



長野県の人口と世帯数(推計結果)

— 令和7年4月1日現在 —

毎月人口異動調査に基づく、令和7年4月1日現在の長野県の人口と世帯数の推計結果は

人口 **1,976,103 人** (前月比 4,893 人 減) となりました。
世帯数 **856,656 世帯** (前月比 1,204 世帯 増) となりました。

当 月 の 状 況

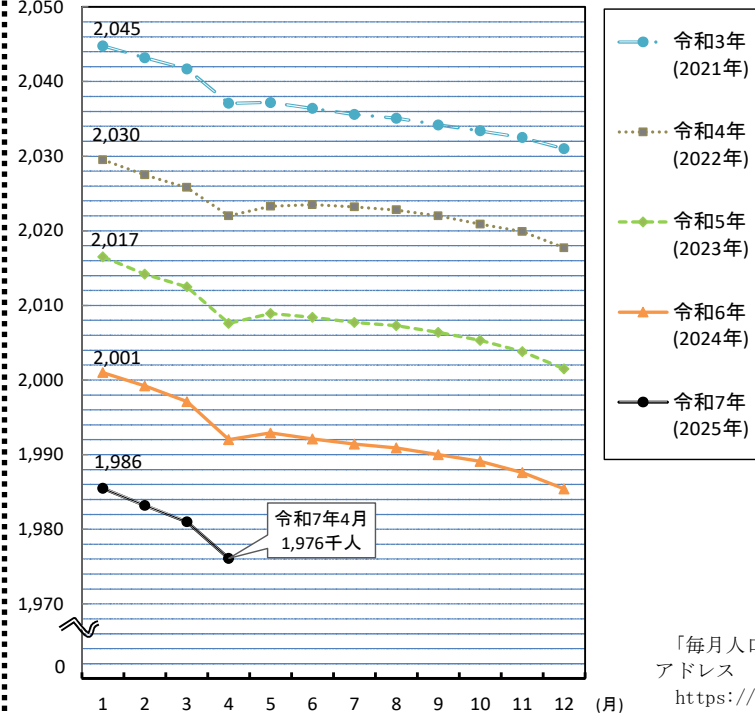
人口と世帯数		前月(令和7年3月1日現在)との比較		増 減 内 訳	
総人口	1,976,103 人	人口増減数	△ 4,893 人	自然増減	△ 1,854 人
男	967,396 人	男	△ 2,148 人	社会増減	△ 3,039 人
女	1,008,707 人	女	△ 2,745 人	・転入-転出	△ 2,943 人
				(国外含む県外)	
世帯数	856,656 世帯	世帯増減数	1,204 世帯	・その他増減	△ 96 人
			※三角(△)表記はマイナスを表す	(職権記載・消除等)	

○ 令和7年3月中の要因別人数は、以下のとおりです。(単位:人) ※()内は前年同月比 (単位:%)

自然動態	出生	742	(△ 13.8)	死亡	2,596	(1.9)
社会動態	転入	8,000	(9.8)	転出	10,943	(2.7)

○ 前月に比べて人口が増加した市町村は8町村、減少した市町村は69市町村、増減のなかった市町村はありませんでした。

(千人) 長野県の人口の推移(各月1日)



日本人・外国人別人口増減の状況 (令和7年3月中)

	人口総数(人)	対前月人口増減(人)	増減の内訳	
			自然増減	社会増減
日本人	1,935,229	△ 4,749	△ 1,854	△ 2,895
外国人	40,874	△ 144	0	△ 144

主な転入・転出先 (令和7年3月中)

順位	転入(人)		転出(人)	
	国	外	国	外
1	国外	1,680	東京都	2,461
2	東京都	1,225	国外	1,381
3	神奈川県	598	神奈川県	1,131
4	愛知県	512	埼玉県	865
5	埼玉県	492	愛知県	863

「毎月人口異動調査」の結果は県ホームページからもご覧いただけます。
アドレス

<https://www.pref.nagano.lg.jp/tokei/tyousa/jinkou.html>

※本調査は、総務省統計局主管「国勢調査」の調査票情報を利用して独自に集計を行っています。

令和7年（2025年）4月1日現在の市町村別人口と世帯数（総数）

— 長野県毎月人口異動調査結果 —

総数

市町村名	令和7年4月1日現在				対前月 人口 増減	令和7年3月中の人口異動状況						
	世帯数 (世帯)	人口総数 (人)	男(人)	女(人)		自然動態		社会動態				その他
						出生	死亡	転入		転出		
								総数	うち県外	総数	うち県外	
県計	856,656	1,976,103	967,396	1,008,707	-4,893	742	2,596	14,983	8,000	18,657	10,943	-96
長野市	159,545	359,021	175,008	184,013	-1,174	139	428	2,411	1,248	3,279	2,166	-17
松本市	108,169	235,914	115,750	120,164	-571	94	286	2,139	1,247	2,514	1,498	-4
上田市	66,634	149,449	73,308	76,141	-101	59	188	1,085	600	1,049	631	-8
岡谷市	19,205	44,989	21,865	23,124	-155	21	58	253	116	371	205	0
飯田市	39,143	92,646	44,863	47,783	-424	52	128	610	222	953	495	-5
諏訪市	21,367	46,768	22,879	23,889	-153	16	62	411	189	511	246	-7
須坂市	19,445	48,147	23,627	24,520	-151	20	74	267	99	360	203	-4
小諸市	17,464	40,091	19,611	20,480	-122	7	55	283	141	364	194	7
伊那市	28,076	63,500	31,138	32,362	-88	25	91	562	251	583	300	-1
駒ヶ根市	13,510	30,912	15,206	15,706	-107	20	44	196	96	278	144	-1
中野市	16,291	40,188	19,517	20,671	-121	14	56	266	117	347	177	2
大町市	10,861	24,280	11,771	12,509	-86	7	43	198	97	246	114	-2
飯山市	7,106	17,748	8,649	9,099	-111	4	26	83	35	169	94	-3
茅野市	24,775	54,871	27,534	27,337	-109	20	64	428	232	494	313	1
塩尻市	29,192	65,508	32,916	32,592	-4	33	64	605	294	574	302	-4
佐久市	41,519	96,645	47,331	49,314	-98	36	102	818	493	859	507	9
千曲市	22,881	57,325	27,619	29,706	-81	32	71	332	111	370	187	-4
東御市	11,626	28,940	14,305	14,635	-69	8	33	150	67	188	100	-6
安曇野市	38,317	92,422	44,545	47,877	-228	38	119	550	257	707	369	10
市計	695,126	1,589,364	777,442	811,922	-3,953	645	1,992	11,647	5,912	14,216	8,245	-37
南佐久郡	8,671	22,177	11,587	10,590	598	7	36	825	749	201	104	3
小海町	1,817	4,039	2,009	2,030	38	0	11	77	68	28	17	0
佐久穂町	3,933	9,595	4,690	4,905	-26	2	14	31	15	45	28	0
川上村	1,130	3,895	2,345	1,550	390	2	7	433	408	38	18	0
南牧村	1,104	3,111	1,768	1,343	209	1	4	255	236	42	18	-1
南相木村	388	880	441	439	-5	1	0	16	12	26	11	4
北相木村	299	657	334	323	-8	1	0	13	10	22	12	0
北佐久郡	19,563	42,467	20,710	21,757	-26	14	41	498	376	489	306	-8
軽井沢町	9,374	19,878	9,515	10,363	16	7	17	272	223	236	161	-10
御代田町	7,617	16,452	8,116	8,336	2	6	17	197	144	186	111	2
立科町	2,572	6,137	3,079	3,058	-44	1	7	29	9	67	34	0
小県郡	3,857	9,003	4,451	4,552	-41	0	16	51	26	76	29	0
長和町	2,316	5,182	2,594	2,588	-7	0	8	33	14	32	12	0
青木村	1,541	3,821	1,857	1,964	-34	0	8	18	12	44	17	0
諏訪郡	16,743	39,192	18,990	20,202	-127	9	72	251	137	318	172	3
下諏訪町	7,759	17,796	8,559	9,237	-72	2	36	123	55	162	94	1
富士見町	5,893	13,716	6,704	7,012	-34	4	20	79	45	98	49	1
原村	3,091	7,680	3,727	3,953	-21	3	16	49	37	58	29	1
上伊那郡	33,467	79,041	38,951	40,090	-247	17	109	546	261	700	318	-1
辰野町	7,003	17,242	8,353	8,889	-91	2	34	80	28	139	55	0
箕輪町	10,286	24,389	12,243	12,146	-53	7	33	187	86	212	100	-2
飯島町	3,602	8,540	4,181	4,359	-16	1	11	58	39	64	29	0
南箕輪村	7,130	16,092	8,015	8,077	-57	5	18	138	63	184	80	2
中川村	1,779	4,418	2,095	2,323	-9	1	5	20	7	24	9	-1
宮田村	3,667	8,360	4,064	4,296	-21	1	8	63	38	77	45	0

総数

市町村名	令和7年4月1日現在				対前月 人口 増減	令和7年3月中の人口異動状況							
	世帯数 (世帯)	人口総数 (人)				自然動態		社会動態				その他	
			男(人)	女(人)		出生	死亡	転入		転出			
								総数	うち県外	総数	うち県外		
下伊那郡	20,401	53,580	26,109	27,471	-246	15	89	334	148	508	260	2	
松川町	4,543	11,902	5,792	6,110	-53	4	12	53	15	97	44	-1	
高森町	4,571	12,402	6,020	6,382	-38	7	20	65	37	93	47	3	
阿南町	1,447	3,762	1,805	1,957	-29	0	11	22	9	40	10	0	
阿智村	2,181	5,714	2,753	2,961	-5	0	11	49	24	43	26	0	
平谷村	193	367	184	183	3	0	1	9	7	5	0	0	
根羽村	377	770	393	377	-9	0	1	10	7	18	12	0	
下條村	1,125	3,222	1,550	1,672	-38	0	10	10	2	38	23	0	
売木村	262	479	238	241	-13	0	1	4	2	16	12	0	
天龍村	477	962	460	502	-18	0	5	12	8	25	8	0	
泰阜村	546	1,374	643	731	3	1	1	28	6	25	16	0	
喬木村	2,012	5,559	2,728	2,831	-27	0	8	31	15	50	29	0	
豊丘村	2,172	6,174	3,067	3,107	-15	3	7	35	12	46	30	0	
大鹿村	495	893	476	417	-7	0	1	6	4	12	3	0	
木曾郡	10,457	22,887	11,167	11,720	-173	3	56	167	64	288	123	1	
上松町	1,683	3,714	1,852	1,862	-47	1	17	30	9	62	25	1	
南木曾町	1,529	3,539	1,747	1,792	-11	1	5	29	17	36	16	0	
木曾町	4,529	9,592	4,682	4,910	-69	0	15	85	33	139	56	0	
木祖村	974	2,393	1,092	1,301	-17	0	8	8	4	17	11	0	
王滝村	350	626	299	327	-6	0	2	3	0	7	1	0	
大桑村	1,392	3,023	1,495	1,528	-23	1	9	12	1	27	14	0	
東筑摩郡	7,798	19,741	9,668	10,073	-67	6	32	95	36	136	61	0	
麻績村	874	2,285	1,089	1,196	-14	1	8	11	6	18	7	0	
生坂村	654	1,526	772	754	-4	0	1	11	1	14	4	0	
山形村	3,147	8,194	4,010	4,184	-10	4	10	44	17	48	22	0	
朝日村	1,490	4,004	1,959	2,045	-14	1	5	19	7	29	17	0	
筑北村	1,633	3,732	1,838	1,894	-25	0	8	10	5	27	11	0	
北安曇郡	12,840	29,447	14,492	14,955	-965	7	43	209	95	1,088	919	-50	
池田町	3,607	8,729	4,228	4,501	-20	1	18	51	14	54	25	0	
松川村	3,741	9,529	4,578	4,951	-15	0	9	75	22	81	30	0	
白馬村	4,297	8,700	4,382	4,318	-771	5	12	67	50	791	725	-40	
小谷村	1,195	2,489	1,304	1,185	-159	1	4	16	9	162	139	-10	
埴科郡	5,464	13,014	6,445	6,569	-23	5	16	82	51	93	53	-1	
坂城町	5,464	13,014	6,445	6,569	-23	5	16	82	51	93	53	-1	
上高井郡	6,257	16,692	8,059	8,633	-41	5	23	78	31	103	48	2	
小布施町	3,924	10,567	5,033	5,534	-36	5	14	48	18	77	36	2	
高山村	2,333	6,125	3,026	3,099	-5	0	9	30	13	26	12	0	
下高井郡	7,572	17,748	8,609	9,139	-233	2	32	95	66	288	217	-10	
山ノ内町	4,577	10,534	5,119	5,415	-75	0	18	45	32	103	70	1	
木島平村	1,536	3,980	1,937	2,043	-17	2	6	23	13	34	17	-2	
野沢温泉村	1,459	3,234	1,553	1,681	-141	0	8	27	21	151	130	-9	
上水内郡	7,782	18,771	9,235	9,536	-65	6	35	99	44	135	84	0	
信濃町	3,073	7,105	3,496	3,609	-52	2	21	39	23	71	51	-1	
飯綱町	3,769	9,635	4,719	4,916	-20	4	11	34	15	48	27	1	
小川村	940	2,031	1,020	1,011	7	0	3	26	6	16	6	0	
下水内郡	658	1,439	687	752	-15	1	4	6	4	18	4	0	
栄村	658	1,439	687	752	-15	1	4	6	4	18	4	0	
郡計	161,530	385,199	189,160	196,039	-1,671	97	604	3,336	2,088	4,441	2,698	-59	

令和7年（2025年）4月1日現在の市町村別人口（日本人）

— 長野県毎月人口異動調査結果 —

日本人

市町村名	令和7年4月1日現在			対前月 人口 増減	令和7年3月中の人口異動状況						
	人口総数 (人)	男(人)	女(人)		自然動態		社会動態				その他
					出生	死亡	転入		転出		
							総数	うち県外	総数	うち県外	
県計	1,935,229	948,240	986,989	-4,749	734	2,588	12,794	6,027	16,444	8,976	54
長野市	355,280	173,311	181,969	-1,169	138	427	2,245	1,112	3,123	2,022	-2
松本市	231,909	113,959	117,950	-566	92	283	1,997	1,125	2,371	1,386	-1
上田市	145,362	71,304	74,058	-115	57	188	891	419	874	486	-1
岡谷市	44,117	21,474	22,643	-159	20	58	224	92	346	188	1
飯田市	90,511	44,007	46,504	-433	52	128	567	187	925	470	1
諏訪市	45,309	22,190	23,119	-120	16	61	364	149	444	198	5
須坂市	47,333	23,296	24,037	-147	20	74	251	86	342	188	-2
小諸市	39,047	19,232	19,815	-110	7	55	249	111	323	158	12
伊那市	61,703	30,336	31,367	-96	25	90	514	208	544	274	-1
駒ヶ根市	30,115	14,831	15,284	-110	20	44	170	70	256	123	0
中野市	39,330	19,261	20,069	-129	14	56	228	82	317	154	2
大町市	23,623	11,567	12,056	-87	7	43	177	78	227	97	-1
飯山市	17,513	8,560	8,953	-82	4	26	72	24	132	61	0
茅野市	53,669	26,937	26,732	-104	20	64	400	207	462	284	2
塩尻市	64,080	32,211	31,869	-23	33	64	544	252	538	278	2
佐久市	95,230	46,748	48,482	-114	36	102	726	407	783	440	9
千曲市	56,326	27,175	29,151	-97	32	71	299	81	357	176	0
東御市	28,284	13,963	14,321	-69	8	33	140	57	184	96	0
安曇野市	90,983	43,940	47,043	-240	38	118	503	218	671	338	8
市計	1,559,724	764,302	795,422	-3,970	639	1,985	10,561	4,965	13,219	7,417	34
南佐久郡	20,610	10,203	10,407	-98	7	36	116	52	189	93	4
小海町	3,880	1,882	1,998	-18	0	11	18	10	25	15	0
佐久穂町	9,501	4,647	4,854	-27	2	14	29	13	44	27	0
川上村	3,160	1,647	1,513	-13	2	7	24	5	32	12	0
南牧村	2,596	1,300	1,296	-14	1	4	29	14	40	16	0
南相木村	863	434	429	-10	1	0	11	8	26	11	4
北相木村	610	293	317	-16	1	0	5	2	22	12	0
北佐久郡	41,004	19,968	21,036	-52	14	41	418	307	445	270	2
軽井沢町	19,110	9,121	9,989	9	7	17	234	191	216	144	1
御代田町	15,878	7,840	8,038	-27	6	17	157	107	174	104	1
立科町	6,016	3,007	3,009	-34	1	7	27	9	55	22	0
小県郡	8,891	4,395	4,496	-40	0	16	48	23	72	26	0
長和町	5,121	2,572	2,549	-8	0	8	32	13	32	12	0
青木村	3,770	1,823	1,947	-32	0	8	16	10	40	14	0
諏訪郡	38,396	18,625	19,771	-140	9	72	210	104	292	152	5
下諏訪町	17,494	8,445	9,049	-72	2	36	110	45	150	84	2
富士見町	13,389	6,521	6,868	-46	4	20	58	24	90	43	2
原村	7,513	3,659	3,854	-22	3	16	42	35	52	25	1
上伊那郡	76,750	37,918	38,832	-267	17	109	447	185	625	262	3
辰野町	16,846	8,182	8,664	-86	2	34	71	20	125	43	0
箕輪町	23,616	11,895	11,721	-57	7	33	158	65	190	83	1
飯島町	8,227	4,026	4,201	-26	1	11	40	21	56	26	0
南箕輪村	15,737	7,850	7,887	-52	5	18	126	57	167	70	2
中川村	4,336	2,068	2,268	-15	1	5	13	5	24	9	0
宮田村	7,988	3,897	4,091	-31	1	8	39	17	63	31	0

日本人

市町村名	令和7年4月1日現在			対前月 人口 増減	令和7年3月中の人口異動状況							
	人口総数 (人)	男(人)	女(人)		自然動態		社会動態				その他	
					出生	死亡	転入		転出			
							総数	うち県外	総数	うち県外		
下伊那郡	52,562	25,647	26,915	-252	15	89	294	116	474	237	2	
松川町	11,728	5,697	6,031	-52	4	12	45	10	88	36	-1	
高森町	12,152	5,896	6,256	-41	7	20	54	27	85	42	3	
阿南町	3,705	1,797	1,908	-28	0	11	22	9	39	10	0	
阿智村	5,507	2,652	2,855	-12	0	11	38	15	39	22	0	
平谷村	364	181	183	3	0	1	9	7	5	0	0	
根羽村	745	387	358	-12	0	1	7	4	18	12	0	
下條村	3,188	1,541	1,647	-38	0	10	10	2	38	23	0	
売木村	472	233	239	-13	0	1	4	2	16	12	0	
天龍村	951	458	493	-18	0	5	10	6	23	7	0	
泰阜村	1,353	635	718	3	1	1	28	6	25	16	0	
喬木村	5,488	2,695	2,793	-28	0	8	30	15	50	29	0	
豊丘村	6,033	3,012	3,021	-7	3	7	34	12	37	26	0	
大鹿村	876	463	413	-9	0	1	3	1	11	2	0	
木曾郡	22,505	11,066	11,439	-170	3	55	157	58	276	116	1	
上松町	3,622	1,839	1,783	-47	1	17	27	6	59	25	1	
南木曾町	3,494	1,731	1,763	-10	1	4	29	17	36	16	0	
木曾町	9,450	4,648	4,802	-67	0	15	80	30	132	51	0	
木祖村	2,367	1,086	1,281	-19	0	8	6	4	17	11	0	
王滝村	614	297	317	-6	0	2	3	0	7	1	0	
大桑村	2,958	1,465	1,493	-21	1	9	12	1	25	12	0	
東筑摩郡	19,431	9,547	9,884	-63	6	32	87	29	128	57	4	
麻績村	2,268	1,087	1,181	-14	1	8	11	6	18	7	0	
生坂村	1,508	765	743	-4	0	1	11	1	14	4	0	
山形村	8,004	3,934	4,070	-10	4	10	37	11	41	18	0	
朝日村	3,953	1,937	2,016	-9	1	5	19	7	28	17	4	
筑北村	3,698	1,824	1,874	-26	0	8	9	4	27	11	0	
北安曇郡	27,991	13,666	14,325	-171	5	43	167	56	300	143	0	
池田町	8,630	4,186	4,444	-17	1	18	49	13	49	21	0	
松川村	9,372	4,511	4,861	-14	0	9	73	20	78	27	0	
白馬村	7,674	3,761	3,913	-103	4	12	32	16	127	69	0	
小谷村	2,315	1,208	1,107	-37	0	4	13	7	46	26	0	
埴科郡	12,490	6,099	6,391	-40	5	16	54	23	83	44	0	
坂城町	12,490	6,099	6,391	-40	5	16	54	23	83	44	0	
上高井郡	16,494	7,966	8,528	-43	5	23	71	27	96	42	0	
小布施町	10,481	5,003	5,478	-32	5	14	47	17	70	30	0	
高山村	6,013	2,963	3,050	-11	0	9	24	10	26	12	0	
下高井郡	16,987	8,294	8,693	-78	2	32	69	41	115	51	-2	
山ノ内町	10,116	4,965	5,151	-37	0	18	33	21	52	22	0	
木島平村	3,947	1,926	2,021	-12	2	6	22	12	28	14	-2	
野沢温泉村	2,924	1,403	1,521	-29	0	8	14	8	35	15	0	
上水内郡	18,551	9,126	9,425	-53	6	35	89	37	114	63	1	
信濃町	6,949	3,416	3,533	-35	2	21	34	20	50	30	0	
飯綱町	9,592	4,702	4,890	-24	4	11	30	11	48	27	1	
小川村	2,010	1,008	1,002	6	0	3	25	6	16	6	0	
下水内郡	1,419	682	737	-13	1	4	6	4	16	3	0	
栄村	1,419	682	737	-13	1	4	6	4	16	3	0	
郡計	374,081	183,202	190,879	-1,480	95	603	2,233	1,062	3,225	1,559	20	

令和7年（2025年）4月1日現在の市町村別人口（外国人）

— 長野県毎月人口異動調査結果 —

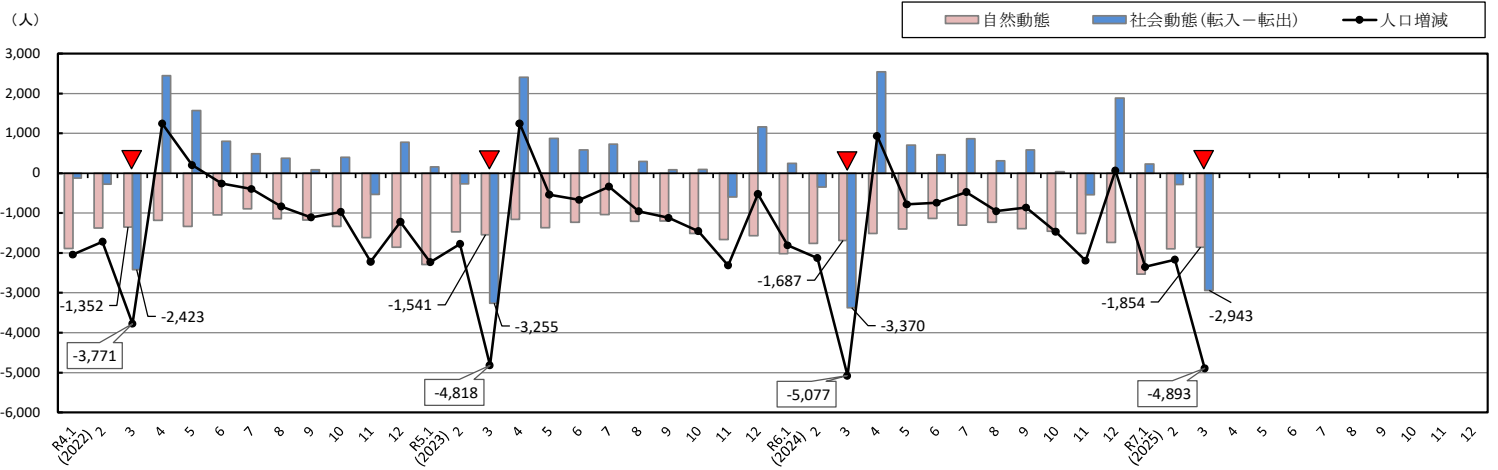
外国人

市町村名	令和7年4月1日現在			対前月 人口 増減	令和7年3月中の人口異動状況						
	人口総数 (人)	男(人)	女(人)		自然動態		社会動態				その他
					出生	死亡	転入		転出		
							総数	うち県外	総数	うち県外	
県計	40,874	19,156	21,718	-144	8	8	2,189	1,973	2,213	1,967	-150
長野市	3,741	1,697	2,044	-5	1	1	166	136	156	144	-15
松本市	4,005	1,791	2,214	-5	2	3	142	122	143	112	-3
上田市	4,087	2,004	2,083	14	2	0	194	181	175	145	-7
岡谷市	872	391	481	4	1	0	29	24	25	17	-1
飯田市	2,135	856	1,279	9	0	0	43	35	28	25	-6
諏訪市	1,459	689	770	-33	0	1	47	40	67	48	-12
須坂市	814	331	483	-4	0	0	16	13	18	15	-2
小諸市	1,044	379	665	-12	0	0	34	30	41	36	-5
伊那市	1,797	802	995	8	0	1	48	43	39	26	0
駒ヶ根市	797	375	422	3	0	0	26	26	22	21	-1
中野市	858	256	602	8	0	0	38	35	30	23	0
大町市	657	204	453	1	0	0	21	19	19	17	-1
飯山市	235	89	146	-29	0	0	11	11	37	33	-3
茅野市	1,202	597	605	-5	0	0	28	25	32	29	-1
塩尻市	1,428	705	723	19	0	0	61	42	36	24	-6
佐久市	1,415	583	832	16	0	0	92	86	76	67	0
千曲市	999	444	555	16	0	0	33	30	13	11	-4
東御市	656	342	314	0	0	0	10	10	4	4	-6
安曇野市	1,439	605	834	12	0	1	47	39	36	31	2
市計	29,640	13,140	16,500	17	6	7	1,086	947	997	828	-71
南佐久郡	1,567	1,384	183	696	0	0	709	697	12	11	-1
小海町	159	127	32	56	0	0	59	58	3	2	0
佐久穂町	94	43	51	1	0	0	2	2	1	1	0
川上村	735	698	37	403	0	0	409	403	6	6	0
南牧村	515	468	47	223	0	0	226	222	2	2	-1
南相木村	17	7	10	5	0	0	5	4	0	0	0
北相木村	47	41	6	8	0	0	8	8	0	0	0
北佐久郡	1,463	742	721	26	0	0	80	69	44	36	-10
軽井沢町	768	394	374	7	0	0	38	32	20	17	-11
御代田町	574	276	298	29	0	0	40	37	12	7	1
立科町	121	72	49	-10	0	0	2	0	12	12	0
小県郡	112	56	56	-1	0	0	3	3	4	3	0
長和町	61	22	39	1	0	0	1	1	0	0	0
青木村	51	34	17	-2	0	0	2	2	4	3	0
諏訪郡	796	365	431	13	0	0	41	33	26	20	-2
下諏訪町	302	114	188	0	0	0	13	10	12	10	-1
富士見町	327	183	144	12	0	0	21	21	8	6	-1
原村	167	68	99	1	0	0	7	2	6	4	0
上伊那郡	2,291	1,033	1,258	20	0	0	99	76	75	56	-4
辰野町	396	171	225	-5	0	0	9	8	14	12	0
箕輪町	773	348	425	4	0	0	29	21	22	17	-3
飯島町	313	155	158	10	0	0	18	18	8	3	0
南箕輪村	355	165	190	-5	0	0	12	6	17	10	0
中川村	82	27	55	6	0	0	7	2	0	0	-1
宮田村	372	167	205	10	0	0	24	21	14	14	0

外国人

市町村名	令和7年4月1日現在			対前月 人口 増減	令和7年3月中の人口異動状況						
	人口総数 (人)	男(人)	女(人)		自然動態		社会動態				その他
					出生	死亡	転入		転出		
							総数	うち県外	総数	うち県外	
下伊那郡	1,018	462	556	6	0	0	40	32	34	23	0
松川町	174	95	79	-1	0	0	8	5	9	8	0
高森町	250	124	126	3	0	0	11	10	8	5	0
阿南町	57	8	49	-1	0	0	0	0	1	0	0
阿智村	207	101	106	7	0	0	11	9	4	4	0
平谷村	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根羽村	25	6	19	3	0	0	3	3	0	0	0
下條村	34	9	25	0	0	0	0	0	0	0	0
売木村	7	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0
天龍村	11	2	9	0	0	0	2	2	2	1	0
泰阜村	21	8	13	0	0	0	0	0	0	0	0
喬木村	71	33	38	1	0	0	1	0	0	0	0
豊丘村	141	55	86	-8	0	0	1	0	9	4	0
大鹿村	17	13	4	2	0	0	3	3	1	1	0
木曾郡	382	101	281	-3	0	1	10	6	12	7	0
上松町	92	13	79	0	0	0	3	3	3	0	0
南木曾町	45	16	29	-1	0	1	0	0	0	0	0
木曾町	142	34	108	-2	0	0	5	3	7	5	0
木祖村	26	6	20	2	0	0	2	0	0	0	0
王滝村	12	2	10	0	0	0	0	0	0	0	0
大桑村	65	30	35	-2	0	0	0	0	2	2	0
東筑摩郡	310	121	189	-4	0	0	8	7	8	4	-4
麻績村	17	2	15	0	0	0	0	0	0	0	0
生坂村	18	7	11	0	0	0	0	0	0	0	0
山形村	190	76	114	0	0	0	7	6	7	4	0
朝日村	51	22	29	-5	0	0	0	0	1	0	-4
筑北村	34	14	20	1	0	0	1	1	0	0	0
北安曇郡	1,456	826	630	-794	2	0	42	39	788	776	-50
池田町	99	42	57	-3	0	0	2	1	5	4	0
松川村	157	67	90	-1	0	0	2	2	3	3	0
白馬村	1,026	621	405	-668	1	0	35	34	664	656	-40
小谷村	174	96	78	-122	1	0	3	2	116	113	-10
埴科郡	524	346	178	17	0	0	28	28	10	9	-1
坂城町	524	346	178	17	0	0	28	28	10	9	-1
上高井郡	198	93	105	2	0	0	7	4	7	6	2
小布施町	86	30	56	-4	0	0	1	1	7	6	2
高山村	112	63	49	6	0	0	6	3	0	0	0
下高井郡	761	315	446	-155	0	0	26	25	173	166	-8
山ノ内町	418	154	264	-38	0	0	12	11	51	48	1
木島平村	33	11	22	-5	0	0	1	1	6	3	0
野沢温泉村	310	150	160	-112	0	0	13	13	116	115	-9
上水内郡	220	109	111	-12	0	0	10	7	21	21	-1
信濃町	156	80	76	-17	0	0	5	3	21	21	-1
飯綱町	43	17	26	4	0	0	4	4	0	0	0
小川村	21	12	9	1	0	0	1	0	0	0	0
下水内郡	20	5	15	-2	0	0	0	0	2	1	0
栄村	20	5	15	-2	0	0	0	0	2	1	0
郡計	11,118	5,958	5,160	-191	2	1	1,103	1,026	1,216	1,139	-79

自然動態、社会動態、人口増減の推移（令和4年1月中～令和7年3月中）



(上段)令和7年 (中段)令和6年 (下段)過去3年(令和4～6年)平均

	自然動態				社会動態				その他 (人)
	出生 (人)	前年同月比 (%)	死亡 (人)	前年同月比 (%)	転入 (人)	前年同月比 (%)	転出 (人)	前年同月比 (%)	
1月	889	△ 7.2	3,416	14.9	2,602	△ 1.0	2,376	△ 0.2	△ 47
	958	△ 2.6	2,972	△ 9.3	2,628	6.1	2,381	2.7	△ 42
	993	—	3,057	—	2,307	—	2,213	—	△ 57
2月	762	△ 7.1	2,654	3.0	2,599	3.7	2,883	1.2	7
	820	△ 11.4	2,576	7.5	2,506	△ 2.0	2,849	0.8	△ 29
	892	—	2,425	—	2,331	—	2,627	—	△ 45
3月	742	△ 13.8	2,596	1.9	8,000	9.8	10,943	2.7	△ 96
	861	△ 9.6	2,548	2.2	7,283	△ 0.3	10,653	0.9	△ 20
	954	—	2,480	—	7,358	—	10,374	—	-13
4月	878	△ 4.4	2,393	15.1	6,840	9.6	4,293	12.0	△ 103
	902	—	2,188	—	6,398	—	3,930	—	△ 43
	947	△ 6.1	2,344	△ 1.2	3,247	△ 5.7	2,536	△ 1.3	△ 93
5月	991	—	2,356	—	3,597	—	2,546	—	△ 57
	827	△ 8.1	1,962	△ 7.9	2,654	△ 10.2	2,192	△ 7.5	△ 66
	909	—	2,046	—	2,949	—	2,334	—	△ 34
7月	969	4.2	2,272	15.3	3,296	6.8	2,432	3.3	△ 34
	984	—	2,061	—	3,088	—	2,394	—	△ 17
	955	△ 4.5	2,187	△ 0.7	2,604	△ 5.0	2,289	△ 6.4	△ 34
8月	1,041	—	2,235	—	2,778	—	2,450	—	△ 47
	902	△ 5.5	2,297	6.6	2,927	17.3	2,339	△ 2.7	△ 53
	985	—	2,242	—	2,660	—	2,403	—	△ 28
10月	945	△ 2.0	2,399	△ 3.0	2,865	0.5	2,827	2.6	△ 50
	983	—	2,414	—	2,858	—	2,680	—	△ 41
	846	△ 3.1	2,358	△ 7.0	2,274	△ 6.3	2,818	△ 6.6	△ 136
11月	930	—	2,527	—	2,366	—	2,922	—	△ 87
	801	△ 13.9	2,540	1.8	4,039	17.1	2,153	△ 5.8	△ 80
	877	—	2,596	—	3,468	—	2,193	—	△ 113
1～3	2,393	△ 9.3	8,666	7.0	13,201	6.3	16,202	2.0	△ 136
	2,639	△ 7.8	8,096	△ 0.8	12,417	0.6	15,883	1.1	△ 91
月計	2,839	—	7,962	—	11,996	—	15,214	—	△ 115

※ 当該月中の人口異動状況です。 前年同月比は小数点以下第2位で、過去3年平均は小数点以下第1位で四捨五入しています。

令和7年3月中の県外転入・転出者数

区分	転入				転出				転入 - 転出			
	総数	男	女	前年同月増減	総数	男	女	前年同月増減	総数	男	女	前年同月増減
計 (都道府県)	8,000	4,684	3,316	717	10,943	5,847	5,096	290	△ 2,943	△ 1,163	△ 1,780	427
北海道	146	78	68	9	169	103	66	7	△ 23	△ 25	2	2
青森	22	15	7	△ 7	14	9	5	△ 7	8	6	2	0
岩手	30	15	15	△ 2	26	18	8	8	4	△ 3	7	△ 10
宮城	74	44	30	2	70	46	24	△ 36	4	△ 2	6	38
秋田	31	24	7	7	34	22	12	6	△ 3	2	△ 5	1
山形	48	23	25	2	42	23	19	4	6	0	6	△ 2
福島	54	30	24	5	43	27	16	△ 33	11	3	8	38
茨城	137	82	55	22	132	96	36	3	5	△ 14	19	19
栃木	143	73	70	21	125	72	53	25	18	1	17	△ 4
群馬	211	122	89	17	270	155	115	△ 26	△ 59	△ 33	△ 26	43
埼玉	492	263	229	11	865	409	456	△ 2	△ 373	△ 146	△ 227	13
千葉	376	203	173	33	622	331	291	39	△ 246	△ 128	△ 118	△ 6
東京都	1225	644	581	83	2,461	1,252	1,209	△ 5	△ 1,236	△ 608	△ 628	88
神奈川県	598	316	282	21	1,131	592	539	17	△ 533	△ 276	△ 257	4
新潟	316	167	149	74	361	210	151	△ 22	△ 45	△ 43	△ 2	96
富山	101	54	47	18	116	64	52	1	△ 15	△ 10	△ 5	17
石川	118	72	46	△ 20	165	108	57	△ 23	△ 47	△ 36	△ 11	3
福井	39	26	13	4	32	24	8	△ 23	7	2	5	27
山梨	181	100	81	8	246	133	113	11	△ 65	△ 33	△ 32	△ 3
岐阜	140	72	68	12	194	95	99	19	△ 54	△ 23	△ 31	△ 7
静岡	186	99	87	11	251	140	111	16	△ 65	△ 41	△ 24	△ 5
愛知	512	284	228	64	863	462	401	72	△ 351	△ 178	△ 173	△ 8
三重	45	27	18	△ 22	53	33	20	△ 30	△ 8	△ 6	△ 2	8
滋賀	55	32	23	3	46	29	17	△ 16	9	3	6	19
京都	140	89	51	△ 47	165	76	89	△ 15	△ 25	13	△ 38	△ 32
大阪	241	131	110	36	355	185	170	43	△ 114	△ 54	△ 60	△ 7
兵庫	131	68	63	33	142	82	60	45	△ 11	△ 14	3	△ 12
奈良	35	20	15	△ 3	36	19	17	△ 7	△ 1	1	△ 2	4
和歌山	27	16	11	15	18	14	4	2	9	2	7	13
鳥取	14	10	4	△ 2	11	5	6	△ 1	3	5	△ 2	△ 1
島根	13	7	6	△ 3	19	11	8	7	△ 6	△ 4	△ 2	△ 10
岡山	27	18	9	△ 6	47	24	23	6	△ 20	△ 6	△ 14	△ 12
広島	59	38	21	9	75	53	22	16	△ 16	△ 15	△ 1	△ 7
山口	20	11	9	1	16	6	10	△ 9	4	5	△ 1	10
徳島	23	16	7	11	16	11	5	△ 6	7	5	2	17
香川	28	9	19	13	12	7	5	△ 2	16	2	14	15
愛媛	16	12	4	3	10	8	2	△ 30	6	4	2	33
高知	18	13	5	11	11	6	5	△ 3	7	7	0	14
福岡	88	52	36	△ 4	116	71	45	22	△ 28	△ 19	△ 9	△ 26
佐賀	10	6	4	△ 5	6	3	3	2	4	3	1	△ 7
長崎	28	19	9	△ 10	20	13	7	△ 13	8	6	2	3
熊本	19	10	9	△ 6	45	28	17	21	△ 26	△ 18	△ 8	△ 27
大分	14	12	2	0	13	6	7	△ 6	1	6	△ 5	6
宮崎	16	12	4	2	16	7	9	2	0	5	△ 5	0
鹿児島	25	16	9	3	29	18	11	△ 1	△ 4	△ 2	△ 2	4
沖縄	47	30	17	13	52	19	33	△ 13	△ 5	11	△ 16	26
国不	1680	1203	477	281	1381	722	659	229	299	481	△ 182	52
	1	1	0	△ 4	1	0	1	△ 4	0	1	△ 1	0

毎月人口異動調査 調査結果のご利用にあたって

1 目的

「長野県毎月人口異動調査」は、統計法に基づく国勢調査の実施以降、次の国勢調査の実施までの間における、県及び市町村の人口と世帯数を推計し、行政施策等の基礎資料を提供します。

2 推計の方法

「令和2年国勢調査結果（確定値）」による人口及び世帯数を基礎にして、住民基本台帳の状況を基に県内市町村から報告された前1か月間の人口と世帯数の異動を加減して推計しています。

3 利用上の留意点

(1) 県計と市町村別人口の合計は一致しません。

県計は、県内市町村間の異動を考慮せず、国・都道府県間の異動のみを加減して算出しています。一方、市町村別人口は、県内市町村間の異動も加減して算出しており、月をまたぐ転出入があった場合、転出分は減算されますが、転入分は翌月に加算されることもあります。

このため、県と市町村別の人口の合計は、一定時点でみた場合、必ずしも一致しません。

例) 長野市在住の方が、上田市に転居するため、長野市に2020年3月に転出届を提出した。

その後、この方は2020年4月に上田市に転入届を提出した。

⇒人口の異動状況は、異動月の翌月の1日現在に反映されるため、

長野市の4月1日現在の人口は1人減少となるが、上田市の人口が1人増加するのは5月1日現在となります。

この届出の時間差によって、県計と市町村別人口の合計は一致しません。

(2) 転入・転出総数の県計は、各市町村の転入・転出総数を単に合計したものです。

また、県外転入・転出には、従前地不明及び転出先不明を含みます。

(3) 「その他」は、職権記載・職権消除等です。

(4) 国勢調査と住民基本台帳では世帯のとらえ方が異なるため、世帯数は実態と大きく乖離する場合があります。

4 その他

各市町村が発表している人口及び世帯数とは推計方法の違いにより数値が一致しない場合があります。