

長野県の人口と世帯数(推計結果)

— 令和7年11月1日現在 —

毎月人口異動調査に基づく、令和7年11月1日現在の長野県の人口と世帯数の推計結果は

人 口 1,970,876 人 (前月比 1,367 人 減)となりました。

世帯数 861,635 世帯 (前月比 116 世帯 増)となりました。

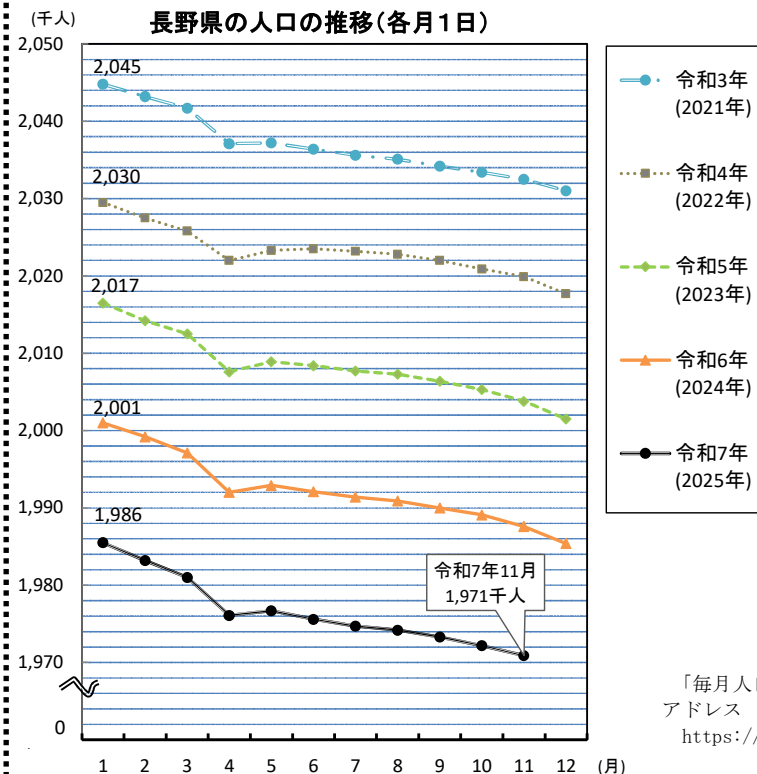
当 月 の 状 況

人 口 と 世 帯 数		前月(令和7年10月1日現在)との比較		増 減 内 訳	
総人口	1,970,876 人	人口増減数	△ 1,367 人	自然増減	△ 1,372 人
男	965,232 人	男	△ 835 人	社会増減	5 人
女	1,005,644 人	女	△ 532 人	・転入-転出	56 人
				(国外含む県外)	
世帯数	861,635 世帯	世帯増減数	116 世帯	・その他増減	△ 51 人
		※三角(△)表記はマイナスを表す		(職権記載・消除等)	

○ 令和7年10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	888	(△ 6.0)	死亡	2,260	(△ 5.8)
社会動態	転入	2,896	(1.1)	転出	2,840	(0.5)

○ 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58市町村、増減のなかった市町村は1村でした。



日本人・外国人別人口増減の状況 (令和7年10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	1,927,790	△ 1,175	△ 1,380	205
外国人	43,086	△ 192	8	△ 200

主な転入・転出先 (令和7年10月中)

順位	転 入(人)	転 出(人)
1	国 外 738	国 外 804
2	東 京 都 434	東 京 都 403
3	神 奈 川 県 242	埼 玉 県 186
4	愛 知 県 176	神 奈 川 県 185
5	埼 玉 県 175	愛 知 県 152

「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）11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11月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和7年10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
								転 入		転 出		
						出 生	死 亡	総 数	うち県外	総 数	うち県外	
県 計	861,635	1,970,876	965,232	1,005,644	-1,367	888	2,260	5,035	2,896	4,946	2,840	-51
長 野 市	160,675	358,741	174,943	183,798	-42	177	398	779	492	596	378	-4
松 本 市	108,921	235,650	115,653	119,997	11	116	224	668	407	546	295	-3
上 田 市	67,089	149,160	73,223	75,937	-67	68	140	352	228	325	203	-22
岡 谷 市	19,191	44,713	21,769	22,944	-10	21	53	113	51	89	40	-2
飯 田 市	39,236	92,187	44,628	47,559	-65	49	115	163	110	163	86	1
諏 訪 市	21,505	46,629	22,805	23,824	2	17	50	185	113	146	77	-4
須 坂 市	19,620	48,114	23,655	24,459	17	24	36	86	41	67	30	10
小 諸 市	17,627	40,082	19,571	20,511	-20	21	60	120	50	105	44	4
伊 那 市	28,303	63,417	31,118	32,299	-72	24	86	135	66	148	74	3
駒ヶ根市	13,635	30,881	15,194	15,687	-30	16	45	87	58	89	33	1
中 野 市	16,400	40,068	19,460	20,608	-17	22	41	100	61	93	39	-5
大 町 市	10,878	24,162	11,717	12,445	-40	9	35	64	35	78	44	0
飯 山 市	7,085	17,533	8,551	8,982	-38	5	40	42	26	45	18	0
茅 野 市	24,927	54,820	27,497	27,323	-38	15	58	159	86	155	106	1
塩 尻 市	29,335	65,404	32,804	32,600	-19	25	54	182	85	171	86	-1
佐 久 市	41,735	96,650	47,399	49,251	-44	51	114	235	131	217	116	1
千 曲 市	22,956	57,263	27,600	29,663	8	21	63	133	52	78	38	-5
東 御 市	11,657	28,815	14,226	14,589	-12	15	28	61	32	57	36	-3
安曇野市	38,596	92,375	44,535	47,840	-34	48	102	246	139	232	103	6
市 計	699,371	1,586,664	776,348	810,316	-510	744	1,742	3,910	2,263	3,400	1,846	-22
南佐久郡	9,413	22,507	11,994	10,513	-503	6	32	57	39	525	477	-9
小 海 町	1,835	4,011	2,003	2,008	-23	0	5	5	4	23	13	0
佐久穂町	3,942	9,550	4,680	4,870	-16	4	13	25	16	29	13	-3
川 上 村	1,671	4,178	2,636	1,542	-375	1	5	6	3	372	360	-5
南 牧 村	1,274	3,235	1,898	1,337	-82	1	6	19	15	96	87	0
南相木村	386	874	436	438	-3	0	1	1	1	2	2	-1
北相木村	305	659	341	318	-4	0	2	1	0	3	2	0
北佐久郡	19,823	42,646	20,737	21,909	-26	11	49	229	160	214	141	-3
軽井沢町	9,548	20,018	9,542	10,476	-13	5	21	111	87	107	70	-1
御代田町	7,723	16,541	8,144	8,397	4	5	20	105	64	84	55	-2
立 科 町	2,552	6,087	3,051	3,036	-17	1	8	13	9	23	16	0
小 県 郡	3,862	8,974	4,434	4,540	-10	2	12	18	10	19	13	1
長 和 町	2,322	5,157	2,588	2,569	-6	2	9	14	10	13	9	0
青 木 村	1,540	3,817	1,846	1,971	-4	0	3	4	0	6	4	1
諏 訪 郡	16,835	39,071	18,926	20,145	-52	13	65	98	49	96	42	-2
下諏訪町	7,755	17,689	8,493	9,196	-24	5	32	42	17	39	8	0
富士見町	5,957	13,690	6,700	6,990	-20	4	17	33	21	40	26	0
原 村	3,123	7,692	3,733	3,959	-8	4	16	23	11	17	8	-2
上伊那郡	33,677	78,787	38,835	39,952	-20	44	75	203	84	192	81	0
辰 野 町	6,998	17,119	8,310	8,809	-17	4	17	35	17	40	17	1
箕 輪 町	10,357	24,381	12,241	12,140	18	19	18	69	31	53	25	1
飯 島 町	3,640	8,475	4,139	4,336	-27	1	17	13	8	24	9	0
南箕輪村	7,227	16,121	8,003	8,118	26	16	11	60	21	38	14	-1
中 川 村	1,782	4,387	2,091	2,296	-3	3	2	5	3	9	1	0
宮 田 村	3,673	8,304	4,051	4,253	-17	1	10	21	4	28	15	-1

総数

市 町 村 名	令和7年11月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和7年10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	20,513	53,345	25,995	27,350	-39	25	84	128	54	107	40	-1	
松 川 町	4,568	11,866	5,788	6,078	13	12	18	29	8	10	3	0	
高 森 町	4,617	12,383	6,010	6,373	-10	6	15	29	16	29	8	-1	
阿 南 町	1,449	3,746	1,808	1,938	-11	0	12	7	0	6	4	0	
阿 智 村	2,205	5,687	2,720	2,967	-6	1	8	19	7	18	8	0	
平 谷 村	188	358	180	178	0	1	1	0	0	0	0	0	
根 羽 村	369	761	391	370	-5	0	3	2	1	4	4	0	
下 條 村	1,128	3,178	1,523	1,655	-4	2	2	3	3	7	2	0	
売 木 村	269	486	243	243	-1	0	0	0	0	1	1	0	
天 龍 村	467	937	449	488	-4	0	3	3	2	4	0	0	
泰 阜 村	549	1,364	637	727	-5	0	4	0	0	1	0	0	
喬 木 村	2,017	5,516	2,696	2,820	-13	0	11	9	3	11	4	0	
豊 丘 村	2,182	6,160	3,064	3,096	4	3	6	20	8	13	4	0	
大 鹿 村	505	903	486	417	3	0	1	7	6	3	2	0	
木 曽 郡	10,484	22,755	11,112	11,643	-34	4	43	50	28	45	27	0	
上 松 町	1,681	3,677	1,838	1,839	-6	0	6	4	1	4	1	0	
南 木 曽 町	1,534	3,522	1,745	1,777	-5	0	7	14	9	12	11	0	
木 曽 町	4,538	9,545	4,656	4,889	-22	3	18	14	8	21	12	0	
木 祖 村	975	2,376	1,094	1,282	1	1	4	8	6	4	1	0	
王 滝 村	350	628	303	325	-3	0	2	0	0	1	0	0	
大 桑 村	1,406	3,007	1,476	1,531	1	0	6	10	4	3	2	0	
東 筑 摩 郡	7,820	19,619	9,610	10,009	-7	8	27	51	16	41	14	2	
麻 績 村	864	2,255	1,076	1,179	3	4	2	5	3	4	1	0	
生 坂 村	652	1,500	759	741	-2	0	3	4	1	3	0	0	
山 形 村	3,181	8,177	3,997	4,180	2	3	14	32	8	19	7	0	
朝 日 村	1,489	3,982	1,958	2,024	-2	1	4	7	3	7	1	1	
筑 北 村	1,634	3,705	1,820	1,885	-8	0	4	3	1	8	5	1	
北 安 曇 郡	12,478	28,917	14,220	14,697	-28	6	25	126	85	120	67	-15	
池 田 町	3,623	8,709	4,226	4,483	-5	2	8	13	10	11	6	-1	
松 川 村	3,768	9,556	4,582	4,974	9	3	7	33	13	20	10	0	
白 馬 村	3,945	8,245	4,137	4,108	-26	0	6	64	51	70	43	-14	
小 谷 村	1,142	2,407	1,275	1,132	-6	1	4	16	11	19	8	0	
埴 科 郡	5,431	12,886	6,383	6,503	-38	7	16	17	11	46	28	0	
坂 城 町	5,431	12,886	6,383	6,503	-38	7	16	17	11	46	28	0	
上 高 井 郡	6,259	16,639	8,027	8,612	-13	8	17	24	9	28	13	0	
小 布 施 町	3,931	10,525	5,009	5,516	-16	4	10	13	6	23	11	0	
高 山 村	2,328	6,114	3,018	3,096	3	4	7	11	3	5	2	0	
下 高 井 郡	7,222	17,265	8,373	8,892	-44	4	36	59	38	69	32	-2	
山ノ内町	4,466	10,318	5,009	5,309	-27	1	16	44	26	56	26	0	
木 島 平 村	1,539	3,957	1,924	2,033	-8	2	11	3	2	2	1	0	
野沢温泉村	1,217	2,990	1,440	1,550	-9	1	9	12	10	11	5	-2	
上 水 内 郡	7,795	18,628	9,207	9,421	-4	6	32	63	49	41	17	0	
信 濃 町	3,089	7,053	3,492	3,561	19	0	10	44	41	15	4	0	
飯 綱 町	3,770	9,560	4,699	4,861	-25	4	20	9	5	18	9	0	
小 川 村	936	2,015	1,016	999	2	2	2	10	3	8	4	0	
下 水 内 郡	652	1,413	674	739	-6	0	5	2	1	3	2	0	
栄 村	652	1,413	674	739	-6	0	5	2	1	3	2	0	
郡 計	162,264	383,452	188,527	194,925	-824	144	518	1,125	633	1,546	994	-29	

令和7年（2025年）11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11月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年10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	1,927,790	944,757	983,033	-1,175	875	2,255	3,858	1,878	3,650	1,707	34
長 野 市	354,646	173,083	181,563	-105	176	398	641	370	526	318	2
松 本 市	231,235	113,671	117,564	-55	114	222	543	286	490	251	0
上 田 市	144,625	70,988	73,637	-83	65	139	236	125	241	126	-4
岡 谷 市	43,852	21,369	22,483	-26	20	53	89	32	81	33	-1
飯 田 市	89,962	43,738	46,224	-79	49	115	113	65	133	62	7
諏 訪 市	45,064	22,054	23,010	-29	17	50	116	51	112	54	0
須 坂 市	47,280	23,312	23,968	7	23	36	72	30	63	26	11
小 諸 市	38,996	19,175	19,821	-22	21	60	105	37	88	28	0
伊 那 市	61,544	30,271	31,273	-78	24	86	100	37	117	51	1
駒ヶ根市	30,009	14,773	15,236	-31	16	45	61	33	64	18	1
中 野 市	39,131	19,158	19,973	-27	21	41	62	29	73	19	4
大 町 市	23,489	11,510	11,979	-29	9	35	47	20	50	18	0
飯 山 市	17,300	8,460	8,840	-43	4	40	34	19	41	14	0
茅 野 市	53,599	26,887	26,712	-25	15	58	139	74	123	75	2
塩 尻 市	63,939	32,087	31,852	-15	25	54	151	57	138	57	1
佐 久 市	95,161	46,781	48,380	-31	51	114	200	101	173	88	5
千 曲 市	56,240	27,155	29,085	9	20	62	111	36	60	20	0
東 御 市	28,154	13,877	14,277	-3	15	28	52	23	42	23	0
安曇野市	90,841	43,869	46,972	-70	47	102	195	93	212	84	2
市 計	1,555,067	762,218	792,849	-735	732	1,738	3,067	1,518	2,827	1,365	31
南佐久郡	20,481	10,154	10,327	-34	6	32	39	23	47	20	0
小 海 町	3,835	1,865	1,970	-7	0	5	3	2	5	2	0
佐久穂町	9,458	4,632	4,826	-11	4	13	23	14	25	11	0
川 上 村	3,129	1,627	1,502	-9	1	5	2	1	7	4	0
南 牧 村	2,596	1,304	1,292	-3	1	6	10	6	8	2	0
南相木村	855	428	427	-2	0	1	0	0	1	1	0
北相木村	608	298	310	-2	0	2	1	0	1	0	0
北佐久郡	41,063	19,968	21,095	-28	11	49	168	106	159	94	1
軽井沢町	19,145	9,115	10,030	-23	5	21	78	59	86	52	1
御代田町	15,947	7,873	8,074	8	5	20	80	41	57	33	0
立 科 町	5,971	2,980	2,991	-13	1	8	10	6	16	9	0
小 県 郡	8,856	4,372	4,484	-6	2	12	17	9	14	8	1
長 和 町	5,094	2,563	2,531	-2	2	9	13	9	8	4	0
青 木 村	3,762	1,809	1,953	-4	0	3	4	0	6	4	1
諏 訪 郡	38,205	18,516	19,689	-52	13	65	78	34	78	26	0
下諏訪町	17,371	8,372	8,999	-28	5	32	38	14	39	8	0
富士見町	13,323	6,485	6,838	-18	4	17	20	12	25	12	0
原 村	7,511	3,659	3,852	-6	4	16	20	8	14	6	0
上伊那郡	76,411	37,768	38,643	-30	43	75	154	54	152	49	0
辰 野 町	16,717	8,132	8,585	-19	4	17	25	11	31	10	0
箕 輪 町	23,566	11,874	11,692	9	18	18	48	18	39	14	0
飯 島 町	8,167	3,999	4,168	-26	1	17	8	3	18	5	0
南箕輪村	15,741	7,827	7,914	24	16	11	53	16	34	11	0
中 川 村	4,302	2,062	2,240	-3	3	2	5	3	9	1	0
宮 田 村	7,918	3,874	4,044	-15	1	10	15	3	21	8	0

日本人

市 町 村 名	令和7年11月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年10月中の人口異動状況						
					自然動態		社 会 動 態				
	人口総数 (人)	男(人)	女(人)		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	52,241	25,484	26,757	-49	25	84	98	34	88	30	0
松川町	11,663	5,678	5,985	7	12	18	20	5	7	1	0
高森町	12,100	5,862	6,238	-13	6	15	22	11	26	7	0
阿南町	3,688	1,795	1,893	-11	0	12	7	0	6	4	0
阿智村	5,445	2,608	2,837	-9	1	8	12	2	14	4	0
平谷村	356	178	178	0	1	1	0	0	0	0	0
根羽村	740	386	354	-5	0	3	1	0	3	3	0
下條村	3,141	1,514	1,627	-7	2	2	0	0	7	2	0
売木村	479	238	241	-1	0	0	0	0	1	1	0
天龍村	929	447	482	-4	0	3	3	2	4	0	0
泰阜村	1,343	629	714	-5	0	4	0	0	1	0	0
喬木村	5,450	2,665	2,785	-13	0	11	9	3	11	4	0
豊丘村	6,023	3,012	3,011	9	3	6	17	5	5	2	0
大鹿村	884	472	412	3	0	1	7	6	3	2	0
木曾郡	22,344	10,998	11,346	-40	4	43	41	23	42	24	0
上松町	3,588	1,825	1,763	-6	0	6	4	1	4	1	0
南木曾町	3,471	1,723	1,748	-7	0	7	12	7	12	11	0
木曾町	9,394	4,617	4,777	-19	3	18	14	8	18	9	0
木祖村	2,349	1,089	1,260	1	1	4	8	6	4	1	0
王滝村	613	301	312	-3	0	2	0	0	1	0	0
大桑村	2,929	1,443	1,486	-6	0	6	3	1	3	2	0
東筑摩郡	19,290	9,473	9,817	-14	8	26	38	7	36	12	2
麻績村	2,238	1,074	1,164	1	4	2	3	1	4	1	0
生坂村	1,477	748	729	-5	0	3	1	0	3	0	0
山形村	7,978	3,916	4,062	0	3	13	25	3	15	5	0
朝日村	3,932	1,935	1,997	-2	1	4	6	2	6	1	1
筑北村	3,665	1,800	1,865	-8	0	4	3	1	8	5	1
北安曇郡	27,802	13,593	14,209	-33	6	25	67	29	80	36	-1
池田町	8,603	4,183	4,420	-5	2	8	13	10	11	6	-1
松川村	9,378	4,506	4,872	5	3	7	27	7	18	9	0
白馬村	7,548	3,713	3,835	-27	0	6	21	10	42	20	0
小谷村	2,273	1,191	1,082	-6	1	4	6	2	9	1	0
埴科郡	12,373	6,047	6,326	-22	7	16	8	4	21	6	0
坂城町	12,373	6,047	6,326	-22	7	16	8	4	21	6	0
上高井郡	16,451	7,940	8,511	-3	8	17	24	9	18	7	0
小布施町	10,437	4,979	5,458	-6	4	10	13	6	13	5	0
高山村	6,014	2,961	3,053	3	4	7	11	3	5	2	0
下高井郡	16,770	8,191	8,579	-49	4	36	30	13	47	11	0
山ノ内町	9,976	4,897	5,079	-27	1	16	25	10	37	7	0
木島平村	3,919	1,910	2,009	-8	2	11	3	2	2	1	0
野沢温泉村	2,875	1,384	1,491	-14	1	9	2	1	8	3	0
上水内郡	18,391	9,078	9,313	-37	6	32	27	14	38	17	0
信濃町	6,878	3,390	3,488	-14	0	10	9	7	13	4	0
飯綱町	9,517	4,683	4,834	-26	4	20	8	4	18	9	0
小川村	1,996	1,005	991	3	2	2	10	3	7	4	0
下水内郡	1,391	669	722	-6	0	5	2	1	3	2	0
栄村	1,391	669	722	-6	0	5	2	1	3	2	0
郡 計	372,069	182,251	189,818	-403	143	517	791	360	823	342	3

令和7年（2025年）11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 —

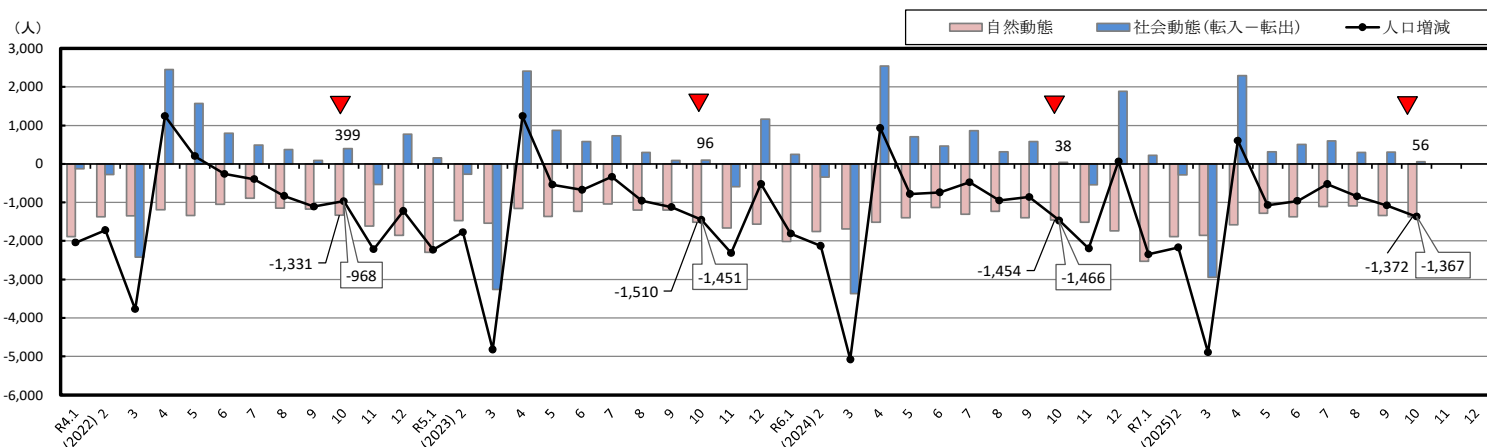
外国人

市 町 村 名	令和7年11月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年10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	
県 計	43,086	20,475	22,611	-192	13	5	1,177	1,018	1,296	1,133	-85
長 野 市	4,095	1,860	2,235	63	1	0	138	122	70	60	-6
松 本 市	4,415	1,982	2,433	66	2	2	125	121	56	44	-3
上 田 市	4,535	2,235	2,300	16	3	1	116	103	84	77	-18
岡 谷 市	861	400	461	16	1	0	24	19	8	7	-1
飯 田 市	2,225	890	1,335	14	0	0	50	45	30	24	-6
諏 訪 市	1,565	751	814	31	0	0	69	62	34	23	-4
須 坂 市	834	343	491	10	1	0	14	11	4	4	-1
小 諸 市	1,086	396	690	2	0	0	15	13	17	16	4
伊 那 市	1,873	847	1,026	6	0	0	35	29	31	23	2
駒ヶ根市	872	421	451	1	0	0	26	25	25	15	0
中 野 市	937	302	635	10	1	0	38	32	20	20	-9
大 町 市	673	207	466	-11	0	0	17	15	28	26	0
飯 山 市	233	91	142	5	1	0	8	7	4	4	0
茅 野 市	1,221	610	611	-13	0	0	20	12	32	31	-1
塩 尻 市	1,465	717	748	-4	0	0	31	28	33	29	-2
佐 久 市	1,489	618	871	-13	0	0	35	30	44	28	-4
千 曲 市	1,023	445	578	-1	1	1	22	16	18	18	-5
東 御 市	661	349	312	-9	0	0	9	9	15	13	-3
安 曇 野 市	1,534	666	868	36	1	0	51	46	20	19	4
市 計	31,597	14,130	17,467	225	12	4	843	745	573	481	-53
南 佐 久 郡	2,026	1,840	186	-469	0	0	18	16	478	457	-9
小 海 町	176	138	38	-16	0	0	2	2	18	11	0
佐 久 穂 町	92	48	44	-5	0	0	2	2	4	2	-3
川 上 村	1,049	1,009	40	-366	0	0	4	2	365	356	-5
南 牧 村	639	594	45	-79	0	0	9	9	88	85	0
南 相 木 村	19	8	11	-1	0	0	1	1	1	1	-1
北 相 木 村	51	43	8	-2	0	0	0	0	2	2	0
北 佐 久 郡	1,583	769	814	2	0	0	61	54	55	47	-4
軽 井 沢 町	873	427	446	10	0	0	33	28	21	18	-2
御 代 田 町	594	271	323	-4	0	0	25	23	27	22	-2
立 科 町	116	71	45	-4	0	0	3	3	7	7	0
小 県 郡	118	62	56	-4	0	0	1	1	5	5	0
長 和 町	63	25	38	-4	0	0	1	1	5	5	0
青 木 村	55	37	18	0	0	0	0	0	0	0	0
諏 訪 郡	866	410	456	0	0	0	20	15	18	16	-2
下 諏 訪 町	318	121	197	4	0	0	4	3	0	0	0
富 士 見 町	367	215	152	-2	0	0	13	9	15	14	0
原 村	181	74	107	-2	0	0	3	3	3	2	-2
上 伊 那 郡	2,376	1,067	1,309	10	1	0	49	30	40	32	0
辰 野 町	402	178	224	2	0	0	10	6	9	7	1
箕 輪 町	815	367	448	9	1	0	21	13	14	11	1
飯 島 町	308	140	168	-1	0	0	5	5	6	4	0
南 箕 輪 村	380	176	204	2	0	0	7	5	4	3	-1
中 川 村	85	29	56	0	0	0	0	0	0	0	0
宮 田 村	386	177	209	-2	0	0	6	1	7	7	-1

外国人

市 町 村 名	令和7年11月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和7年10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	1,104	511	593	10	0	0	30	20	19	10	-1
松川町	203	110	93	6	0	0	9	3	3	2	0
高森町	283	148	135	3	0	0	7	5	3	1	-1
阿南町	58	13	45	0	0	0	0	0	0	0	0
阿智村	242	112	130	3	0	0	7	5	4	4	0
平谷村	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根羽村	21	5	16	0	0	0	1	1	1	1	0
下條村	37	9	28	3	0	0	3	3	0	0	0
売木村	7	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0
天龍村	8	2	6	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	66	31	35	0	0	0	0	0	0	0	0
豊丘村	137	52	85	-5	0	0	3	3	8	2	0
大鹿村	19	14	5	0	0	0	0	0	0	0	0
木曽郡	411	114	297	6	0	0	9	5	3	3	0
上松町	89	13	76	0	0	0	0	0	0	0	0
南木曽町	51	22	29	2	0	0	2	2	0	0	0
木曽町	151	39	112	-3	0	0	0	0	3	3	0
木祖村	27	5	22	0	0	0	0	0	0	0	0
王滝村	15	2	13	0	0	0	0	0	0	0	0
大桑村	78	33	45	7	0	0	7	3	0	0	0
東筑摩郡	329	137	192	7	0	1	13	9	5	2	0
麻績村	17	2	15	2	0	0	2	2	0	0	0
生坂村	23	11	12	3	0	0	3	1	0	0	0
山形村	199	81	118	2	0	1	7	5	4	2	0
朝日村	50	23	27	0	0	0	1	1	1	0	0
筑北村	40	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0
北安曇郡	1,115	627	488	5	0	0	59	56	40	31	-14
池田町	106	43	63	0	0	0	0	0	0	0	0
松川村	178	76	102	4	0	0	6	6	2	1	0
白馬村	697	424	273	1	0	0	43	41	28	23	-14
小谷村	134	84	50	0	0	0	10	9	10	7	0
埴科郡	513	336	177	-16	0	0	9	7	25	22	0
坂城町	513	336	177	-16	0	0	9	7	25	22	0
上高井郡	188	87	101	-10	0	0	0	0	10	6	0
小布施町	88	30	58	-10	0	0	0	0	10	6	0
高山村	100	57	43	0	0	0	0	0	0	0	0
下高井郡	495	182	313	5	0	0	29	25	22	21	-2
山ノ内町	342	112	230	0	0	0	19	16	19	19	0
木島平村	38	14	24	0	0	0	0	0	0	0	0
野沢温泉村	115	56	59	5	0	0	10	9	3	2	-2
上水内郡	237	129	108	33	0	0	36	35	3	0	0
信濃町	175	102	73	33	0	0	35	34	2	0	0
飯綱町	43	16	27	1	0	0	1	1	0	0	0
小川村	19	11	8	-1	0	0	0	0	1	0	0
下水内郡	22	5	17	0	0	0	0	0	0	0	0
栄村	22	5	17	0	0	0	0	0	0	0	0
郡 計	11,383	6,276	5,107	-421	1	1	334	273	723	652	-32

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10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		死 亡		転 入		転 出		
	(人)	前年同月比 (%)	(人)	前年同月比 (%)	(人)	前年同月比 (%)	(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	849	△ 11.1	1,943	△ 11.2	2,683	3.0	2,386	4.2	△ 43
	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	864	△ 4.2	2,206	△ 4.0	2,937	0.3	2,629	12.4	△ 44
	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	888	△ 6.0	2,260	△ 5.8	2,896	1.1	2,840	0.5	△ 51
	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
1～10 月 計	8,427	△ 7.0	23,849	△ 0.4	37,682	2.3	36,312	4.4	△ 585
	9,062	△ 5.0	23,950	1.7	36,850	1.9	34,791	1.0	△ 524
月 計	9,634	—	23,504	—	36,324	—	33,951	—	△ 382

※ 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10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)	2,896	1,612	1,284	31	2,840	1,756	1,084	13	56	△ 144	200	18
北海道	55	27	28	5	42	27	15	8	13	0	13	△ 3
青森	13	7	6	9	8	4	4	△ 9	5	3	2	18
岩手	3	2	1	△ 2	7	5	2	△ 5	△ 4	△ 3	△ 1	3
宮城	30	20	10	17	29	14	15	13	1	6	△ 5	4
秋田	0	0	0	△ 3	2	1	1	△ 3	△ 2	△ 1	△ 1	0
山形	11	6	5	3	7	3	4	2	4	3	1	1
福島	14	8	6	△ 5	14	8	6	1	0	0	0	△ 6
茨城	48	29	19	5	48	32	16	△ 12	0	△ 3	3	17
栃木	32	19	13	0	33	19	14	△ 5	△ 1	0	△ 1	5
群馬	92	56	36	△ 10	86	52	34	△ 4	6	4	2	△ 6
埼玉	175	97	78	1	186	106	80	20	△ 11	△ 9	△ 2	△ 19
千葉	121	72	49	△ 12	100	61	39	△ 44	21	11	10	32
東京	434	239	195	△ 18	403	219	184	△ 1	31	20	11	△ 17
神奈川	242	131	111	14	185	97	88	13	57	34	23	1
新潟	75	36	39	△ 24	57	35	22	△ 13	18	1	17	△ 11
富山	31	15	16	1	35	18	17	14	△ 4	△ 3	△ 1	△ 13
石川	32	24	8	△ 4	29	15	14	3	3	9	△ 6	△ 7
福井	17	9	8	3	4	4	0	△ 10	13	5	8	13
山梨	56	37	19	5	74	43	31	8	△ 18	△ 6	△ 12	△ 3
岐阜	46	24	22	9	70	43	27	10	△ 24	△ 19	△ 5	△ 1
静岡	78	51	27	12	68	36	32	2	10	15	△ 5	10
愛知	176	99	77	13	152	86	66	△ 7	24	13	11	20
三重	20	13	7	0	18	11	7	△ 4	2	2	0	4
滋賀	11	9	2	2	17	10	7	6	△ 6	△ 1	△ 5	△ 4
京都	34	17	17	4	21	16	5	△ 15	13	1	12	19
大阪	79	45	34	22	85	50	35	3	△ 6	△ 5	△ 1	19
兵庫	42	26	16	1	30	17	13	△ 22	12	9	3	23
奈良	11	7	4	△ 1	7	4	3	△ 3	4	3	1	2
和歌山	6	2	4	4	4	1	3	△ 2	2	1	1	6
鳥取	1	1	0	0	1	1	0	△ 5	0	0	0	5
島根	2	2	0	△ 3	3	1	2	1	△ 1	1	△ 2	△ 4
岡山	19	11	8	14	17	12	5	4	2	△ 1	3	10
広島	12	6	6	△ 5	21	11	10	△ 2	△ 9	△ 5	△ 4	△ 3
山口	13	5	8	9	6	1	5	0	7	4	3	9
徳島	3	1	2	△ 3	2	1	1	△ 2	1	0	1	△ 1
香川	2	1	1	△ 5	6	4	2	1	△ 4	△ 3	△ 1	△ 6
愛媛	7	4	3	4	13	10	3	△ 4	△ 6	△ 6	0	8
高知	4	4	0	1	5	3	2	1	△ 1	1	△ 2	0
福岡	30	20	10	4	42	33	9	17	△ 12	△ 13	1	△ 13
佐賀	2	1	1	2	16	16	0	6	△ 14	△ 15	1	△ 4
長崎	5	2	3	△ 2	16	9	7	7	△ 11	△ 7	△ 4	△ 9
熊本	5	3	2	△ 2	14	6	8	2	△ 9	△ 3	△ 6	△ 4
大分	13	9	4	8	11	9	2	3	2	0	2	5
宮崎	6	0	6	2	12	8	4	6	△ 6	△ 8	2	△ 4
鹿児島	19	11	8	6	15	9	6	△ 1	4	2	2	7
沖縄	14	10	4	△ 5	15	9	6	7	△ 1	1	△ 2	△ 12
国外	738	387	351	△ 58	804	576	228	28	△ 66	△ 189	123	△ 86
不明	17	7	10	13	0	0	0	0	17	7	10	13

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。

（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。