

長野県の人口と世帯数(推計結果)

— 令和7年8月1日現在 —

毎月人口異動調査に基づく、令和7年8月1日現在の長野県の人口と世帯数の推計結果は

人 口 1,974,161 人 (前月比 522 人 減)となりました。

世帯数 860,946 世帯 (前月比 595 世帯 増)となりました。

当 月 の 状 況

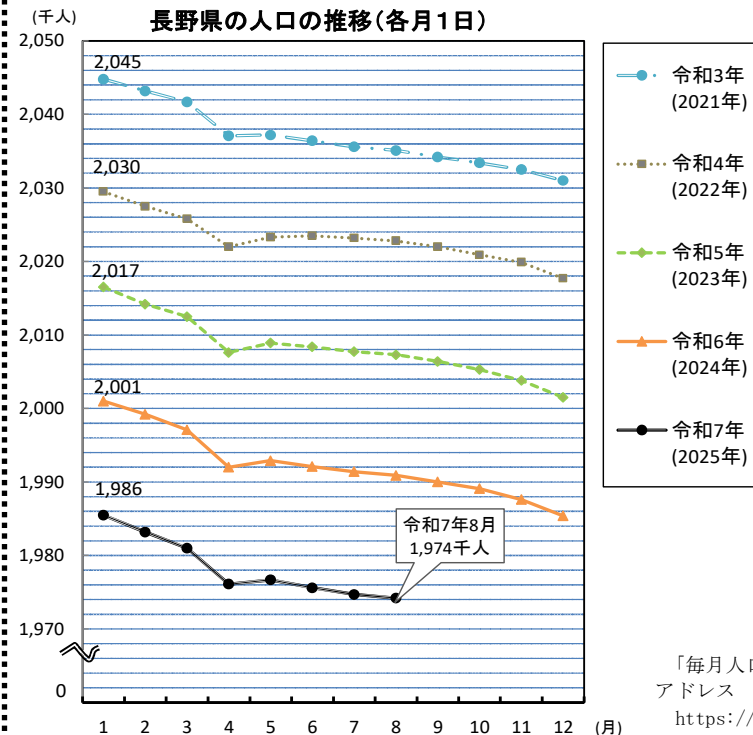
人 口 と 世 帯 数		前月(令和7年7月1日現在)との比較		増 減 内 訳	
総人口	1,974,161 人	人口増減数	△ 522 人	自然増減	△ 1,103 人
男	966,993 人	男	△ 217 人	社会増減	581 人
女	1,007,168 人	女	△ 305 人	・転入-転出	600 人
				(国外含む県外)	
世帯数	860,946 世帯	世帯増減数	595 世帯	・その他増減	△ 19 人
		※三角(△)表記はマイナスを表す		(職権記載・消除等)	

○ 令和7年7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 926 (△ 4.4) 死亡 2,029 (△ 10.7)

社会動態 転入 3,193 (△ 3.1) 転出 2,593 (6.6)

○ 前月に比べて人口が増加した市町村は26市町村、減少した市町村は49市町村、増減のなかった市町村は2町村でした。



日本人・外国人別人口増減の状況 (令和7年7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	1,931,414	△ 976	△ 1,111	135
外国人	42,747	454	8	446

主な転入・転出先 (令和7年7月中)

順位	転 入(人)	転 出(人)
1	国 外 920	国 外 508
2	東 京 都 475	東 京 都 431
3	埼 玉 県 234	愛 知 県 227
4	神 奈 川 県 210	埼 玉 県 221
5	愛 知 県 183	神 奈 川 県 176

「毎月人口異動調査」の結果は県ホームページからご覧いただけます。
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）8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8月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和7年7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	860,946	1,974,161	966,993	1,007,168	-522	926	2,029	5,461	3,193	4,874	2,593	-19
長 野 市	160,422	359,001	175,071	183,930	-120	189	337	733	447	706	430	1
松 本 市	108,763	235,817	115,708	120,109	-47	109	223	715	444	643	360	-5
上 田 市	67,070	149,388	73,315	76,073	26	65	149	381	231	259	153	-12
岡 谷 市	19,216	44,862	21,815	23,047	-48	22	48	90	42	114	44	2
飯 田 市	39,223	92,376	44,752	47,624	-85	55	101	195	112	230	133	-4
諏 訪 市	21,496	46,734	22,886	23,848	23	25	46	207	127	166	75	3
須 坂 市	19,515	48,069	23,625	24,444	-20	14	53	114	56	101	36	6
小 諸 市	17,622	40,136	19,607	20,529	2	21	38	143	92	125	73	1
伊 那 市	28,243	63,459	31,133	32,326	-3	28	64	167	85	134	68	0
駒ヶ根市	13,599	30,925	15,211	15,714	7	15	35	86	52	59	37	0
中 野 市	16,338	40,113	19,486	20,627	-10	24	45	115	75	103	52	-1
大 町 市	10,877	24,218	11,747	12,471	3	2	18	84	56	65	28	0
飯 山 市	7,068	17,579	8,575	9,004	-55	10	24	24	11	64	33	-1
茅 野 市	24,927	54,944	27,555	27,389	10	22	52	185	117	146	81	1
塩 尻 市	29,263	65,429	32,814	32,615	-4	32	61	206	80	184	87	3
佐 久 市	41,737	96,724	47,414	49,310	7	38	90	282	168	222	134	-1
千 曲 市	22,947	57,307	27,600	29,707	-32	30	69	124	52	121	53	4
東 御 市	11,658	28,873	14,264	14,609	-8	14	36	83	37	67	27	-2
安曇野市	38,503	92,439	44,566	47,873	-27	48	99	251	117	231	124	4
市 計	698,487	1,588,393	777,144	811,249	-381	763	1,588	4,185	2,401	3,740	2,028	-1
南佐久郡	9,641	23,082	12,515	10,567	-6	13	30	96	76	79	47	-6
小 海 町	1,856	4,059	2,038	2,021	7	8	7	18	10	10	4	-2
佐久穂町	3,945	9,586	4,698	4,888	-5	3	8	18	11	18	7	0
川 上 村	1,817	4,570	3,019	1,551	3	1	6	36	34	24	16	-4
南 牧 村	1,325	3,323	1,976	1,347	-3	0	6	21	19	18	16	0
南相木村	392	882	443	439	2	1	0	2	2	1	0	0
北相木村	306	662	341	321	-10	0	3	1	0	8	4	0
北佐久郡	19,762	42,622	20,766	21,856	40	12	36	245	188	177	100	-4
軽井沢町	9,477	19,972	9,537	10,435	23	5	21	149	125	106	61	-4
御代田町	7,711	16,529	8,158	8,371	6	7	12	74	50	63	37	0
立 科 町	2,574	6,121	3,071	3,050	11	0	3	22	13	8	2	0
小 県 郡	3,877	8,994	4,447	4,547	-5	2	11	17	6	13	7	0
長 和 町	2,329	5,176	2,595	2,581	-1	1	9	17	6	10	4	0
青 木 村	1,548	3,818	1,852	1,966	-4	1	2	0	0	3	3	0
諏 訪 郡	16,831	39,155	18,956	20,199	-1	14	44	122	77	94	52	1
下諏訪町	7,756	17,731	8,510	9,221	-8	8	21	32	13	27	8	0
富士見町	5,955	13,730	6,715	7,015	-1	2	13	58	51	49	34	1
原 村	3,120	7,694	3,731	3,963	8	4	10	32	13	18	10	0
上伊那郡	33,591	78,888	38,855	40,033	-30	48	62	213	104	231	105	2
辰 野 町	7,016	17,185	8,319	8,866	-12	4	14	55	22	56	24	-1
箕 輪 町	10,322	24,366	12,226	12,140	-7	21	13	65	38	81	41	1
飯 島 町	3,612	8,498	4,147	4,351	-11	3	16	18	11	16	9	0
南箕輪村	7,196	16,117	8,013	8,104	11	14	10	50	17	45	17	2
中 川 村	1,779	4,395	2,092	2,303	-9	2	5	4	4	9	2	-1
宮 田 村	3,666	8,327	4,058	4,269	-2	4	4	21	12	24	12	1

総数

市 町 村 名	令和7年8月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和7年7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		
下 伊 那 郡	20,511	53,500	26,068	27,432	-17	20	69	150	81	119	56	1	
松 川 町	4,550	11,864	5,788	6,076	-9	3	11	24	9	22	7	-3	
高 森 町	4,598	12,407	6,012	6,395	3	5	10	39	21	33	11	2	
阿 南 町	1,455	3,766	1,809	1,957	1	4	12	11	1	3	2	1	
阿 智 村	2,210	5,714	2,738	2,976	19	1	5	46	39	22	13	-1	
平 谷 村	194	370	186	184	-1	0	0	0	0	1	1	0	
根 羽 村	378	771	397	374	-1	0	2	3	1	3	3	1	
下 條 村	1,133	3,200	1,535	1,665	-7	0	6	3	2	4	3	0	
売 木 村	270	487	244	243	1	0	0	3	3	3	1	1	
天 龍 村	466	945	456	489	-5	0	2	0	0	3	2	0	
泰 阜 村	551	1,369	640	729	-9	0	8	0	0	1	1	0	
喬 木 村	2,022	5,552	2,719	2,833	4	6	5	11	0	8	3	0	
豊 丘 村	2,180	6,158	3,062	3,096	-13	1	8	7	4	13	7	0	
大 鹿 村	504	897	482	415	0	0	0	3	1	3	2	0	
木 曽 郡	10,483	22,857	11,157	11,700	4	12	29	69	35	48	19	0	
上 松 町	1,681	3,697	1,842	1,855	-15	2	4	3	1	16	4	0	
南 木 曽 町	1,528	3,532	1,752	1,780	4	2	4	12	10	6	6	0	
木 曽 町	4,552	9,598	4,685	4,913	21	4	13	46	19	16	5	0	
木 祖 村	974	2,381	1,088	1,293	-3	2	4	3	0	4	2	0	
王 滝 村	347	628	304	324	-2	0	1	3	3	4	2	0	
大 桑 村	1,401	3,021	1,486	1,535	-1	2	3	2	2	2	0	0	
東 筑 摩 郡	7,829	19,694	9,650	10,044	-26	6	20	28	14	40	11	0	
麻 績 村	870	2,264	1,080	1,184	-4	0	1	1	1	4	0	0	
生 坂 村	652	1,513	766	747	-5	0	3	3	2	5	2	0	
山 形 村	3,175	8,200	4,010	4,190	-11	4	11	15	6	19	3	0	
朝 日 村	1,491	3,993	1,961	2,032	-2	1	3	4	3	4	2	0	
筑 北 村	1,641	3,724	1,833	1,891	-4	1	2	5	2	8	4	0	
北 安 曇 郡	12,530	29,062	14,279	14,783	-13	11	38	136	92	115	64	-7	
池 田 町	3,629	8,729	4,231	4,498	0	2	12	24	6	14	5	0	
松 川 村	3,757	9,559	4,587	4,972	-6	2	14	21	5	15	4	0	
白 馬 村	3,980	8,325	4,170	4,155	-13	5	10	64	56	68	40	-4	
小 谷 村	1,164	2,449	1,291	1,158	6	2	2	27	25	18	15	-3	
埴 科 郡	5,458	12,944	6,416	6,528	-27	6	15	35	21	53	23	0	
坂 城 町	5,458	12,944	6,416	6,528	-27	6	15	35	21	53	23	0	
上 高 井 郡	6,268	16,683	8,046	8,637	-5	5	22	38	12	29	8	3	
小 布 施 町	3,939	10,558	5,022	5,536	-11	4	16	17	7	16	2	0	
高 山 村	2,329	6,125	3,024	3,101	6	1	6	21	5	13	6	3	
下 高 井 郡	7,221	17,341	8,403	8,938	-16	5	27	90	64	80	46	-4	
山ノ内町	4,452	10,358	5,024	5,334	2	3	19	60	44	39	19	-3	
木 島 平 村	1,538	3,966	1,929	2,037	3	1	3	15	6	10	4	0	
野沢温泉村	1,231	3,017	1,450	1,567	-21	1	5	15	14	31	23	-1	
上 水 内 郡	7,800	18,707	9,229	9,478	-50	9	34	34	21	55	26	-4	
信 濃 町	3,092	7,087	3,500	3,587	-22	3	6	16	11	31	20	-4	
飯 綱 町	3,775	9,605	4,714	4,891	-22	5	21	15	9	21	6	0	
小 川 村	933	2,015	1,015	1,000	-6	1	7	3	1	3	0	0	
下 水 内 郡	657	1,428	679	749	-2	0	4	3	1	1	1	0	
栄 村	657	1,428	679	749	-2	0	4	3	1	1	1	0	
郡 計	162,459	384,957	189,466	195,491	-154	163	441	1,276	792	1,134	565	-18	

令和7年（2025年）8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8月1日現在			対前月	令和7年7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	1,931,414	946,430	984,984	-976	912	2,023	4,081	1,999	4,011	1,908	44
長 野 市	355,044	173,271	181,773	-161	188	336	624	350	644	381	7
松 本 市	231,539	113,808	117,731	-134	107	221	558	309	582	313	4
上 田 市	144,876	71,083	73,793	-24	65	148	278	141	218	115	-1
岡 谷 市	44,013	21,426	22,587	-42	22	48	82	36	98	35	0
飯 田 市	90,212	43,874	46,338	-83	55	100	151	76	189	98	0
諏 訪 市	45,197	22,139	23,058	-2	23	46	155	81	138	50	4
須 坂 市	47,255	23,289	23,966	-40	14	53	88	36	91	31	2
小 諸 市	39,023	19,186	19,837	8	21	38	99	51	75	40	1
伊 那 市	61,631	30,308	31,323	-9	28	64	137	61	110	53	0
駒ヶ根市	30,084	14,819	15,265	-3	15	35	63	30	46	24	0
中 野 市	39,229	19,212	20,017	-30	23	45	61	28	68	21	-1
大 町 市	23,548	11,536	12,012	-13	2	18	53	30	50	15	0
飯 山 市	17,363	8,493	8,870	-50	10	24	18	7	54	26	0
茅 野 市	53,702	26,937	26,765	-29	21	52	121	65	123	62	4
塩 尻 市	63,979	32,101	31,878	-13	31	61	172	52	157	64	2
佐 久 市	95,249	46,794	48,455	-16	38	90	219	112	183	104	0
千 曲 市	56,283	27,155	29,128	-39	29	69	95	26	100	33	6
東 御 市	28,201	13,906	14,295	-8	14	36	66	23	54	18	2
安 曇 野 市	90,986	43,956	47,030	-29	48	98	208	84	189	90	2
市 計	1,557,414	763,293	794,121	-717	754	1,582	3,248	1,598	3,169	1,573	32
南 佐 久 郡	20,546	10,185	10,361	-29	12	30	28	15	39	13	0
小 海 町	3,857	1,877	1,980	0	7	7	9	4	9	3	0
佐 久 穂 町	9,483	4,643	4,840	-8	3	8	12	7	15	4	0
川 上 村	3,143	1,637	1,506	-9	1	6	1	0	5	2	0
南 牧 村	2,593	1,300	1,293	-7	0	6	3	2	4	3	0
南 相 木 村	861	432	429	2	1	0	2	2	1	0	0
北 相 木 村	609	296	313	-7	0	3	1	0	5	1	0
北 佐 久 郡	41,150	20,024	21,126	-2	12	36	167	119	145	73	0
軽 井 沢 町	19,221	9,152	10,069	7	5	21	104	81	81	40	0
御 代 田 町	15,937	7,881	8,056	-12	7	12	50	31	57	32	0
立 科 町	5,992	2,991	3,001	3	0	3	13	7	7	1	0
小 県 郡	8,875	4,386	4,489	-6	2	11	14	3	11	5	0
長 和 町	5,110	2,571	2,539	-3	1	9	14	3	9	3	0
青 木 村	3,765	1,815	1,950	-3	1	2	0	0	2	2	0
諏 訪 郡	38,294	18,545	19,749	-9	14	44	88	48	68	33	1
下 諏 訪 町	17,418	8,390	9,028	-8	8	21	28	9	23	5	0
富 士 見 町	13,361	6,500	6,861	-14	2	13	30	26	34	22	1
原 村	7,515	3,655	3,860	13	4	10	30	13	11	6	0
上 伊 那 郡	76,567	37,821	38,746	-35	46	62	156	60	178	69	3
辰 野 町	16,780	8,143	8,637	-12	4	14	44	19	45	15	-1
箕 輪 町	23,577	11,874	11,703	-5	20	13	45	21	57	28	0
飯 島 町	8,193	4,005	4,188	-8	3	16	16	9	11	4	0
南 箕 輪 村	15,745	7,842	7,903	-3	13	10	33	2	42	16	3
中 川 村	4,311	2,063	2,248	-8	2	5	3	3	8	1	0
宮 田 村	7,961	3,894	4,067	1	4	4	15	6	15	5	1

日本人

市 町 村 名	令和7年8月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年7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	52,434	25,584	26,850	-50	20	69	96	33	101	45	4
松 川 町	11,680	5,688	5,992	-13	3	11	19	5	21	6	-3
高 森 町	12,148	5,884	6,264	-3	5	10	23	10	25	10	4
阿 南 町	3,704	1,798	1,906	1	4	12	11	1	3	2	1
阿 智 村	5,477	2,627	2,850	-10	1	5	13	6	19	10	0
平 谷 村	367	183	184	-1	0	0	0	0	1	1	0
根 羽 村	750	391	359	1	0	2	3	1	1	1	1
下 條 村	3,166	1,526	1,640	-6	0	6	3	2	3	2	0
売 木 村	480	239	241	1	0	0	3	3	3	1	1
天 龍 村	938	454	484	-5	0	2	0	0	3	2	0
泰 阜 村	1,348	632	716	-9	0	8	0	0	1	1	0
喬 木 村	5,482	2,686	2,796	4	6	5	11	0	8	3	0
豊 丘 村	6,019	3,010	3,009	-10	1	8	7	4	10	4	0
大 鹿 村	875	466	409	0	0	0	3	1	3	2	0
木 曾 郡	22,463	11,052	11,411	-3	12	29	56	24	42	15	0
上 松 町	3,604	1,828	1,776	-15	2	4	3	1	16	4	0
南 木 曾 町	3,489	1,735	1,754	4	2	4	12	10	6	6	0
木 曾 町	9,450	4,648	4,802	16	4	13	37	10	12	2	0
木 祖 村	2,354	1,083	1,271	-5	2	4	1	0	4	2	0
王 滝 村	616	302	314	-1	0	1	2	2	2	1	0
大 桑 村	2,950	1,456	1,494	-2	2	3	1	1	2	0	0
東 筑 摩 郡	19,370	9,519	9,851	-28	6	20	25	12	39	10	0
麻 績 村	2,249	1,078	1,171	-4	0	1	1	1	4	0	0
生 坂 村	1,493	757	736	-6	0	3	2	2	5	2	0
山 形 村	7,999	3,929	4,070	-13	4	11	13	4	19	3	0
朝 日 村	3,942	1,939	2,003	-1	1	3	4	3	3	1	0
筑 北 村	3,687	1,816	1,871	-4	1	2	5	2	8	4	0
北 安 曇 郡	27,937	13,646	14,291	-26	9	38	75	35	74	25	2
池 田 町	8,622	4,188	4,434	0	1	12	24	6	13	4	0
松 川 村	9,392	4,513	4,879	-7	2	14	19	3	14	3	0
白 馬 村	7,624	3,745	3,879	-19	4	10	25	20	40	13	2
小 谷 村	2,299	1,200	1,099	0	2	2	7	6	7	5	0
埴 科 郡	12,425	6,075	6,350	-19	6	15	19	5	29	6	0
坂 城 町	12,425	6,075	6,350	-19	6	15	19	5	29	6	0
上 高 井 郡	16,489	7,955	8,534	-9	5	22	32	9	27	8	3
小 布 施 町	10,467	4,989	5,478	-14	4	16	12	4	14	2	0
高 山 村	6,022	2,966	3,056	5	1	6	20	5	13	6	3
下 高 井 郡	16,856	8,239	8,617	-31	5	27	43	19	52	20	0
山 ノ 内 町	10,024	4,926	5,098	-19	3	19	25	11	28	8	0
木 島 平 村	3,936	1,921	2,015	6	1	3	13	4	5	1	0
野沢温泉村	2,896	1,392	1,504	-18	1	5	5	4	19	11	0
上 水 内 郡	18,479	9,110	9,369	-30	9	34	32	19	36	12	-1
信 濃 町	6,919	3,408	3,511	-2	3	6	15	10	13	6	-1
飯 綱 町	9,565	4,698	4,867	-22	5	21	14	8	20	6	0
小 川 村	1,995	1,004	991	-6	1	7	3	1	3	0	0
下 水 内 郡	1,406	674	732	-3	0	4	2	0	1	1	0
栄 村	1,406	674	732	-3	0	4	2	0	1	1	0
郡 計	373,291	182,815	190,476	-280	158	441	833	401	842	335	12

令和7年（2025年）8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 —

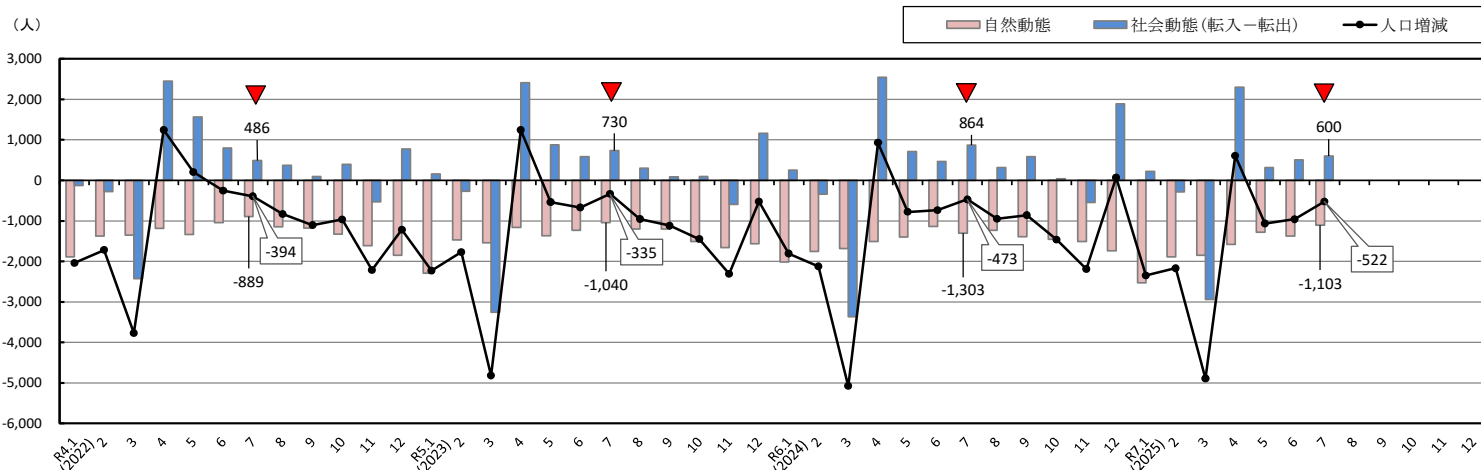
外国人

市 町 村 名	令和7年8月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年7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	42,747	20,563	22,184	454	14	6	1,380	1,194	863	685	-63
長 野 市	3,957	1,800	2,157	41	1	1	109	97	62	49	-6
松 本 市	4,278	1,900	2,378	87	2	2	157	135	61	47	-9
上 田 市	4,512	2,232	2,280	50	0	1	103	90	41	38	-11
岡 谷 市	849	389	460	-6	0	0	8	6	16	9	2
飯 田 市	2,164	878	1,286	-2	0	1	44	36	41	35	-4
諏 訪 市	1,537	747	790	25	2	0	52	46	28	25	-1
須 坂 市	814	336	478	20	0	0	26	20	10	5	4
小 諸 市	1,113	421	692	-6	0	0	44	41	50	33	0
伊 那 市	1,828	825	1,003	6	0	0	30	24	24	15	0
駒ヶ根市	841	392	449	10	0	0	23	22	13	13	0
中 野 市	884	274	610	20	1	0	54	47	35	31	0
大 町 市	670	211	459	16	0	0	31	26	15	13	0
飯 山 市	216	82	134	-5	0	0	6	4	10	7	-1
茅 野 市	1,242	618	624	39	1	0	64	52	23	19	-3
塩 尻 市	1,450	713	737	9	1	0	34	28	27	23	1
佐 久 市	1,475	620	855	23	0	0	63	56	39	30	-1
千 曲 市	1,024	445	579	7	1	0	29	26	21	20	-2
東 御 市	672	358	314	0	0	0	17	14	13	9	-4
安曇野市	1,453	610	843	2	0	1	43	33	42	34	2
市 計	30,979	13,851	17,128	336	9	6	937	803	571	455	-33
南佐久郡	2,536	2,330	206	23	1	0	68	61	40	34	-6
小 海 町	202	161	41	7	1	0	9	6	1	1	-2
佐久穂町	103	55	48	3	0	0	6	4	3	3	0
川 上 村	1,427	1,382	45	12	0	0	35	34	19	14	-4
南 牧 村	730	676	54	4	0	0	18	17	14	13	0
南相木村	21	11	10	0	0	0	0	0	0	0	0
北相木村	53	45	8	-3	0	0	0	0	3	3	0
北佐久郡	1,472	742	730	42	0	0	78	69	32	27	-4
軽井沢町	751	385	366	16	0	0	45	44	25	21	-4
御代田町	592	277	315	18	0	0	24	19	6	5	0
立 科 町	129	80	49	8	0	0	9	6	1	1	0
小 県 郡	119	61	58	1	0	0	3	3	2	2	0
長 和 町	66	24	42	2	0	0	3	3	1	1	0
青 木 村	53	37	16	-1	0	0	0	0	1	1	0
諏 訪 郡	861	411	450	8	0	0	34	29	26	19	0
下諏訪町	313	120	193	0	0	0	4	4	4	3	0
富士見町	369	215	154	13	0	0	28	25	15	12	0
原 村	179	76	103	-5	0	0	2	0	7	4	0
上伊那郡	2,321	1,034	1,287	5	2	0	57	44	53	36	-1
辰 野 町	405	176	229	0	0	0	11	3	11	9	0
箕 輪 町	789	352	437	-2	1	0	20	17	24	13	1
飯 島 町	305	142	163	-3	0	0	2	2	5	5	0
南箕輪村	372	171	201	14	1	0	17	15	3	1	-1
中 川 村	84	29	55	-1	0	0	1	1	1	1	-1
宮 田 村	366	164	202	-3	0	0	6	6	9	7	0

外国人

市 町 村 名	令和7年8月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年7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	1,066	484	582	33	0	0	54	48	18	11	-3
松 川 町	184	100	84	4	0	0	5	4	1	1	0
高 森 町	259	128	131	6	0	0	16	11	8	1	-2
阿 南 町	62	11	51	0	0	0	0	0	0	0	0
阿 智 村	237	111	126	29	0	0	33	33	3	3	-1
平 谷 村	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根 羽 村	21	6	15	-2	0	0	0	0	2	2	0
下 條 村	34	9	25	-1	0	0	0	0	1	1	0
売 木 村	7	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0
天 龍 村	7	2	5	0	0	0	0	0	0	0	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	0	0	0
豊 丘 村	139	52	87	-3	0	0	0	0	3	3	0
大 鹿 村	22	16	6	0	0	0	0	0	0	0	0
木 曾 郡	394	105	289	7	0	0	13	11	6	4	0
上 松 町	93	14	79	0	0	0	0	0	0	0	0
南 木 曾 町	43	17	26	0	0	0	0	0	0	0	0
木 曾 町	148	37	111	5	0	0	9	9	4	3	0
木 祖 村	27	5	22	2	0	0	2	0	0	0	0
王 滝 村	12	2	10	-1	0	0	1	1	2	1	0
大 桑 村	71	30	41	1	0	0	1	1	0	0	0
東 筑 摩 郡	324	131	193	2	0	0	3	2	1	1	0
麻 績 村	15	2	13	0	0	0	0	0	0	0	0
生 坂 村	20	9	11	1	0	0	1	0	0	0	0
山 形 村	201	81	120	2	0	0	2	2	0	0	0
朝 日 村	51	22	29	-1	0	0	0	0	1	1	0
筑 北 村	37	17	20	0	0	0	0	0	0	0	0
北 安 曇 郡	1,125	633	492	13	2	0	61	57	41	39	-9
池 田 町	107	43	64	0	1	0	0	0	1	1	0
松 川 村	167	74	93	1	0	0	2	2	1	1	0
白 馬 村	701	425	276	6	1	0	39	36	28	27	-6
小 谷 村	150	91	59	6	0	0	20	19	11	10	-3
埴 科 郡	519	341	178	-8	0	0	16	16	24	17	0
坂 城 町	519	341	178	-8	0	0	16	16	24	17	0
上 高 井 郡	194	91	103	4	0	0	6	3	2	0	0
小 布 施 町	91	33	58	3	0	0	5	3	2	0	0
高 山 村	103	58	45	1	0	0	1	0	0	0	0
下 高 井 郡	485	164	321	15	0	0	47	45	28	26	-4
山 ノ 内 町	334	98	236	21	0	0	35	33	11	11	-3
木 島 平 村	30	8	22	-3	0	0	2	2	5	3	0
野沢温泉村	121	58	63	-3	0	0	10	10	12	12	-1
上 水 内 郡	228	119	109	-20	0	0	2	2	19	14	-3
信 濃 町	168	92	76	-20	0	0	1	1	18	14	-3
飯 綱 町	40	16	24	0	0	0	1	1	1	0	0
小 川 村	20	11	9	0	0	0	0	0	0	0	0
下 水 内 郡	22	5	17	1	0	0	1	1	0	0	0
栄 村	22	5	17	1	0	0	1	1	0	0	0
郡 計	11,666	6,651	5,015	126	5	0	443	391	292	230	-30

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7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	926	△ 4.4	2,029	△ 10.7	3,193	△ 3.1	2,593	6.6	△ 19
	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
1～7月計	5,826	△ 6.9	17,440	2.2	29,166	2.5	28,457	4.1	△ 447
	6,260	△ 5.4	17,067	2.1	28,454	1.4	27,336	1.9	△ 387
月計	6,625	—	16,613	—	28,028	—	26,418	—	△ 266

※ 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7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)	3,193	1,720	1473	△ 103	2,593	1,395	1198	161	600	325	275	△ 264
北海道	48	20	28	△ 7	47	23	24	1	1	△ 3	4	△ 8
青森	4	1	3	△ 5	5	3	2	△ 2	△ 1	△ 2	1	△ 3
岩手	8	4	4	△ 2	8	4	4	△ 1	0	0	0	△ 1
宮城	22	14	8	0	16	10	6	△ 16	6	4	2	16
秋田	16	7	9	4	3	3	0	△ 4	13	4	9	8
山形	7	3	4	△ 5	6	2	4	△ 2	1	1	0	△ 3
福島	14	7	7	△ 5	11	8	3	3	3	△ 1	4	△ 8
茨城	51	32	19	12	57	43	14	9	△ 6	△ 11	5	3
栃木	29	19	10	△ 9	37	23	14	2	△ 8	△ 4	△ 4	△ 11
群馬	87	49	38	4	106	62	44	23	△ 19	△ 13	△ 6	△ 19
埼玉	234	136	98	37	221	124	97	5	13	12	1	32
千葉	155	81	74	23	96	53	43	6	59	28	31	17
東京	475	258	217	44	431	225	206	△ 13	44	33	11	57
神奈川	210	111	99	△ 79	176	91	85	7	34	20	14	△ 86
新潟	92	59	33	31	71	43	28	△ 2	21	16	5	33
富山	22	14	8	1	16	9	7	△ 8	6	5	1	9
石川	41	21	20	17	17	11	6	2	24	10	14	15
福井	10	7	3	2	21	5	16	10	△ 11	2	△ 13	△ 8
山梨	52	28	24	△ 4	63	36	27	0	△ 11	△ 8	△ 3	△ 4
岐阜	53	29	24	3	49	22	27	7	4	7	△ 3	△ 4
静岡	70	39	31	△ 5	70	34	36	12	0	5	△ 5	△ 17
愛知	183	106	77	△ 21	227	128	99	43	△ 44	△ 22	△ 22	△ 64
三重	31	15	16	△ 5	24	13	11	△ 6	7	2	5	1
滋賀	23	14	9	△ 3	21	13	8	10	2	1	1	△ 13
京都	30	18	12	△ 1	25	14	11	7	5	4	1	△ 8
大阪	76	40	36	7	77	34	43	10	△ 1	6	△ 7	△ 3
兵庫	40	20	20	8	41	23	18	0	△ 1	△ 3	2	8
奈良	8	6	2	△ 3	5	2	3	0	3	4	△ 1	△ 3
和歌山	5	4	1	2	3	2	1	3	2	2	0	△ 1
鳥取	0	0	0	△ 5	2	0	2	1	△ 2	0	△ 2	△ 6
島根	3	0	3	1	2	1	1	1	1	△ 1	2	0
岡山	9	7	2	0	12	7	5	8	△ 3	0	△ 3	△ 8
広島	22	15	7	△ 1	23	11	12	7	△ 1	4	△ 5	△ 8
山口	10	7	3	5	3	0	3	1	7	7	0	4
徳島	5	5	0	2	0	0	0	0	5	5	0	2
香川	4	2	2	△ 4	5	5	0	△ 5	△ 1	△ 3	2	1
愛媛	3	0	3	△ 6	7	2	5	6	△ 4	△ 2	△ 2	△ 12
高知	3	2	1	△ 2	3	2	1	△ 3	0	0	0	1
福岡	25	16	9	2	22	11	11	△ 9	3	5	△ 2	11
佐賀	4	2	2	3	5	3	2	4	△ 1	△ 1	0	△ 1
長崎	15	5	10	4	2	2	0	△ 3	13	3	10	7
熊本	8	6	2	△ 4	14	8	6	1	△ 6	△ 2	△ 4	△ 5
大分	7	6	1	△ 7	1	0	1	△ 9	6	6	0	2
宮崎	6	1	5	2	2	1	1	△ 3	4	0	4	5
鹿児島	11	4	7	5	16	13	3	7	△ 5	△ 9	4	△ 2
沖縄	28	17	11	6	16	11	5	7	12	6	6	△ 1
国不	920	459	461	△ 146	508	255	253	44	412	204	208	△ 190
	14	4	10	1	0	0	0	0	14	4	10	1

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。