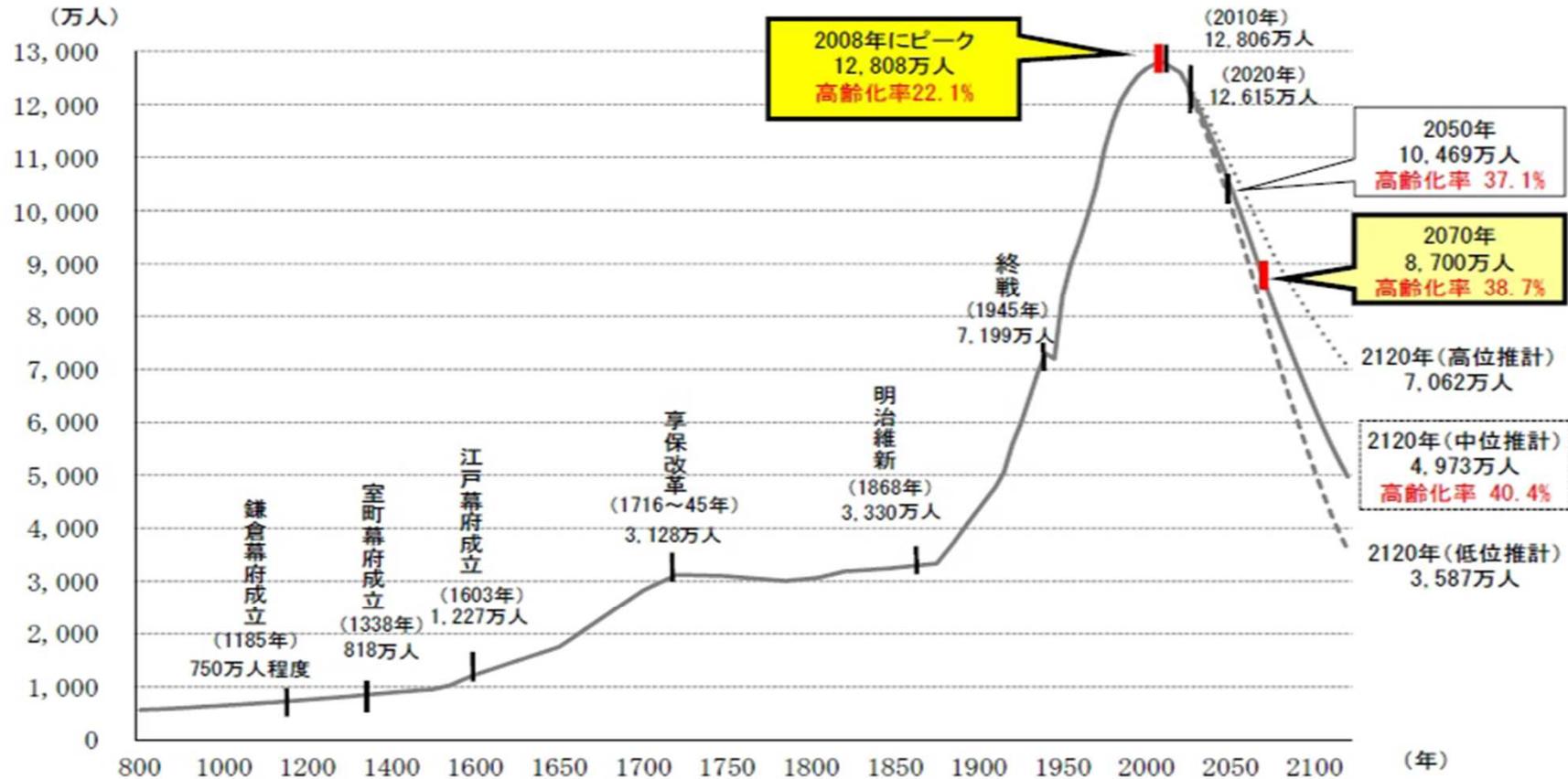
- 2050年の長野県民の実生活を反映した生産年齢人口（20～74歳）で見ると、およそ半数の広域で2020年比で7割を下回る。

急激な人口減少は全国的な問題

2020年

現在

2050年



(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)。

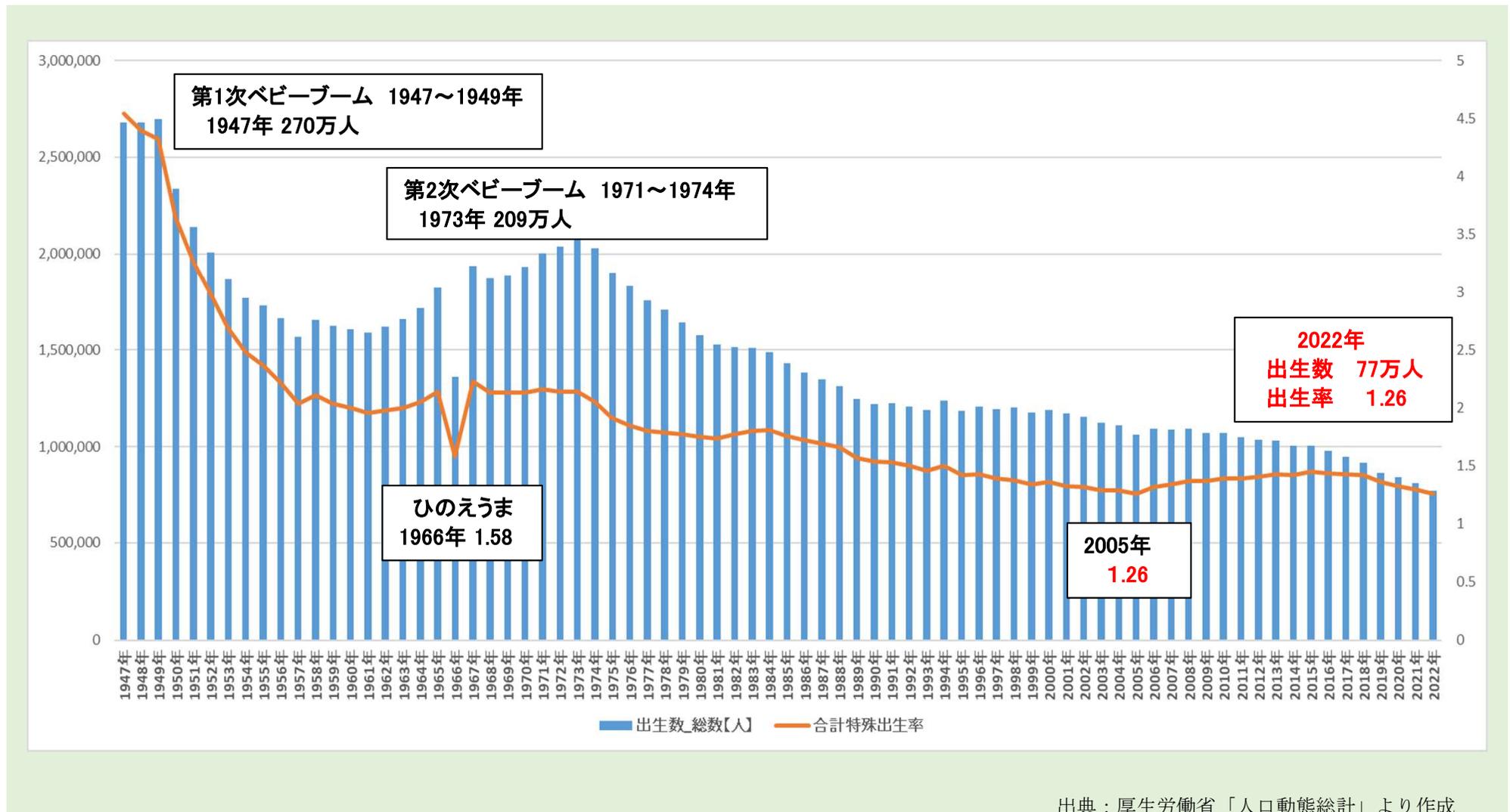
- 我が国の総人口は2008年（12,808万人）をピークに急速に減少中。**2070年には8,700万人・高年齢化率38%程度**となる推計も

急激な人口減少は全国的な問題

2020年

現在

2050年



- 出生数は2016年に100万人を割込み、以降一環して減少。合計特殊出生率は2005年と2022年で最低値の1.26を記録

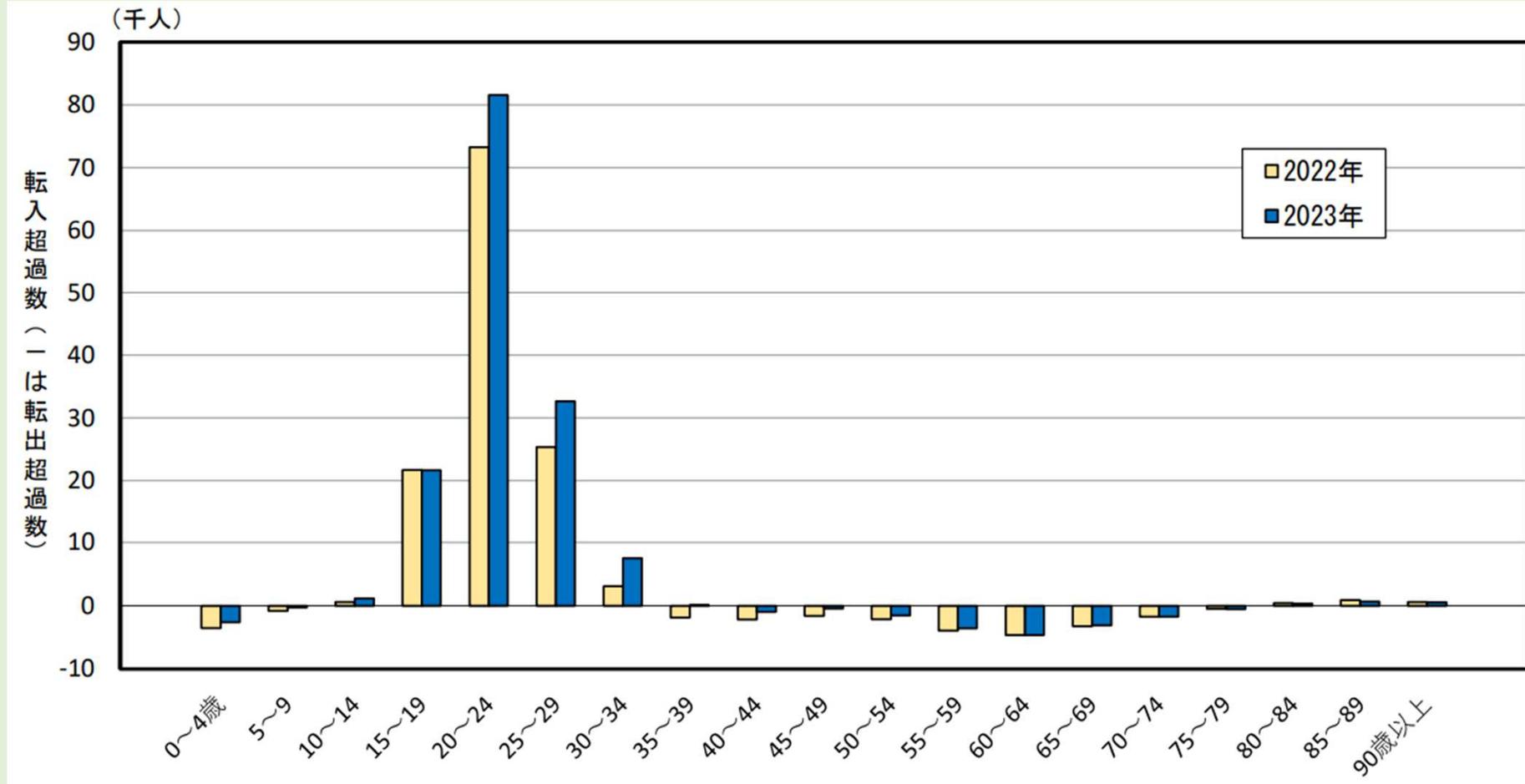
東京一極集中

2020年

現在

2050年

＜東京圏の年齢5歳階級別転入超過数（2022年、2023年）＞



出典：総務省統計局「住民基本台帳人口移動報告 2023年（令和5年）結果」

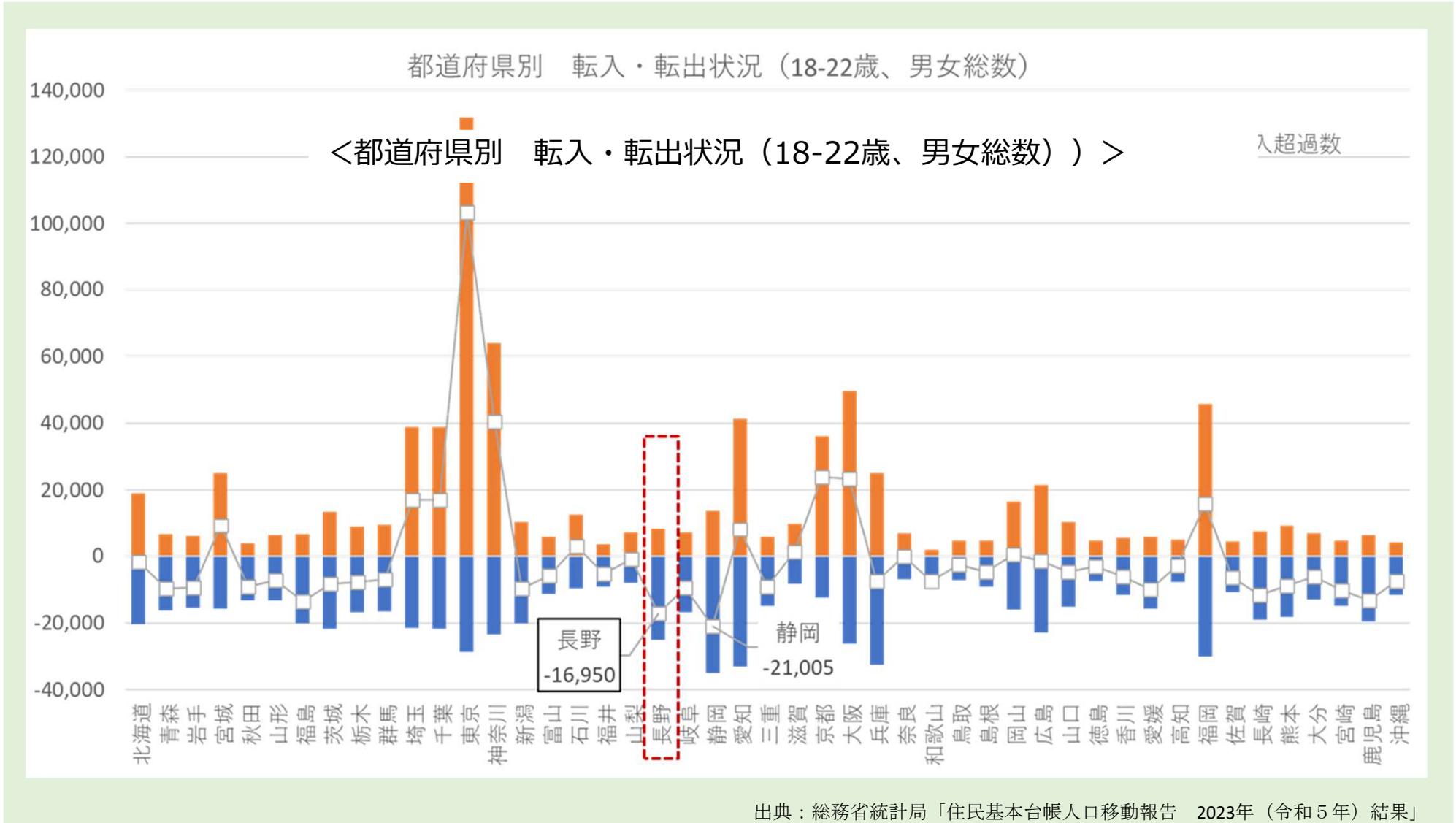
- **東京圏（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）への転入超過数は、10代から30代の若者が大きな要素を占める**

東京一極集中

2020年

現在

2050年



➤ **長野県の18～22歳の転出超過数は16,950人で、静岡県に次いで2番目に多い**

地方創生のファクターX “寛容性”

長野県の転出超過は主に“若者”、特に“20代前半の女性”。
女性の過半数が“東京周辺都市”へ流出。
若者・女性が都会へ出るのはなぜだろう？

2020年

現在

2050年

- **地域の希望総合評価**（地域の将来の直感的な見通し）については、長野県は全国18位だが、地域の希望の要素のうち、**寛容性**の順位は**全国37位**
- 人口増減には**寛容性（地域の気風）**が影響（総じて地方は寛容性が低く、都会は高い傾向。）
- 地域の気風には他にも**協調的幸福（他者との調和的な幸せ）**、**同調圧力**が関係する
- 地域の気風は地域の希望にも影響し、都会ほど地域の希望が高い
- 地域への希望が高ければ、人口減少地域においても「**地域へのコミットメント**」「**まちづくり・まちおこしへの挑戦意欲**」「**定住意欲**」「**地域への誇り(シビックプライド)**」が人口維持・増加地域と同じくらいかそれよりも高くなるというデータがある

出典：LIFULL HOME's 総研「地方創生の希望格差 寛容と幸福の地方論Part 3」

課題

- 都会は様々なルーツを持つ人々が集まり、**多様性、許容性、自由な空気**が存在・・・**寛容性**
- 一方、地方は**年功序列、世間体、同調圧力、固定的性別役割分担**等が存在・・・**不寛容性**
- 長野県では、寛容性の観点から、**協調的幸福**や**同調圧力**に課題が見られる

→**不寛容な空気**が社会減を加速させている一つの**要因**

→**寛容性**は**地域への希望**にも影響

→**地域への希望**は**人口減少社会でも人々が幸せに暮らすことができる**一つの**指標**

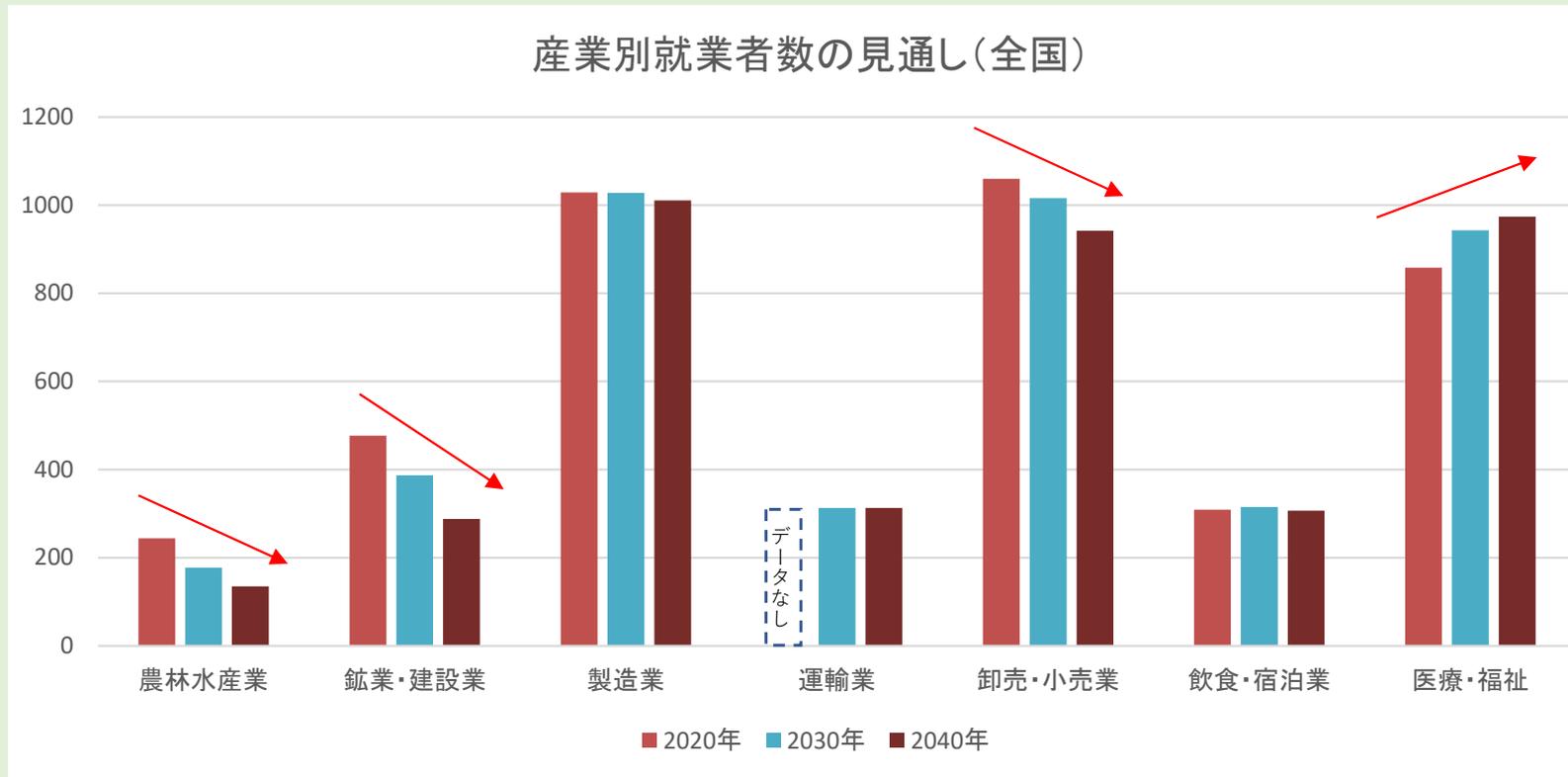
就業者数の変化 2020年→2040年

デジタル化と脱炭素化が進展し、高い成長率を実現できた場合の
将来の労働需要を見てみよう

2020年

2040年

2050年



出典：独立行政法人労働政策研究・研修機構「2023年版 労働力需要の推計」
※公表は2040年までの数値

- 農林水産業、鉱業・建設業、卸売・小売業は就業者数が減少する傾向
- 製造業、運輸業、飲食・宿泊業は現状維持の見通し
- 医療・福祉は高齢化に伴い需要が増えるため就業者数は増加の予測

望む未来のための ポイントとは？

キーワードは“緩和”と“適応”

2020年

2050年

人口減少スピードの「緩和」

1 急激な少子化に歯止めをかけ、総人口を早期に定常化する

(1) 若い世代の実質所得を引き上げる

- 若者・女性の賃金引き上げや生産性向上の取組支援
- 若者の経済的負担の軽減、同一労働同一賃金等の産業界への働きかけ など

(2) 子育てと仕事の両立を当たり前にする

- 企業トップの意識改革を促し、女性が自分らしく働ける環境づくりを推進
- 仕事と育児の両立を支援する企業の応援、各種認証制度の活用・取得促進 など

(3) 出産・子育て支援を強化する

- 子育て家庭の経済的負担を軽減するための支援策を拡充
- 子どもや子育て家庭を支援する様々な個人・団体（こども食堂等）の支援 など

(4) 若者の出会いと結婚を応援する

- メタバース婚活等による出会いの場の創出 など

(5) 魅力ある環境と一人ひとりに合った学びで子育て世代をひきつける

- 一人ひとりに合った学びを自ら選択できる実践校の設置
- 豊かな自然環境と多様な地域資源を活用した「信州やまほいく」の普及 など

(6) 女性・若者をひきつける仕事とまちを創造する

- 信州を若者が集う拠点にする取組の促進、女性・若者等をひきつける住まい環境整備 など

人口減少社会への「適応」

2 人口減少期でもゆたかで活力ある経済社会を構築する

【人材確保】

(1) 働きたい全ての県民の就労を支援する

- 高齢者等の能力や経験を最大限発揮できる就労環境整備
- 従来の雇用形態にとらわれない働き方「副業・兼業」「一人多役」の促進 など

(2) 分野ごとに人材確保策を強化する

- 「農林業」「医療・福祉」分野等への更なる支援の充実 など

(3) 産業や暮らしでのデジタル化、ロボット化を徹底的に推進する

- 事業者等のデジタル化支援、県・市町村による全県的なDX推進体制の強化 など

(4) 外国人が暮らしやすく、働きやすい環境をつくる

- 日本語教育の充実、安心して医療が受けられる体制づくり、企業への受入れ支援 など

【社会経済活力の向上】

(5) 強靱で健全な経済構造へ転換する

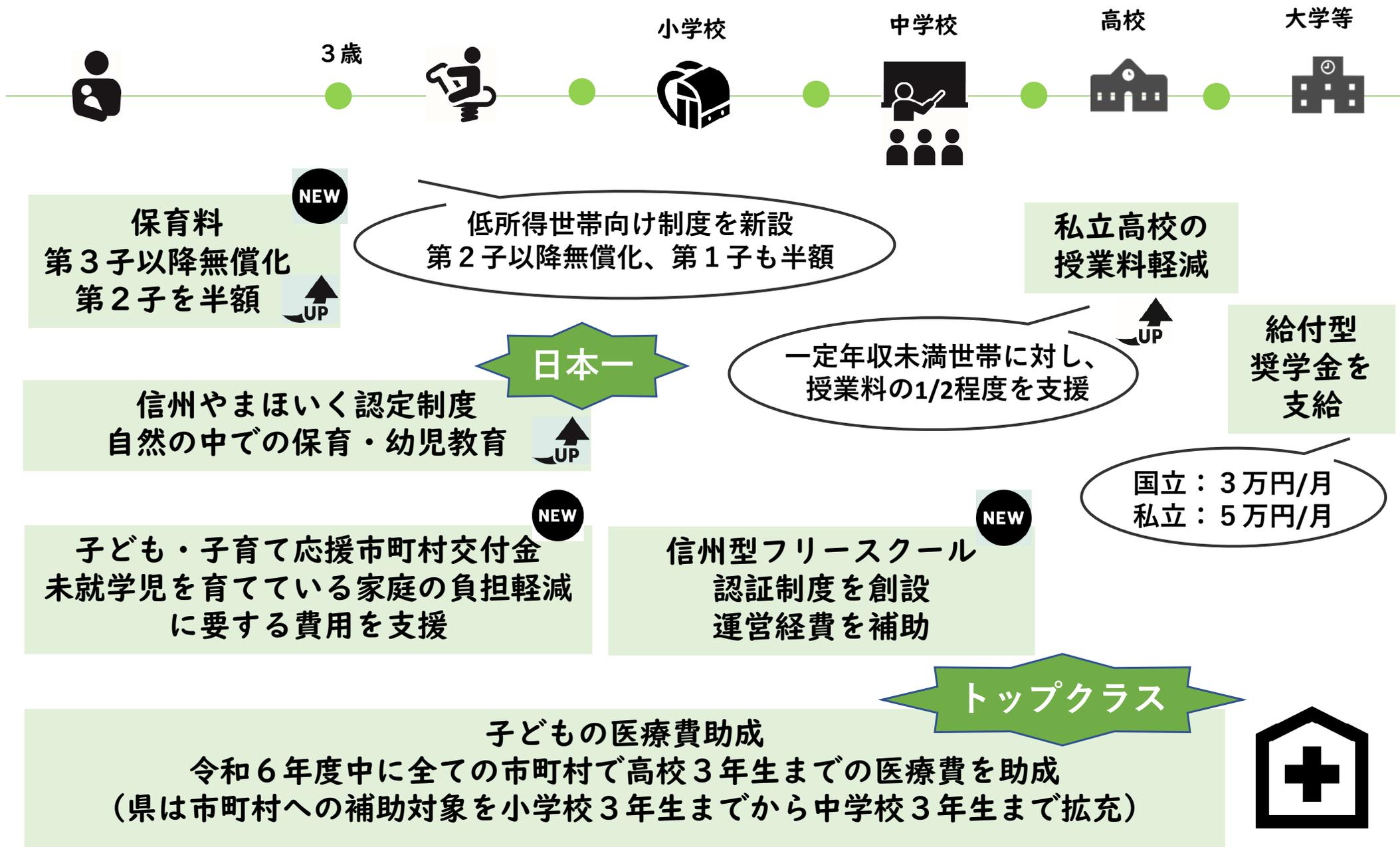
- 生産性向上の促進、成長期待分野への事業展開等の支援、事業承継・引継ぎ支援 など

(6) 人口規模にふさわしい社会システムを構築する

- 学校等公共施設の再編、行政の主体的関与による交通ネットワークの確保・維持 など

子育て家庭を応援
～長野県の主な経済的支援策～

保育・医療・教育など子育てに係る経済的負担を軽減するための支援



人口減少対策を進めるための県民会議について

長野県 企画振興部

1 県民会議の設立趣旨

当面の人口減少は避けられない見通しの中、急激な少子化に歯止めをかけ、人口減少下にあっても活力を維持・向上させるためには、我々行政、産業界、地域が、これまでの常識にとらわれることなく、新しい未来を創造していくとの強い決意を持ち、それぞれが行動変容を行なっていくことが求められている。

そのため、問題意識を広く共有し、未来を創造するエンジンとなりうるプラットフォームとして、広く各界各層、老若男女の参加を得て、人口減少対策を進めるための県民会議を設立する。

2 準備会合について

(1) 目的

- ・若者を含むさまざまな分野のメンバーにより、県民会議の設立及び戦略（案）の策定に向けた検討を行う

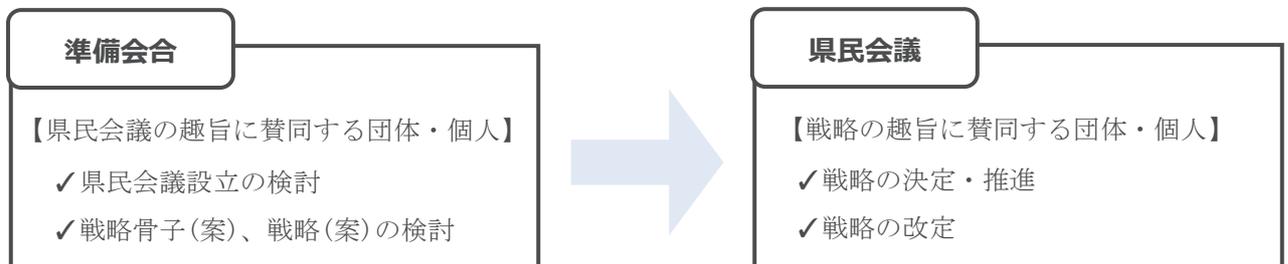
(2) 参加者

- ・県民会議の趣旨に賛同する団体・個人

(3) 進め方

- ・県民会議の設立に向けた意見交換
例) 県民をいかに巻き込んで県民運動につなげていくことができるのか など
- ・戦略(案)の策定に向けた意見交換
例) 多様な県民からの意見をいかに戦略へ反映させるか、県民一人ひとりが主体的に取り組むにはどうしたらよいか など

(4) 体制について



(5) 今後の予定

- ・今後準備会合を開催し、12月に県民会議を設立し戦略を決定

令和6年5月21日

人口減少に立ち向かうための県と市町村との協議の場確認事項（案）

長野県の人口は、本年2月に1973年以来およそ50年ぶりに200万人を下回り、今後も当面の間、人口減少は避けられない見通しです。

持続可能な地域づくりのために、これまで、「子育て家庭応援プラン」の策定や「若者・子育て世代応援プロジェクト」の改訂などの取組を、県と市町村が共に進めてまいりました。

しかしながら、こうした少子化対策は日本全体の課題であり、地域間の競争にならないよう、国が一元的に責任を持って取り組むべきと考えます。

また、効果的な人口政策を妨げている東京一極集中といった課題についても国全体で取り組むことが必要です。

あわせて、人口減少下においても県民が安心して暮らすことができ、明るい未来を創っていくためには、人口減少の問題について県民と危機感を共有し、女性・若者に選ばれるまちづくりやDX等による暮らしの利便性向上や働き方の改革など、県、市町村はじめオール信州で取り組むことが重要です。

将来にわたり活力ある長野県であり続けるために、今を生きる私たちの世代も、未来を生きる将来世代も、しあわせを実感できる真にゆたかな社会の実現を、県と市町村が一丸となって目指してまいります。

- 一. 県と市町村が問題意識と方向性を共有して、急激な人口減少に連携して立ち向かいます。
- 一. 人口減少社会においても県民がゆたかに暮らせる地域づくりに共に取り組みます。
- 一. 更なる子育て支援施策の充実など、急激な少子化に歯止めをかける取組を共に進めます。