

長野県の人口と世帯数(推計結果)

— 令和8年7月1日現在 —

毎月人口異動調査に基づく、令和8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 1,957,880 人 (前月比 781 人 減)となりました。

世帯数 865,576 世帯 (前月比 406 世帯 増)となりました。

※ 世帯数(増減数含む)の一部は、暫定値となっています(詳細は本ページ欄外参照)。

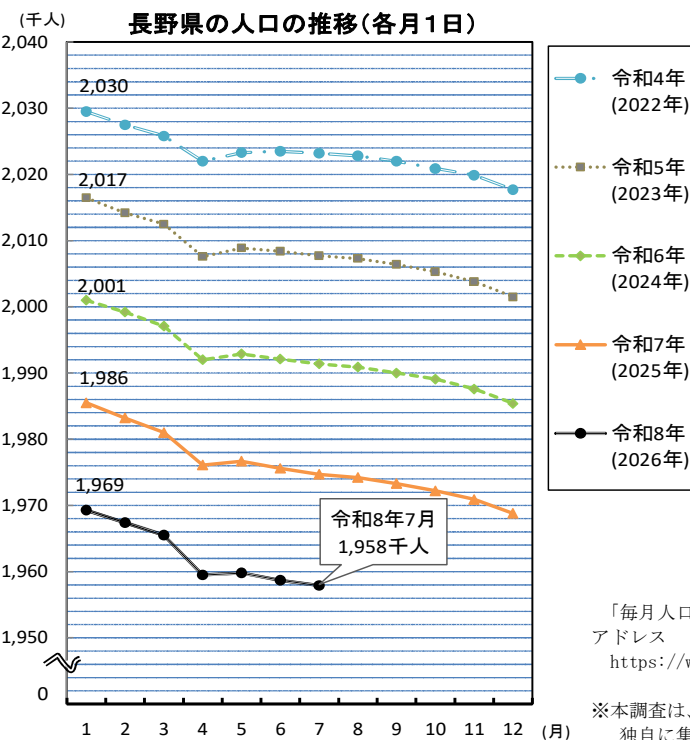
当 月 の 状 況

人 口 と 世 帯 数		前月(令和8年6月1日現在)との比較		増 減 内 訳	
総人口	1,957,880 人	人口増減数	△ 781 人	自然増減	△ 1,219 人
男	959,419 人	男	△ 287 人	社会増減	438 人
女	998,461 人	女	△ 494 人	・転入-転出	542 人
				(国外含む県外)	
世帯数	p865,576 世帯	世帯増減数	p406 世帯	・その他増減	△ 104 人
※「p」表記は暫定値を表す		※三角(△)表記はマイナスを表す		(職権記載・消除等)	

○ 令和8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	887	(14.6)	死亡	2,106	(△ 2.0)
社会動態	転入	3,045	(1.4)	転出	2,503	(0.0)

○ 前月に比べて人口が増加した市町村は24市町村、減少した市町村は51市町村、増減のなかった市町村は2村でした。



日本人・外国人別人口増減の状況 (令和8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	1,911,988	△ 1,101	△ 1,227	126
外国人	45,892	320	8	312

主な転入・転出先 (令和8年6月中)

順位	転 入(人)	転 出(人)
1	国 外 824	国 外 487
2	東 京 都 431	東 京 都 431
3	神 奈 川 県 197	神 奈 川 県 206
4	愛 知 県 176	埼 玉 県 192
5	埼 玉 県 171	愛 知 県 149

「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。

【世帯数の暫定値公表について】

(1) 市町村住民記録システム標準化に伴う、長野県人口統計システム移行期のため、世帯数(増減数含む)の一部が暫定値となっています。(後日、確定値を公表予定)

(2) 暫定値となっているのは、以下11町村です。

佐久穂町、軽井沢町、長和町、平谷村、根羽村、下條村、泰阜村、豊丘村、木祖村、生坂村、木島平村

令和8年（2026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8年7月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和8年6月中の人口異動状況						
	世帯数(注1) (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	p865,576	1,957,880	959,419	998,461	-781	887	2,106	5,149	3,045	4,626	2,503	-104
長 野 市	161,214	356,297	173,886	182,411	-184	176	324	702	434	731	464	-7
松 本 市	109,256	234,072	114,922	119,150	-72	113	249	650	395	580	335	-6
上 田 市	67,257	148,114	72,781	75,333	-78	69	168	303	199	269	158	-13
岡 谷 市	19,163	44,236	21,515	22,721	-13	19	58	124	57	98	34	0
飯 田 市	39,328	91,331	44,276	47,055	-19	42	87	221	132	199	119	4
諏 訪 市	21,754	46,406	22,682	23,724	-10	25	43	162	94	146	84	-8
須 坂 市	19,734	47,840	23,548	24,292	-31	23	51	94	50	96	41	-1
小 諸 市	17,741	39,882	19,469	20,413	-50	21	44	104	48	127	67	-4
伊 那 市	28,543	63,079	30,988	32,091	-18	23	59	161	89	143	69	0
駒ヶ根市	13,754	30,659	15,093	15,566	-29	10	33	74	40	79	41	-1
中 野 市	16,435	39,744	19,298	20,446	-3	23	34	98	67	85	43	-5
大 町 市	10,881	23,879	11,593	12,286	-26	8	36	75	32	71	40	-2
飯 山 市	7,046	17,187	8,396	8,791	-55	3	24	26	14	57	27	-3
茅 野 市	25,146	54,589	27,381	27,208	-4	28	50	163	114	144	82	-1
塩 尻 市	29,618	65,241	32,692	32,549	20	39	65	207	102	162	64	1
佐 久 市	41,960	96,360	47,215	49,145	-2	40	101	261	157	201	115	-1
千 曲 市	23,156	57,003	27,480	29,523	6	21	66	154	56	103	39	0
東 御 市	11,749	28,602	14,117	14,485	13	15	25	71	36	47	16	-1
安曇野市	38,852	92,026	44,359	47,667	-38	42	120	218	115	178	90	0
市 計	702,587	1,576,547	771,691	804,856	-593	740	1,637	3,868	2,231	3,516	1,928	-48
南佐久郡	p9,704	22,811	12,412	10,399	50	6	30	161	136	79	40	-8
小 海 町	1,853	4,004	2,002	2,002	-5	1	9	22	13	18	6	-1
佐久穂町	p3,942	9,448	4,624	4,824	-8	4	10	18	11	20	2	0
川 上 村	1,856	4,544	3,027	1,517	58	0	3	80	73	14	12	-5
南 牧 村	1,365	3,314	1,998	1,316	11	0	7	35	34	15	13	-2
南相木村	381	849	423	426	-6	0	0	0	0	6	4	0
北相木村	307	652	338	314	0	1	1	6	5	6	3	0
北佐久郡	p19,967	42,629	20,755	21,874	10	19	44	255	189	216	138	-4
軽井沢町	p9,551	19,876	9,479	10,397	1	4	19	146	128	127	92	-3
御代田町	7,841	16,705	8,243	8,462	26	15	17	93	55	64	35	-1
立 科 町	2,575	6,048	3,033	3,015	-17	0	8	16	6	25	11	0
小 県 郡	p3,854	8,836	4,361	4,475	-5	3	15	19	11	11	9	-1
長 和 町	p2,327	5,077	2,541	2,536	-4	1	11	10	7	3	1	-1
青 木 村	1,527	3,759	1,820	1,939	-1	2	4	9	4	8	8	0
諏 訪 郡	16,852	38,713	18,735	19,978	-22	13	49	108	68	93	45	-1
下諏訪町	7,703	17,457	8,366	9,091	-21	5	24	47	22	48	18	-1
富士見町	6,005	13,590	6,647	6,943	-3	4	13	42	32	36	23	0
原 村	3,144	7,666	3,722	3,944	2	4	12	19	14	9	4	0
上伊那郡	34,014	78,366	38,588	39,778	-37	49	78	204	100	215	95	3
辰 野 町	7,031	16,931	8,230	8,701	-19	6	19	36	17	44	21	2
箕 輪 町	10,458	24,257	12,156	12,101	-17	11	28	68	38	68	32	0
飯 島 町	3,683	8,397	4,090	4,307	-4	2	12	19	12	13	3	0
南箕輪村	7,302	16,143	8,009	8,134	16	26	13	51	18	49	15	1
中 川 村	1,779	4,343	2,073	2,270	-2	0	1	11	5	12	4	0
宮 田 村	3,761	8,295	4,030	4,265	-11	4	5	19	10	29	20	0

総数

市 町 村 名	令和8年7月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和8年6月中の人口異動状況							
	世帯数(注1) (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	p20,512	52,721	25,714	27,007	2	16	59	152	77	107	40	0	
松 川 町	4,578	11,715	5,708	6,007	2	2	8	35	15	27	12	0	
高 森 町	4,630	12,245	5,942	6,303	-1	2	16	41	22	28	12	0	
阿 南 町	1,447	3,719	1,798	1,921	4	1	4	13	10	6	0	0	
阿 智 村	2,198	5,619	2,702	2,917	8	2	4	20	12	10	2	0	
平 谷 村	p189	357	177	180	2	0	0	5	5	3	1	0	
根 羽 村	p371	757	389	368	-1	0	0	2	0	3	3	0	
下 條 村	p1,136	3,143	1,495	1,648	1	2	4	6	5	3	2	0	
売 木 村	262	474	240	234	3	1	1	4	4	1	0	0	
天 龍 村	469	944	448	496	-1	0	5	5	0	1	0	0	
泰 阜 村	p543	1,343	628	715	-1	1	1	1	0	2	0	0	
喬 木 村	2,003	5,431	2,658	2,773	-5	3	8	9	0	9	6	0	
豊 丘 村	p2,184	6,103	3,053	3,050	-7	2	8	11	4	12	2	0	
大 鹿 村	502	871	476	395	-2	0	0	0	0	2	0	0	
木 曽 郡	p10,372	22,267	10,885	11,382	-30	8	44	60	37	55	33	1	
上 松 町	1,681	3,617	1,794	1,823	-15	1	9	12	8	19	12	0	
南 木 曽 町	1,523	3,457	1,713	1,744	-6	1	9	8	7	6	5	0	
木 曽 町	4,444	9,294	4,547	4,747	-15	3	19	20	9	19	9	0	
木 祖 村	p970	2,325	1,075	1,250	3	3	4	7	5	3	1	0	
王 滝 村	347	621	300	321	4	0	0	5	4	1	0	0	
大 桑 村	1,407	2,953	1,456	1,497	-1	0	3	8	4	7	6	1	
東 筑 摩 郡	p7,828	19,396	9,507	9,889	-19	5	26	45	16	45	23	2	
麻 績 村	854	2,200	1,058	1,142	-9	0	6	0	0	3	2	0	
生 坂 村	p640	1,480	745	735	-6	0	4	1	1	3	1	0	
山 形 村	3,215	8,132	3,973	4,159	2	3	5	23	10	20	9	1	
朝 日 村	1,487	3,931	1,932	1,999	-3	2	4	12	2	13	9	0	
筑 北 村	1,632	3,653	1,799	1,854	-3	0	7	9	3	6	2	1	
北 安 曇 郡	12,540	28,694	14,112	14,582	-94	10	37	102	65	134	75	-35	
池 田 町	3,613	8,597	4,157	4,440	3	1	14	24	10	8	3	0	
松 川 村	3,816	9,560	4,598	4,962	9	6	13	32	11	16	4	0	
白 馬 村	3,983	8,191	4,106	4,085	-93	2	7	36	34	93	59	-31	
小 谷 村	1,128	2,346	1,251	1,095	-13	1	3	10	10	17	9	-4	
埴 科 郡	5,399	12,707	6,297	6,410	-28	1	15	16	6	28	13	-2	
坂 城 町	5,399	12,707	6,297	6,410	-28	1	15	16	6	28	13	-2	
上 高 井 郡	6,289	16,508	7,955	8,553	-17	3	23	31	16	30	11	2	
小 布 施 町	3,951	10,431	4,956	5,475	-19	0	12	11	3	18	5	0	
高 山 村	2,338	6,077	2,999	3,078	2	3	11	20	13	12	6	2	
下 高 井 郡	p7,244	17,072	8,257	8,815	-16	8	23	72	53	61	35	-12	
山ノ内町	4,480	10,208	4,933	5,275	4	5	7	44	33	34	17	-4	
木 島 平 村	p1,531	3,889	1,894	1,995	4	1	6	12	7	3	0	0	
野沢温泉村	1,233	2,975	1,430	1,545	-24	2	10	16	13	24	18	-8	
上 水 内 郡	7,768	18,431	9,118	9,313	-1	6	23	50	38	33	16	-1	
信 濃 町	3,081	6,962	3,448	3,514	14	3	7	32	25	13	7	-1	
飯 綱 町	3,755	9,488	4,676	4,812	-8	1	10	15	10	14	7	0	
小 川 村	932	1,981	994	987	-7	2	6	3	3	6	2	0	
下 水 内 郡	646	1,388	661	727	0	0	3	6	2	3	2	0	
栄 村	646	1,388	661	727	0	0	3	6	2	3	2	0	
郡 計	p162,989	380,539	187,357	193,182	-207	147	469	1,281	814	1,110	575	-56	

注1) 以下11町村の世帯数は、暫定値となっています(該当する数値の冒頭に「p」を付記)。

佐久穂町、軽井沢町、長和町、平谷村、根羽村、下條村、泰阜村、豊丘村、木祖村、生坂村、木島平村

令和8年（2026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8年7月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8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	1,911,988	937,261	974,727	-1,101	876	2,103	3,818	1,903	3,746	1,808	31
長 野 市	352,016	171,942	180,074	-213	175	323	595	339	671	420	11
松 本 市	229,489	112,846	116,643	-96	112	249	545	299	505	278	1
上 田 市	143,548	70,543	73,005	-80	68	167	212	117	190	93	-3
岡 谷 市	43,358	21,105	22,253	-23	19	58	108	46	92	30	0
飯 田 市	89,063	43,344	45,719	-25	42	87	171	85	153	87	2
諏 訪 市	44,622	21,817	22,805	-17	23	43	108	45	105	53	0
須 坂 市	46,929	23,161	23,768	-44	23	51	63	25	79	28	0
小 諸 市	38,746	19,042	19,704	-31	21	44	84	31	93	41	1
伊 那 市	61,163	30,098	31,065	-32	23	59	107	44	106	49	3
駒ヶ根市	29,749	14,659	15,090	-24	10	33	50	21	51	22	0
中 野 市	38,782	18,973	19,809	-21	23	34	59	30	69	27	0
大 町 市	23,161	11,349	11,812	-31	8	36	53	17	56	26	0
飯 山 市	16,937	8,286	8,651	-55	3	24	20	10	54	24	0
茅 野 市	53,236	26,703	26,533	-39	28	50	101	67	118	59	0
塩 尻 市	63,700	31,958	31,742	-18	38	65	155	57	149	52	3
佐 久 市	94,761	46,574	48,187	-11	40	101	213	116	167	89	4
千 曲 市	55,899	26,976	28,923	-13	21	66	122	27	91	27	1
東 御 市	27,880	13,735	14,145	-4	15	24	48	18	43	13	0
安曇野市	90,403	43,671	46,732	-33	42	120	183	82	139	59	1
市 計	1,543,442	756,782	786,660	-810	734	1,634	2,997	1,476	2,931	1,477	24
南佐久郡	20,208	10,006	10,202	-33	6	30	38	24	46	14	-1
小 海 町	3,813	1,847	1,966	-10	1	9	10	3	11	1	-1
佐久穂町	9,336	4,565	4,771	-10	4	10	15	8	19	2	0
川 上 村	3,080	1,605	1,475	-1	0	3	3	3	1	1	0
南 牧 村	2,555	1,288	1,267	-6	0	7	6	6	5	5	0
南相木村	829	414	415	-6	0	0	0	0	6	4	0
北相木村	595	287	308	0	1	1	4	4	4	1	0
北佐久郡	41,053	19,966	21,087	4	19	44	179	122	150	81	0
軽井沢町	19,043	9,056	9,987	-11	4	19	92	77	88	54	0
御代田町	16,089	7,947	8,142	31	15	17	75	40	42	21	0
立 科 町	5,921	2,963	2,958	-16	0	8	12	5	20	6	0
小 県 郡	8,700	4,295	4,405	-7	3	15	15	7	10	8	0
長 和 町	5,001	2,515	2,486	-7	1	11	6	3	3	1	0
青 木 村	3,699	1,780	1,919	0	2	4	9	4	7	7	0
諏 訪 郡	37,757	18,295	19,462	-35	12	49	78	43	75	30	-1
下諏訪町	17,098	8,235	8,863	-24	4	24	37	13	40	11	-1
富士見町	13,190	6,421	6,769	-8	4	13	29	21	28	17	0
原 村	7,469	3,639	3,830	-3	4	12	12	9	7	2	0
上伊那郡	75,678	37,355	38,323	-61	47	78	135	54	167	62	2
辰 野 町	16,409	7,974	8,435	-24	6	19	26	12	37	17	0
箕 輪 町	23,352	11,732	11,620	-30	9	28	42	20	54	21	1
飯 島 町	8,057	3,935	4,122	-12	2	12	10	5	12	2	0
南箕輪村	15,751	7,829	7,922	13	26	13	37	8	38	12	1
中 川 村	4,256	2,039	2,217	-2	0	1	8	5	9	1	0
宮 田 村	7,853	3,846	4,007	-6	4	5	12	4	17	9	0

日本人

市 町 村 名	令和8年7月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8年6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	51,579	25,183	26,396	-33	15	59	103	44	93	28	1
松川町	11,508	5,593	5,915	-10	2	8	20	4	24	9	0
高森町	11,927	5,770	6,157	-17	2	16	19	8	23	8	1
阿南町	3,652	1,786	1,866	2	1	4	11	8	6	0	0
阿智村	5,389	2,597	2,792	2	1	4	14	7	9	1	0
平谷村	355	175	180	2	0	0	5	5	3	1	0
根羽村	732	381	351	0	0	0	2	0	2	2	0
下條村	3,109	1,487	1,622	1	2	4	6	5	3	2	0
売木村	466	235	231	2	1	1	3	3	1	0	0
天龍村	935	446	489	-1	0	5	5	0	1	0	0
泰阜村	1,322	620	702	-1	1	1	1	0	2	0	0
喬木村	5,368	2,632	2,736	-4	3	8	9	0	8	5	0
豊丘村	5,964	2,998	2,966	-7	2	8	8	4	9	0	0
大鹿村	852	463	389	-2	0	0	0	0	2	0	0
木曾郡	21,825	10,751	11,074	-31	8	44	53	32	49	27	1
上松町	3,521	1,780	1,741	-14	1	9	12	8	18	11	0
南木曾町	3,397	1,680	1,717	-6	1	9	7	6	5	4	0
木曾町	9,145	4,512	4,633	-16	3	19	16	5	16	6	0
木祖村	2,298	1,070	1,228	3	3	4	7	5	3	1	0
王滝村	605	297	308	4	0	0	5	4	1	0	0
大桑村	2,859	1,412	1,447	-2	0	3	6	4	6	5	1
東筑摩郡	19,048	9,354	9,694	-23	5	26	40	11	44	22	2
麻績村	2,184	1,056	1,128	-9	0	6	0	0	3	2	0
生坂村	1,458	734	724	-6	0	4	1	1	3	1	0
山形村	7,925	3,886	4,039	-1	3	5	19	6	19	8	1
朝日村	3,879	1,907	1,972	-3	2	4	12	2	13	9	0
筑北村	3,602	1,771	1,831	-4	0	7	8	2	6	2	1
北安曇郡	27,452	13,432	14,020	-19	9	37	81	44	72	20	0
池田町	8,493	4,116	4,377	4	1	14	24	10	7	2	0
松川村	9,377	4,521	4,856	7	6	13	29	8	16	4	1
白馬村	7,365	3,626	3,739	-27	1	7	20	18	40	11	-1
小谷村	2,217	1,169	1,048	-3	1	3	8	8	9	3	0
埴科郡	12,212	5,974	6,238	-16	1	15	13	3	15	5	0
坂城町	12,212	5,974	6,238	-16	1	15	13	3	15	5	0
上高井郡	16,285	7,858	8,427	-26	3	23	19	7	27	8	2
小布施町	10,327	4,924	5,403	-20	0	12	9	3	17	4	0
高山村	5,958	2,934	3,024	-6	3	11	10	4	10	4	2
下高井郡	16,500	8,054	8,446	-11	8	23	37	19	34	10	1
山ノ内町	9,820	4,807	5,013	-6	5	7	19	9	24	8	1
木島平村	3,844	1,879	1,965	1	1	6	9	4	3	0	0
野沢温泉村	2,836	1,368	1,468	-6	2	10	9	6	7	2	0
上水内郡	18,192	8,992	9,200	-22	6	23	26	17	31	15	0
信濃町	6,782	3,350	3,432	-7	3	7	9	5	12	6	0
飯綱町	9,448	4,659	4,789	-8	1	10	14	9	13	7	0
小川村	1,962	983	979	-7	2	6	3	3	6	2	0
下水内郡	1,365	656	709	-1	0	3	4	0	2	1	0
栄村	1,365	656	709	-1	0	3	4	0	2	1	0
郡 計	367,854	180,171	187,683	-314	142	469	821	427	815	331	7

令和8年（2026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 —

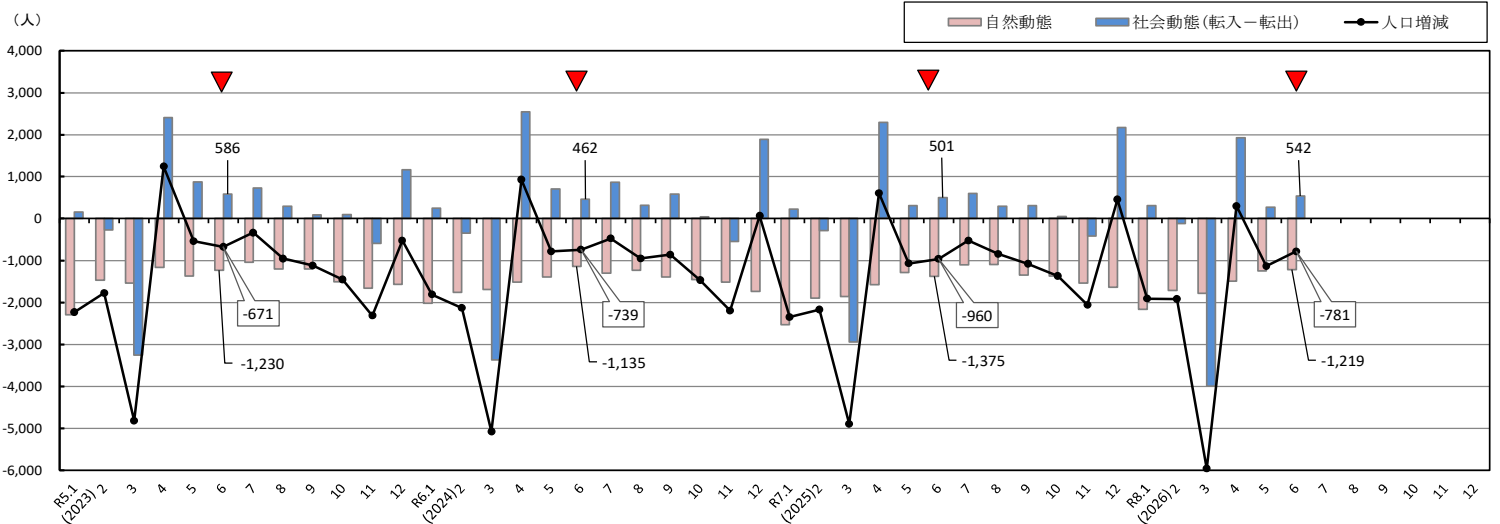
外国人

市 町 村 名	令和8年7月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8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	45,892	22,158	23,734	320	11	3	1,331	1,142	880	695	-135
長 野 市	4,281	1,944	2,337	29	1	1	107	95	60	44	-18
松 本 市	4,583	2,076	2,507	24	1	0	105	96	75	57	-7
上 田 市	4,566	2,238	2,328	2	1	1	91	82	79	65	-10
岡 谷 市	878	410	468	10	0	0	16	11	6	4	0
飯 田 市	2,268	932	1,336	6	0	0	50	47	46	32	2
諏 訪 市	1,784	865	919	7	2	0	54	49	41	31	-8
須 坂 市	911	387	524	13	0	0	31	25	17	13	-1
小 諸 市	1,136	427	709	-19	0	0	20	17	34	26	-5
伊 那 市	1,916	890	1,026	14	0	0	54	45	37	20	-3
駒ヶ根市	910	434	476	-5	0	0	24	19	28	19	-1
中 野 市	962	325	637	18	0	0	39	37	16	16	-5
大 町 市	718	244	474	5	0	0	22	15	15	14	-2
飯 山 市	250	110	140	0	0	0	6	4	3	3	-3
茅 野 市	1,353	678	675	35	0	0	62	47	26	23	-1
塩 尻 市	1,541	734	807	38	1	0	52	45	13	12	-2
佐 久 市	1,599	641	958	9	0	0	48	41	34	26	-5
千 曲 市	1,104	504	600	19	0	0	32	29	12	12	-1
東 御 市	722	382	340	17	0	1	23	18	4	3	-1
安 曇 野 市	1,623	688	935	-5	0	0	35	33	39	31	-1
市 計	33,105	14,909	18,196	217	6	3	871	755	585	451	-72
南 佐 久 郡	2,603	2,406	197	83	0	0	123	112	33	26	-7
小 海 町	191	155	36	5	0	0	12	10	7	5	0
佐 久 穂 町	112	59	53	2	0	0	3	3	1	0	0
川 上 村	1,464	1,422	42	59	0	0	77	70	13	11	-5
南 牧 村	759	710	49	17	0	0	29	28	10	8	-2
南 相 木 村	20	9	11	0	0	0	0	0	0	0	0
北 相 木 村	57	51	6	0	0	0	2	1	2	2	0
北 佐 久 郡	1,576	789	787	6	0	0	76	67	66	57	-4
軽 井 沢 町	833	423	410	12	0	0	54	51	39	38	-3
御 代 田 町	616	296	320	-5	0	0	18	15	22	14	-1
立 科 町	127	70	57	-1	0	0	4	1	5	5	0
小 県 郡	136	66	70	2	0	0	4	4	1	1	-1
長 和 町	76	26	50	3	0	0	4	4	0	0	-1
青 木 村	60	40	20	-1	0	0	0	0	1	1	0
諏 訪 郡	956	440	516	13	1	0	30	25	18	15	0
下 諏 訪 町	359	131	228	3	1	0	10	9	8	7	0
富 士 見 町	400	226	174	5	0	0	13	11	8	6	0
原 村	197	83	114	5	0	0	7	5	2	2	0
上 伊 那 郡	2,688	1,233	1,455	24	2	0	69	46	48	33	1
辰 野 町	522	256	266	5	0	0	10	5	7	4	2
箕 輪 町	905	424	481	13	2	0	26	18	14	11	-1
飯 島 町	340	155	185	8	0	0	9	7	1	1	0
南 箕 輪 村	392	180	212	3	0	0	14	10	11	3	0
中 川 村	87	34	53	0	0	0	3	0	3	3	0
宮 田 村	442	184	258	-5	0	0	7	6	12	11	0

外国人

市 町 村 名	令和8年7月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8年6月中の人口異動状況						
	人口総数 (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	1,142	531	611	35	1	0	49	33	14	12	-1
松川町	207	115	92	12	0	0	15	11	3	3	0
高森町	318	172	146	16	0	0	22	14	5	4	-1
阿南町	67	12	55	2	0	0	2	2	0	0	0
阿智村	230	105	125	6	1	0	6	5	1	1	0
平谷村	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根羽村	25	8	17	-1	0	0	0	0	1	1	0
下條村	34	8	26	0	0	0	0	0	0	0	0
売木村	8	5	3	1	0	0	1	1	0	0	0
天龍村	9	2	7	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	63	26	37	-1	0	0	0	0	1	1	0
豊丘村	139	55	84	0	0	0	3	0	3	2	0
大鹿村	19	13	6	0	0	0	0	0	0	0	0
木曽郡	442	134	308	1	0	0	7	5	6	6	0
上松町	96	14	82	-1	0	0	0	0	1	1	0
南木曽町	60	33	27	0	0	0	1	1	1	1	0
木曽町	149	35	114	1	0	0	4	4	3	3	0
木祖村	27	5	22	0	0	0	0	0	0	0	0
王滝村	16	3	13	0	0	0	0	0	0	0	0
大桑村	94	44	50	1	0	0	2	0	1	1	0
東筑摩郡	348	153	195	4	0	0	5	5	1	1	0
麻績村	16	2	14	0	0	0	0	0	0	0	0
生坂村	22	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0
山形村	207	87	120	3	0	0	4	4	1	1	0
朝日村	52	25	27	0	0	0	0	0	0	0	0
筑北村	51	28	23	1	0	0	1	1	0	0	0
北安曇郡	1,242	680	562	-75	1	0	21	21	62	55	-35
池田町	104	41	63	-1	0	0	0	0	1	1	0
松川村	183	77	106	2	0	0	3	3	0	0	-1
白馬村	826	480	346	-66	1	0	16	16	53	48	-30
小谷村	129	82	47	-10	0	0	2	2	8	6	-4
埴科郡	495	323	172	-12	0	0	3	3	13	8	-2
坂城町	495	323	172	-12	0	0	3	3	13	8	-2
上高井郡	223	97	126	9	0	0	12	9	3	3	0
小布施町	104	32	72	1	0	0	2	0	1	1	0
高山村	119	65	54	8	0	0	10	9	2	2	0
下高井郡	572	203	369	-5	0	0	35	34	27	25	-13
山ノ内町	388	126	262	10	0	0	25	24	10	9	-5
木島平村	45	15	30	3	0	0	3	3	0	0	0
野沢温泉村	139	62	77	-18	0	0	7	7	17	16	-8
上水内郡	239	126	113	21	0	0	24	21	2	1	-1
信濃町	180	98	82	21	0	0	23	20	1	1	-1
飯綱町	40	17	23	0	0	0	1	1	1	0	0
小川村	19	11	8	0	0	0	0	0	0	0	0
下水内郡	23	5	18	1	0	0	2	2	1	1	0
栄村	23	5	18	1	0	0	2	2	1	1	0
郡 計	12,685	7,186	5,499	107	5	0	460	387	295	244	-63

自然動態、社会動態、人口増減の推移（令和5年1月中～令和8年6月中）



	自 然 動 態				社 会 動 態				
	出 生		死 亡		転 入		転 出		その他
	(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	850	△ 4.4	3,016	△ 11.7	2,667	2.5	2,359	△ 0.7	△ 50
	889	△ 7.2	3,416	14.9	2,602	△ 1.0	2,376	△ 0.2	△ 47
	944	—	3,221	—	2,569	—	2,359	—	△ 62
2月	754	△ 1.0	2,462	△ 7.2	2,576	△ 0.9	2,690	△ 6.7	△ 94
	762	△ 7.1	2,654	3.0	2,599	3.7	2,883	1.2	7
	836	—	2,542	—	2,554	—	2,853	—	△ 18
3月	749	0.9	2,534	△ 2.4	7,491	△ 6.4	11,487	5.0	△ 179
	742	△ 13.8	2,596	1.9	8,000	9.8	10,943	2.7	△ 96
	852	—	2,546	—	7,530	—	10,719	—	△ 46
4月	800	△ 2.2	2,292	△ 4.4	7,069	4.9	5,142	15.7	△ 135
	818	△ 6.8	2,397	0.2	6,742	△ 1.4	4,445	3.5	△ 111
	871	—	2,290	—	6,608	—	4,190	—	△ 73
5月	809	△ 11.6	2,057	△ 6.5	2,996	△ 1.0	2,724	0.4	△ 157
	915	△ 3.4	2,199	△ 6.2	3,026	△ 6.8	2,714	7.0	△ 95
	957	—	2,305	—	3,239	—	2,606	—	△ 79
6月	887	14.6	2,106	△ 2.0	3,045	1.4	2,503	0.0	△ 104
	774	△ 6.4	2,149	9.5	3,004	13.2	2,503	14.2	△ 86
	834	—	2,080	—	2,871	—	2,355	—	△ 60
7月									
	926	△ 4.4	2,029	△ 10.7	3,193	△ 3.1	2,593	6.6	△ 19
	942	—	2,090	—	3,191	—	2,460	—	△ 26
8月									
	849	△ 11.1	1,943	△ 11.2	2,683	3.0	2,386	4.2	△ 43
	935	—	2,111	—	2,676	—	2,374	—	△ 41
9月									
	864	△ 4.2	2,206	△ 4.0	2,937	0.3	2,629	12.4	△ 44
	907	—	2,219	—	2,786	—	2,458	—	△ 35
10月									
	888	△ 6.0	2,260	△ 5.8	2,896	1.1	2,840	0.5	△ 51
	932	—	2,378	—	2,871	—	2,807	—	△ 46
11月									
	742	△ 12.3	2,278	△ 3.4	2,483	9.2	2,900	2.9	△ 101
	820	—	2,390	—	2,394	—	2,912	—	△ 98
12月									
	844	5.4	2,478	△ 2.4	4,560	12.9	2,390	11.0	△ 80
	858	—	2,504	—	4,016	—	2,276	—	△ 93
1～6 月 計	4,849	△ 1.0	14,467	△ 6.1	25,844	△ 0.5	26,905	4.0	△ 719
	4,900	△ 7.4	15,411	4.2	25,973	3.2	25,864	3.9	△ 428
月 計	5,294	—	14,984	—	25,371	—	25,082	—	△ 338

※ 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8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)	3,045	1,760	1285	41	2,503	1,373	1130	0	542	387	155	41
北海道	58	25	33	13	51	29	22	0	7	△ 4	11	13
青森	7	4	3	△ 6	5	5	0	△ 2	2	△ 1	3	△ 4
岩手	12	7	5	△ 1	9	7	2	1	3	0	3	△ 2
宮城	16	11	5	△ 3	18	10	8	△ 5	△ 2	1	△ 3	2
秋田	4	1	3	△ 4	8	5	3	3	△ 4	△ 4	0	△ 7
山形	15	10	5	12	8	4	4	2	7	6	1	10
福島	17	6	11	4	20	9	11	△ 8	△ 3	△ 3	0	12
茨城	37	30	7	△ 28	52	31	21	14	△ 15	△ 1	△ 14	△ 42
栃木	39	20	19	10	39	26	13	2	0	△ 6	6	8
群馬	76	46	30	15	79	49	30	△ 1	△ 3	△ 3	0	16
埼玉	171	98	73	△ 40	192	108	84	23	△ 21	△ 10	△ 11	△ 63
千葉	145	91	54	△ 1	127	62	65	4	18	29	△ 11	△ 5
東京	431	245	186	9	431	238	193	21	0	7	△ 7	△ 12
神奈川	197	113	84	△ 10	206	111	95	5	△ 9	2	△ 11	△ 15
新潟	85	45	40	17	62	37	25	△ 12	23	8	15	29
富山	26	17	9	△ 15	29	20	9	5	△ 3	△ 3	0	△ 20
石川	46	30	16	6	16	11	5	△ 16	30	19	11	22
福井	11	9	2	△ 13	10	8	2	0	1	1	0	△ 13
山梨	57	31	26	△ 7	57	27	30	△ 23	0	4	△ 4	16
岐阜	58	34	24	15	51	27	24	△ 9	7	7	0	24
静岡	88	50	38	32	74	40	34	△ 4	14	10	4	36
愛知	176	125	51	△ 11	149	85	64	△ 74	27	40	△ 13	63
三重	22	17	5	△ 9	29	19	10	2	△ 7	△ 2	△ 5	△ 11
滋賀	15	7	8	△ 3	14	9	5	△ 5	1	△ 2	3	2
京都	29	13	16	6	32	20	12	1	△ 3	△ 7	4	5
大阪	97	49	48	27	71	41	30	△ 8	26	8	18	35
兵庫	33	19	14	△ 16	29	16	13	△ 18	4	3	1	2
奈良	9	6	3	1	11	5	6	4	△ 2	1	△ 3	△ 3
和歌山	5	3	2	1	4	3	1	△ 5	1	0	1	6
鳥取	3	2	1	△ 5	1	1	0	△ 2	2	1	1	△ 3
島根	7	4	3	5	5	1	4	0	2	3	△ 1	5
岡山	15	8	7	3	2	0	2	△ 3	13	8	5	6
広島	20	14	6	1	17	12	5	4	3	2	1	△ 3
山口	7	2	5	△ 3	2	2	0	△ 2	5	0	5	△ 1
徳島	4	2	2	△ 4	3	1	2	1	1	1	0	△ 5
香川	8	4	4	0	6	4	2	△ 6	2	0	2	6
愛媛	8	6	2	△ 6	8	3	5	3	0	3	△ 3	△ 9
高知	3	2	1	△ 4	4	4	0	2	△ 1	△ 2	1	△ 6
福岡	33	19	14	△ 3	20	13	7	2	13	6	7	△ 5
佐賀	9	9	0	3	9	5	4	4	0	4	△ 4	△ 1
長崎	6	5	1	△ 7	12	7	5	8	△ 6	△ 2	△ 4	△ 15
熊本	19	11	8	7	8	5	3	△ 2	11	6	5	9
大分	13	9	4	9	5	2	3	0	8	7	1	9
宮崎	8	5	3	0	4	3	1	1	4	2	2	△ 1
鹿児島	39	18	21	13	6	5	1	△ 1	33	13	20	14
沖縄	28	18	10	△ 3	21	11	10	△ 5	7	7	0	2
国外	824	453	371	42	487	232	255	99	337	221	116	△ 57
不明	9	7	2	△ 8	0	0	0	0	9	7	2	△ 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) 集計上、男女に分類できない人数は人口総数のみに含めているため、男女別合計と一致しない場合があります（外国人のみ）。

- (3) 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。

- (4) 「その他」は、職権記載・職権消除等です。

（世帯数について）

- (5) 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。

- (6) 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。