

長野県の人口と世帯数(推計結果)

— 令和7年7月1日現在 —

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

人 口 1,974,683 人 (前月比 960 人 減)となりました。

世帯数 860,351 世帯 (前月比 387 世帯 増)となりました。

当 月 の 状 況

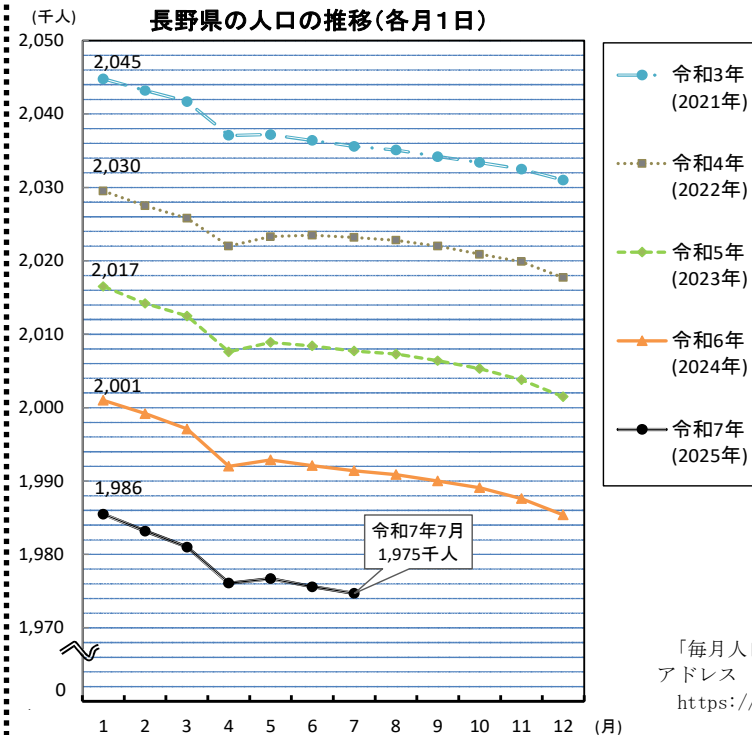
人 口 と 世 帯 数		前月(令和7年6月1日現在)との比較		増 減 内 訳	
総人口	1,974,683 人	人口増減数	△ 960 人	自然増減	△ 1,375 人
男	967,210 人	男	△ 481 人	社会増減	415 人
女	1,007,473 人	女	△ 479 人	・転入-転出	501 人
				(国外含む県外)	
世帯数	860,351 世帯	世帯増減数	387 世帯	・その他増減	△ 86 人
		※三角(△)表記はマイナスを表す		(職権記載・消除等)	

○ 令和7年6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 774 (△ 6.4) 死亡 2,149 (9.5)

社会動態 転入 3,004 (13.2) 転出 2,503 (14.2)

○ 前月に比べて人口が増加した市町村は18市町村、減少した市町村は53市町村、増減のなかった市町村は6市町村でした。



日本人・外国人別人口増減の状況 (令和7年6月中)

	人口総数 (人)	対前月人口 増減(人)	自然増減	社会増減
日本人	1,932,390	△ 1,294	△ 1,387	93
外国人	42,293	334	12	322

主な転入・転出先 (令和7年6月中)

順位	転 入(人)	転 出(人)
1	国 外 782	東 京 都 410
2	東 京 都 422	国 外 388
3	埼 玉 県 211	愛 知 県 223
4	神 奈 川 県 207	神 奈 川 県 201
5	愛 知 県 187	埼 玉 県 169

「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）7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7月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和7年6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				
						出 生	死 亡	転 入		転 出		その他
								総 数	うち県外	総 数	うち県外	
県 計	860,351	1,974,683	967,210	1,007,473	-960	774	2,149	5,064	3,004	4,606	2,503	-86
長 野 市	160,375	359,121	175,146	183,975	-290	161	370	649	417	725	446	-5
松 本 市	108,689	235,864	115,726	120,138	-108	102	246	632	360	592	364	-4
上 田 市	67,008	149,362	73,281	76,081	-107	62	182	313	176	283	162	-17
岡 谷 市	19,227	44,910	21,847	23,063	-5	19	52	116	61	90	50	2
飯 田 市	39,210	92,461	44,791	47,670	-129	30	113	151	95	198	135	1
諏 訪 市	21,457	46,711	22,860	23,851	8	14	49	171	86	122	68	-6
須 坂 市	19,491	48,089	23,632	24,457	-26	19	51	100	50	88	43	-6
小 諸 市	17,618	40,134	19,603	20,531	-13	16	61	154	108	125	61	3
伊 那 市	28,217	63,462	31,127	32,335	-4	29	62	169	102	137	76	-3
駒ヶ根市	13,567	30,918	15,203	15,715	-3	11	24	84	50	73	33	-1
中 野 市	16,330	40,123	19,489	20,634	-26	13	43	97	41	93	52	0
大 町 市	10,869	24,215	11,741	12,474	-29	9	37	78	56	79	33	0
飯 山 市	7,088	17,634	8,597	9,037	-58	4	26	26	10	58	21	-4
茅 野 市	24,889	54,934	27,560	27,374	-17	14	47	148	105	134	74	2
塩 尻 市	29,249	65,433	32,839	32,594	-8	24	53	174	81	155	68	2
佐 久 市	41,676	96,717	47,398	49,319	21	54	107	282	188	214	106	6
千 曲 市	22,941	57,339	27,625	29,714	0	20	68	156	55	108	54	0
東 御 市	11,653	28,881	14,271	14,610	-36	6	29	64	38	78	26	1
安曇野市	38,478	92,466	44,571	47,895	15	37	90	256	127	186	83	-2
市 計	698,032	1,588,774	777,307	811,467	-815	644	1,710	3,820	2,206	3,538	1,955	-31
南佐久郡	9,622	23,088	12,507	10,581	86	9	24	155	126	53	26	-1
小 海 町	1,849	4,052	2,032	2,020	6	4	4	14	12	8	2	0
佐久穂町	3,941	9,591	4,699	4,892	8	3	12	30	20	13	5	0
川 上 村	1,809	4,567	3,014	1,553	51	2	0	71	58	21	14	-1
南 牧 村	1,322	3,326	1,974	1,352	26	0	5	37	36	6	4	0
南相木村	391	880	441	439	1	0	2	3	0	0	0	0
北相木村	310	672	347	325	-6	0	1	0	0	5	1	0
北佐久郡	19,710	42,582	20,758	21,824	-9	8	36	235	177	207	138	-9
軽井沢町	9,450	19,949	9,536	10,413	-9	4	11	118	103	115	85	-5
御代田町	7,695	16,523	8,156	8,367	10	2	17	104	69	76	45	-3
立 科 町	2,565	6,110	3,066	3,044	-10	2	8	13	5	16	8	-1
小 県 郡	3,875	8,999	4,446	4,553	-16	1	17	23	11	23	10	0
長 和 町	2,326	5,177	2,590	2,587	-9	0	11	15	10	13	7	0
青 木 村	1,549	3,822	1,856	1,966	-7	1	6	8	1	10	3	0
諏 訪 郡	16,806	39,156	18,934	20,222	-48	12	44	90	58	108	61	2
下諏訪町	7,748	17,739	8,505	9,234	-39	7	23	24	8	46	19	-1
富士見町	5,943	13,731	6,700	7,031	-4	4	13	43	36	38	24	0
原 村	3,115	7,686	3,729	3,957	-5	1	8	23	14	24	18	3
上伊那郡	33,583	78,918	38,881	40,037	-28	35	67	226	108	215	73	-7
辰 野 町	7,021	17,197	8,326	8,871	-1	7	12	49	21	43	14	-2
箕 輪 町	10,323	24,373	12,234	12,139	-3	9	25	83	45	69	22	-1
飯 島 町	3,600	8,509	4,155	4,354	4	4	4	25	18	20	9	-1
南箕輪村	7,187	16,106	8,014	8,092	3	10	10	47	9	41	10	-3
中 川 村	1,783	4,404	2,097	2,307	-6	2	4	4	2	8	4	0
宮 田 村	3,669	8,329	4,055	4,274	-25	3	12	18	13	34	14	0

総数

市 町 村 名	令和7年7月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和7年6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	
下 伊 那 郡	20,473	53,517	26,072	27,445	-47	21	73	108	57	105	40	2
松 川 町	4,549	11,873	5,788	6,085	-8	4	15	21	12	18	6	0
高 森 町	4,589	12,404	6,016	6,388	-4	4	9	31	19	30	10	0
阿 南 町	1,452	3,765	1,805	1,960	-9	2	14	11	9	9	6	1
阿 智 村	2,182	5,695	2,731	2,964	-13	4	10	9	4	16	9	0
平 谷 村	194	371	186	185	0	1	0	0	0	1	0	0
根 羽 村	379	772	396	376	-1	0	1	0	0	0	0	0
下 條 村	1,133	3,207	1,539	1,668	0	0	3	5	1	2	0	0
売 木 村	269	486	243	243	1	0	0	2	2	1	0	0
天 龍 村	470	950	458	492	-2	1	1	1	1	3	1	0
泰 阜 村	552	1,378	645	733	-1	0	3	3	3	1	0	0
喬 木 村	2,019	5,548	2,717	2,831	-5	2	5	9	1	12	4	1
豊 丘 村	2,181	6,171	3,067	3,104	2	3	10	15	4	6	2	0
大 鹿 村	504	897	481	416	-7	0	2	1	1	6	2	0
木 曽 郡	10,479	22,853	11,155	11,698	-28	5	27	52	34	58	38	0
上 松 町	1,689	3,712	1,852	1,860	0	1	2	9	6	8	5	0
南 木 曽 町	1,523	3,528	1,748	1,780	-6	0	3	8	6	11	9	0
木 曽 町	4,541	9,577	4,674	4,903	-18	1	14	27	15	32	18	0
木 祖 村	972	2,384	1,089	1,295	0	2	2	2	2	2	2	0
王 滝 村	351	630	305	325	-1	1	2	1	0	1	1	0
大 桑 村	1,403	3,022	1,487	1,535	-3	0	4	5	5	4	3	0
東 筑 摩 郡	7,837	19,720	9,664	10,056	-23	7	23	36	16	40	11	-3
麻 績 村	872	2,268	1,083	1,185	-8	0	8	3	1	3	1	0
生 坂 村	655	1,518	768	750	1	1	1	5	1	4	2	0
山 形 村	3,175	8,211	4,016	4,195	-2	2	4	18	8	15	2	-3
朝 日 村	1,491	3,995	1,961	2,034	-7	4	4	0	0	7	1	0
筑 北 村	1,644	3,728	1,836	1,892	-7	0	6	10	6	11	5	0
北 安 曇 郡	12,526	29,075	14,287	14,788	-41	5	37	124	81	110	69	-23
池 田 町	3,631	8,729	4,228	4,501	-10	0	20	22	12	12	6	0
松 川 村	3,763	9,565	4,595	4,970	9	4	7	34	9	22	9	0
白 馬 村	3,974	8,338	4,179	4,159	-40	1	6	50	42	66	48	-19
小 谷 村	1,158	2,443	1,285	1,158	0	0	4	18	18	10	6	-4
埴 科 郡	5,465	12,971	6,430	6,541	-3	5	16	33	16	26	15	1
坂 城 町	5,465	12,971	6,430	6,541	-3	5	16	33	16	26	15	1
上 高 井 郡	6,257	16,688	8,054	8,634	8	9	20	34	19	15	8	0
小 布 施 町	3,931	10,569	5,034	5,535	5	5	14	21	12	7	3	0
高 山 村	2,326	6,119	3,020	3,099	3	4	6	13	7	8	5	0
下 高 井 郡	7,211	17,357	8,407	8,950	-29	6	26	76	55	69	44	-16
山ノ内町	4,435	10,356	5,021	5,335	-9	4	17	50	40	41	26	-5
木 島 平 村	1,540	3,963	1,930	2,033	-6	0	5	8	3	9	5	0
野沢温泉村	1,236	3,038	1,456	1,582	-14	2	4	18	12	19	13	-11
上 水 内 郡	7,820	18,757	9,246	9,511	-5	7	25	49	38	35	13	-1
信 濃 町	3,106	7,109	3,506	3,603	6	4	10	32	28	19	6	-1
飯 綱 町	3,780	9,627	4,722	4,905	-6	2	10	16	9	14	6	0
小 川 村	934	2,021	1,018	1,003	-5	1	5	1	1	2	1	0
下 水 内 郡	655	1,430	681	749	-5	0	4	3	2	4	2	0
栄 村	655	1,430	681	749	-5	0	4	3	2	4	2	0
郡 計	162,319	385,111	189,522	195,589	-188	130	439	1,244	798	1,068	548	-55

令和7年（2025年）7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7月1日現在			対前月	令和7年6月中の人口異動状況						
				人 口	自然動態		社 会 動 態				
	人口総数 (人)	男(人)	女(人)	増 減	出 生	死 亡	転 入		転 出		その他
							総 数	うち県外	総 数	うち県外	
県 計	1,932,390	946,869	985,521	-1,294	758	2,145	3,830	1,960	3,798	1,885	18
長 野 市	355,205	173,368	181,837	-312	160	368	544	325	652	382	4
松 本 市	231,673	113,875	117,798	-135	102	245	543	283	536	319	1
上 田 市	144,900	71,069	73,831	-134	60	182	229	116	233	124	-8
岡 谷 市	44,055	21,460	22,595	-6	16	51	101	48	74	34	2
飯 田 市	90,295	43,913	46,382	-139	30	113	114	70	176	117	6
諏 訪 市	45,199	22,136	23,063	1	13	49	135	55	98	49	0
須 坂 市	47,295	23,303	23,992	-18	18	51	87	37	74	33	2
小 諸 市	39,015	19,188	19,827	-57	15	61	88	46	102	45	3
伊 那 市	61,640	30,304	31,336	-26	28	62	118	59	109	59	-1
駒ヶ根市	30,087	14,819	15,268	-22	11	24	50	21	59	22	0
中 野 市	39,259	19,218	20,041	-22	13	43	72	22	64	27	0
大 町 市	23,561	11,533	12,028	-46	8	37	48	31	66	25	1
飯 山 市	17,413	8,515	8,898	-57	4	26	18	5	53	16	0
茅 野 市	53,731	26,954	26,777	-30	14	47	111	75	107	52	-1
塩 尻 市	63,992	32,124	31,868	-28	24	53	135	49	136	53	2
佐 久 市	95,265	46,783	48,482	-9	52	107	209	120	166	83	3
千 曲 市	56,322	27,180	29,142	-1	19	68	139	45	91	40	0
東 御 市	28,209	13,914	14,295	-43	6	29	43	20	63	18	0
安曇野市	91,015	43,964	47,051	11	37	90	223	97	159	56	0
市 計	1,558,131	763,620	794,511	-1,073	630	1,706	3,007	1,524	3,018	1,554	14
南佐久郡	20,575	10,195	10,380	-1	9	24	47	29	33	13	0
小 海 町	3,857	1,874	1,983	-3	4	4	5	3	8	2	0
佐久穂町	9,491	4,648	4,843	5	3	12	26	17	12	5	0
川 上 村	3,152	1,641	1,511	2	2	0	5	2	5	3	0
南 牧 村	2,600	1,303	1,297	0	0	5	8	7	3	2	0
南相木村	859	430	429	1	0	2	3	0	0	0	0
北相木村	616	299	317	-6	0	1	0	0	5	1	0
北佐久郡	41,152	20,033	21,119	11	8	36	191	141	156	93	4
軽井沢町	19,214	9,154	10,060	3	4	11	92	81	84	58	2
御代田町	15,949	7,888	8,061	18	2	17	92	58	61	32	2
立 科 町	5,989	2,991	2,998	-10	2	8	7	2	11	3	0
小 県 郡	8,881	4,384	4,497	-19	1	17	16	7	19	8	0
長 和 町	5,113	2,566	2,547	-11	0	11	11	6	11	5	0
青 木 村	3,768	1,818	1,950	-8	1	6	5	1	8	3	0
諏 訪 郡	38,303	18,534	19,769	-61	12	44	63	39	92	47	0
下諏訪町	17,426	8,386	9,040	-42	7	23	15	3	41	14	0
富士見町	13,375	6,499	6,876	-14	4	13	27	23	32	18	0
原 村	7,502	3,649	3,853	-5	1	8	21	13	19	15	0
上伊那郡	76,602	37,837	38,765	-42	34	67	157	55	164	48	-2
辰 野 町	16,792	8,148	8,644	2	7	12	38	16	29	8	-2
箕 輪 町	23,582	11,877	11,705	-17	8	25	51	20	51	16	0
飯 島 町	8,201	4,009	4,192	3	4	4	15	8	12	4	0
南箕輪村	15,748	7,847	7,901	5	10	10	43	6	38	8	0
中 川 村	4,319	2,067	2,252	-7	2	4	3	2	8	4	0
宮 田 村	7,960	3,889	4,071	-28	3	12	7	3	26	8	0

日本人

市 町 村 名	令和7年7月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年6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				
					出 生	死 亡	転 入		転 出		その他
							総 数	うち県外	総 数	うち県外	
下 伊 那 郡	52,484	25,601	26,883	-54	20	73	74	28	76	23	1
松 川 町	11,693	5,690	6,003	-15	4	15	11	3	15	3	0
高 森 町	12,151	5,889	6,262	-4	4	9	17	8	16	8	0
阿 南 町	3,703	1,794	1,909	-10	1	14	6	4	4	1	1
阿 智 村	5,487	2,632	2,855	-13	4	10	4	0	11	4	0
平 谷 村	368	183	185	0	1	0	0	0	1	0	0
根 羽 村	749	390	359	-1	0	1	0	0	0	0	0
下 條 村	3,172	1,530	1,642	0	0	3	5	1	2	0	0
売 木 村	479	238	241	1	0	0	2	2	1	0	0
天 龍 村	943	456	487	-1	1	1	1	1	2	0	0
泰 阜 村	1,357	637	720	-1	0	3	3	3	1	0	0
喬 木 村	5,478	2,684	2,794	-5	2	5	9	1	11	3	0
豊 丘 村	6,029	3,013	3,016	2	3	10	15	4	6	2	0
大 鹿 村	875	465	410	-7	0	2	1	1	6	2	0
木 曾 郡	22,466	11,055	11,411	-23	5	27	42	25	43	24	0
上 松 町	3,619	1,838	1,781	-3	1	2	6	3	8	5	0
南 木 曾 町	3,485	1,731	1,754	-3	0	3	6	4	6	4	0
木 曾 町	9,434	4,641	4,793	-13	1	14	23	12	23	10	0
木 祖 村	2,359	1,084	1,275	0	2	2	2	2	2	2	0
王 滝 村	617	303	314	-1	1	2	1	0	1	1	0
大 桑 村	2,952	1,458	1,494	-3	0	4	4	4	3	2	0
東 筑 摩 郡	19,398	9,536	9,862	-24	7	23	31	12	39	11	0
麻 績 村	2,253	1,081	1,172	-8	0	8	3	1	3	1	0
生 坂 村	1,499	760	739	0	1	1	4	1	4	2	0
山 形 村	8,012	3,937	4,075	-2	2	4	15	5	15	2	0
朝 日 村	3,943	1,939	2,004	-6	4	4	0	0	6	1	0
筑 北 村	3,691	1,819	1,872	-8	0	6	9	5	11	5	0
北 安 曇 郡	27,963	13,654	14,309	-20	5	37	76	35	64	27	0
池 田 町	8,622	4,185	4,437	-10	0	20	21	11	11	6	0
松 川 村	9,399	4,521	4,878	9	4	7	31	6	19	7	0
白 馬 村	7,643	3,749	3,894	-14	1	6	19	13	28	11	0
小 谷 村	2,299	1,199	1,100	-5	0	4	5	5	6	3	0
埴 科 郡	12,444	6,086	6,358	-11	5	16	18	4	18	10	0
坂 城 町	12,444	6,086	6,358	-11	5	16	18	4	18	10	0
上 高 井 郡	16,498	7,964	8,534	8	9	20	31	16	12	5	0
小 布 施 町	10,481	5,001	5,480	2	5	14	18	9	7	3	0
高 山 村	6,017	2,963	3,054	6	4	6	13	7	5	2	0
下 高 井 郡	16,887	8,251	8,636	-10	6	26	45	25	36	12	1
山 ノ 内 町	10,043	4,932	5,111	-7	4	17	25	16	20	6	1
木 島 平 村	3,930	1,922	2,008	-6	0	5	7	2	8	4	0
野沢温泉村	2,914	1,397	1,517	3	2	4	13	7	8	2	0
上 水 内 郡	18,509	9,124	9,385	-13	7	25	29	18	24	8	0
信 濃 町	6,921	3,410	3,511	-4	4	10	12	8	10	3	0
飯 綱 町	9,587	4,707	4,880	-4	2	10	16	9	12	4	0
小 川 村	2,001	1,007	994	-5	1	5	1	1	2	1	0
下 水 内 郡	1,409	676	733	-5	0	4	3	2	4	2	0
栄 村	1,409	676	733	-5	0	4	3	2	4	2	0
郡 計	373,571	182,930	190,641	-264	128	439	823	436	780	331	4

令和7年（2025年）7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 —

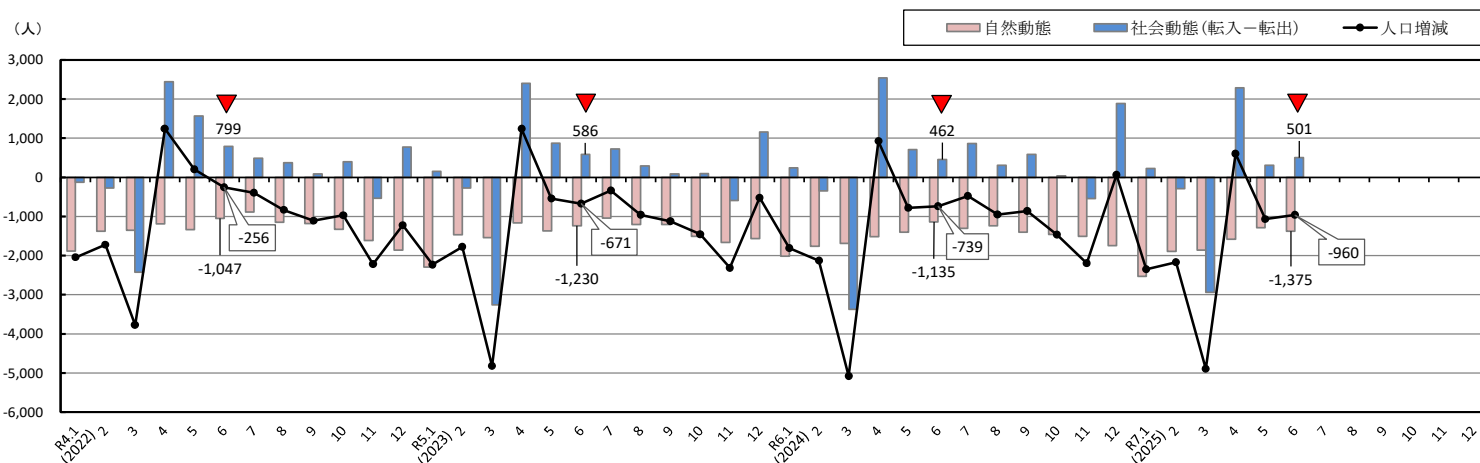
外国人

市 町 村 名	令和7年7月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年6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	42,293	20,341	21,952	334	16	4	1,234	1,044	808	618	-104
長 野 市	3,916	1,778	2,138	22	1	2	105	92	73	64	-9
松 本 市	4,191	1,851	2,340	27	0	1	89	77	56	45	-5
上 田 市	4,462	2,212	2,250	27	2	0	84	60	50	38	-9
岡 谷 市	855	387	468	1	3	1	15	13	16	16	0
飯 田 市	2,166	878	1,288	10	0	0	37	25	22	18	-5
諏 訪 市	1,512	724	788	7	1	0	36	31	24	19	-6
須 坂 市	794	329	465	-8	1	0	13	13	14	10	-8
小 諸 市	1,119	415	704	44	1	0	66	62	23	16	0
伊 那 市	1,822	823	999	22	1	0	51	43	28	17	-2
駒ヶ根市	831	384	447	19	0	0	34	29	14	11	-1
中 野 市	864	271	593	-4	0	0	25	19	29	25	0
大 町 市	654	208	446	17	1	0	30	25	13	8	-1
飯 山 市	221	82	139	-1	0	0	8	5	5	5	-4
茅 野 市	1,203	606	597	13	0	0	37	30	27	22	3
塩 尻 市	1,441	715	726	20	0	0	39	32	19	15	0
佐 久 市	1,452	615	837	30	2	0	73	68	48	23	3
千 曲 市	1,017	445	572	1	1	0	17	10	17	14	0
東 御 市	672	357	315	7	0	0	21	18	15	8	1
安曇野市	1,451	607	844	4	0	0	33	30	27	27	-2
市 計	30,643	13,687	16,956	258	14	4	813	682	520	401	-45
南佐久郡	2,513	2,312	201	87	0	0	108	97	20	13	-1
小 海 町	195	158	37	9	0	0	9	9	0	0	0
佐久穂町	100	51	49	3	0	0	4	3	1	0	0
川 上 村	1,415	1,373	42	49	0	0	66	56	16	11	-1
南 牧 村	726	671	55	26	0	0	29	29	3	2	0
南相木村	21	11	10	0	0	0	0	0	0	0	0
北相木村	56	48	8	0	0	0	0	0	0	0	0
北佐久郡	1,430	725	705	-20	0	0	44	36	51	45	-13
軽井沢町	735	382	353	-12	0	0	26	22	31	27	-7
御代田町	574	268	306	-8	0	0	12	11	15	13	-5
立 科 町	121	75	46	0	0	0	6	3	5	5	-1
小 県 郡	118	62	56	3	0	0	7	4	4	2	0
長 和 町	64	24	40	2	0	0	4	4	2	2	0
青 木 村	54	38	16	1	0	0	3	0	2	0	0
諏 訪 郡	853	400	453	13	0	0	27	19	16	14	2
下諏訪町	313	119	194	3	0	0	9	5	5	5	-1
富士見町	356	201	155	10	0	0	16	13	6	6	0
原 村	184	80	104	0	0	0	2	1	5	3	3
上伊那郡	2,316	1,044	1,272	14	1	0	69	53	51	25	-5
辰 野 町	405	178	227	-3	0	0	11	5	14	6	0
箕 輪 町	791	357	434	14	1	0	32	25	18	6	-1
飯 島 町	308	146	162	1	0	0	10	10	8	5	-1
南箕輪村	358	167	191	-2	0	0	4	3	3	2	-3
中 川 村	85	30	55	1	0	0	1	0	0	0	0
宮 田 村	369	166	203	3	0	0	11	10	8	6	0

外国人

市 町 村 名	令和7年7月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年6月中の人口異動状況						
					自然動態		社 会 動 態				その他
	人口総数 (人)	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	1,033	471	562	7	1	0	34	29	29	17	1
松川町	180	98	82	7	0	0	10	9	3	3	0
高森町	253	127	126	0	0	0	14	11	14	2	0
阿南町	62	11	51	1	1	0	5	5	5	5	0
阿智村	208	99	109	0	0	0	5	4	5	5	0
平谷村	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根羽村	23	6	17	0	0	0	0	0	0	0	0
下條村	35	9	26	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	7	2	5	-1	0	0	0	0	1	1	0
泰阜村	21	8	13	0	0	0	0	0	0	0	0
喬木村	70	33	37	0	0	0	0	0	1	1	1
豊丘村	142	54	88	0	0	0	0	0	0	0	0
大鹿村	22	16	6	0	0	0	0	0	0	0	0
木曽郡	387	100	287	-5	0	0	10	9	15	14	0
上松町	93	14	79	3	0	0	3	3	0	0	0
南木曽町	43	17	26	-3	0	0	2	2	5	5	0
木曽町	143	33	110	-5	0	0	4	3	9	8	0
木祖村	25	5	20	0	0	0	0	0	0	0	0
王滝村	13	2	11	0	0	0	0	0	0	0	0
大桑村	70	29	41	0	0	0	1	1	1	1	0
東筑摩郡	322	128	194	1	0	0	5	4	1	0	-3
麻績村	15	2	13	0	0	0	0	0	0	0	0
生坂村	19	8	11	1	0	0	1	0	0	0	0
山形村	199	79	120	0	0	0	3	3	0	0	-3
朝日村	52	22	30	-1	0	0	0	0	1	0	0
筑北村	37	17	20	1	0	0	1	1	0	0	0
北安曇郡	1,112	633	479	-21	0	0	48	46	46	42	-23
池田町	107	43	64	0	0	0	1	1	1	0	0
松川村	166	74	92	0	0	0	3	3	3	2	0
白馬村	695	430	265	-26	0	0	31	29	38	37	-19
小谷村	144	86	58	5	0	0	13	13	4	3	-4
埴科郡	527	344	183	8	0	0	15	12	8	5	1
坂城町	527	344	183	8	0	0	15	12	8	5	1
上高井郡	190	90	100	0	0	0	3	3	3	3	0
小布施町	88	33	55	3	0	0	3	3	0	0	0
高山村	102	57	45	-3	0	0	0	0	3	3	0
下高井郡	470	156	314	-19	0	0	31	30	33	32	-17
山ノ内町	313	89	224	-2	0	0	25	24	21	20	-6
木島平村	33	8	25	0	0	0	1	1	1	1	0
野沢温泉村	124	59	65	-17	0	0	5	5	11	11	-11
上水内郡	248	122	126	8	0	0	20	20	11	5	-1
信濃町	188	96	92	10	0	0	20	20	9	3	-1
飯綱町	40	15	25	-2	0	0	0	0	2	2	0
小川村	20	11	9	0	0	0	0	0	0	0	0
下水内郡	21	5	16	0	0	0	0	0	0	0	0
栄村	21	5	16	0	0	0	0	0	0	0	0
郡 計	11,540	6,592	4,948	76	2	0	421	362	288	217	-59

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6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
	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	818	△ 6.8	2,397	0.2	6,742	△ 1.4	4,445	3.5	△ 111
	878	△ 4.4	2,393	15.1	6,840	9.6	4,293	12.0	△ 103
	902	—	2,188	—	6,398	—	3,930	—	△ 43
5月	915	△ 3.4	2,199	△ 6.2	3,026	△ 6.8	2,714	7.0	△ 95
	947	△ 6.1	2,344	△ 1.2	3,247	△ 5.7	2,536	△ 1.3	△ 93
	991	—	2,356	—	3,597	—	2,546	—	△ 57
6月	774	△ 6.4	2,149	9.5	3,004	13.2	2,503	14.2	△ 86
	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
8月	955	△ 4.5	2,187	△ 0.7	2,604	△ 5.0	2,289	△ 6.4	△ 34
	1,041	—	2,235	—	2,778	—	2,450	—	△ 47
9月	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
11月	846	△ 3.1	2,358	△ 7.0	2,274	△ 6.3	2,818	△ 6.6	△ 136
	930	—	2,527	—	2,366	—	2,922	—	△ 87
12月	801	△ 13.9	2,540	1.8	4,039	17.1	2,153	△ 5.8	△ 80
	877	—	2,596	—	3,468	—	2,193	—	△ 113
1～6 月 計	4,900	△ 7.4	15,411	4.2	25,973	3.2	25,864	3.9	△ 428
	5,291	△ 7.0	14,795	0.3	25,158	0.7	24,904	1.7	△ 353
	5,641	—	14,552	—	24,940	—	24,024	—	△ 249

※ 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6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)	3,004	1,624	1380	350	2,503	1,392	1111	311	501	232	269	39
北海道	45	20	25	0	51	32	19	5	△ 6	△ 12	6	△ 5
青森	13	7	6	4	7	4	3	2	6	3	3	2
岩手	13	7	6	4	8	3	5	1	5	4	1	3
宮城	19	16	3	△ 1	23	9	14	14	△ 4	7	△ 11	△ 15
秋田	8	6	2	4	5	1	4	3	3	5	△ 2	1
山形	3	3	0	△ 8	6	2	4	△ 6	△ 3	1	△ 4	△ 2
福島	13	7	6	8	28	18	10	18	△ 15	△ 11	△ 4	△ 10
茨城	65	47	18	28	38	22	16	5	27	25	2	23
栃木	29	18	11	6	37	21	16	9	△ 8	△ 3	△ 5	△ 3
群馬	61	43	18	△ 3	80	51	29	4	△ 19	△ 8	△ 11	△ 7
埼玉	211	113	98	46	169	91	78	21	42	22	20	25
千葉	146	77	69	△ 1	123	68	55	16	23	9	14	△ 17
東京	422	221	201	36	410	230	180	66	12	△ 9	21	△ 30
神奈川	207	101	106	35	201	110	91	59	6	△ 9	15	△ 24
新潟	68	36	32	12	74	39	35	19	△ 6	△ 3	△ 3	△ 7
富山	41	24	17	27	24	11	13	9	17	13	4	18
石川	40	25	15	13	32	19	13	14	8	6	2	△ 1
福井	24	12	12	8	10	7	3	2	14	5	9	6
山梨	64	34	30	20	80	57	23	31	△ 16	△ 23	7	△ 11
岐阜	43	29	14	1	60	36	24	△ 46	△ 17	△ 7	△ 10	47
静岡	56	34	22	△ 3	78	46	32	△ 5	△ 22	△ 12	△ 10	2
愛知	187	106	81	30	223	134	89	29	△ 36	△ 28	△ 8	1
三重	31	20	11	△ 19	27	16	11	19	4	4	0	△ 38
滋賀	18	13	5	8	19	9	10	6	△ 1	4	△ 5	2
京都	23	13	10	△ 5	31	15	16	1	△ 8	△ 2	△ 6	△ 6
大阪	70	34	36	9	79	40	39	11	△ 9	△ 6	△ 3	△ 2
兵庫	49	28	21	19	47	28	19	18	2	0	2	1
奈良	8	5	3	1	7	3	4	5	1	2	△ 1	△ 4
和歌山	4	3	1	△ 7	9	3	6	8	△ 5	0	△ 5	△ 15
鳥取	8	4	4	7	3	2	1	3	5	2	3	4
島根	2	0	2	△ 2	5	3	2	4	△ 3	△ 3	0	△ 6
岡山	12	6	6	4	5	1	4	△ 9	7	5	2	13
広島	19	12	7	△ 15	13	11	2	△ 7	6	1	5	△ 8
山口	10	5	5	3	4	1	3	△ 5	6	4	2	8
徳島	8	5	3	△ 3	2	2	0	0	6	3	3	△ 3
香川	8	4	4	2	12	7	5	5	△ 4	△ 3	△ 1	△ 3
愛媛	14	11	3	10	5	3	2	△ 1	9	8	1	11
高知	7	5	2	5	2	1	1	1	5	4	1	4
福岡	36	16	20	8	18	13	5	△ 10	18	3	15	18
佐賀	6	4	2	6	5	2	3	0	1	2	△ 1	6
長崎	13	6	7	4	4	2	2	2	9	4	5	2
熊本	12	10	2	1	10	6	4	2	2	4	△ 2	△ 1
大分	4	2	2	△ 2	5	2	3	4	△ 1	0	△ 1	△ 6
宮崎	8	6	2	5	3	2	1	1	5	4	1	4
鹿児島	26	9	17	16	7	3	4	3	19	6	13	13
沖縄	31	17	14	13	26	13	13	8	5	4	1	5
国不	782	389	393	8	388	193	195	△ 28	394	196	198	36
不明	17	11	6	8	0	0	0	0	17	11	6	8

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

（人口について）

- (1) 県計人口は、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、県計と市町村別の人口の合計は、一定時点で見た場合、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。

（世帯数について）

- (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。

- (5) 市町村における世帯増減を把握し、市町村別の世帯数を算出したうえで、その合計をもって県計世帯数としています。

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。