

長野県の人口と世帯数(推計結果)

— 令和8年9月1日現在 —

毎月人口異動調査に基づく、令和8年9月1日現在の長野県の人口と世帯数の推計結果は

人 口 1,956,274 人 (前月比 1,046 人 減)となりました。

世帯数 866,084 世帯 (前月比 95 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)。

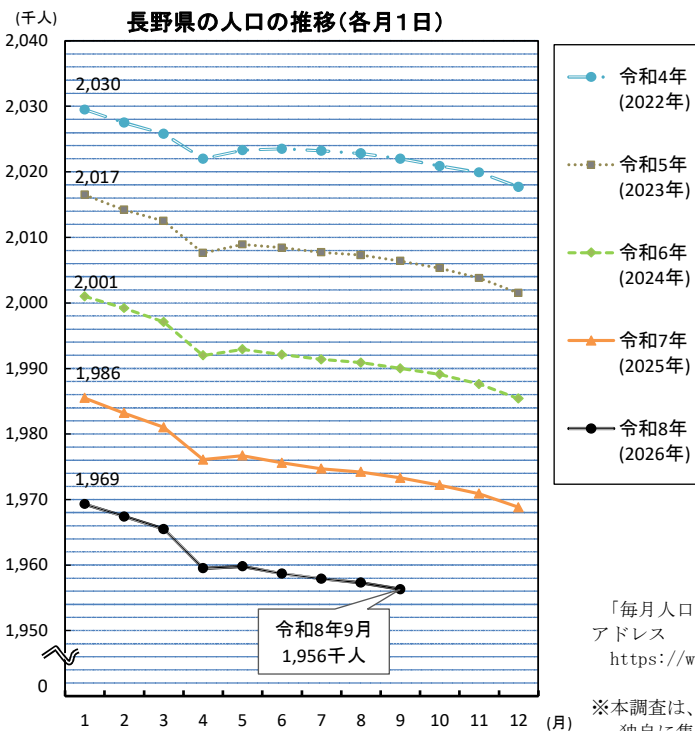
当 月 の 状 況

人 口 と 世 帯 数		前月(令和8年8月1日現在)との比較	増 減 内 訳
総人口	1,956,274 人	人口増減数 △ 1,046 人	自然増減 △ 1,206 人
男	958,606 人	男 △ 465 人	社会増減 160 人
女	997,668 人	女 △ 581 人	・転入-転出 257 人
			(国外含む県外)
世帯数	p866,084 世帯	世帯増減数 95 世帯	・その他増減 △ 97 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8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	855 (0.7)	死亡	2,061 (6.1)
社会動態	転入	2,642 (△ 1.5)	転出	2,385 (△ 0.0)

○ 前月に比べて人口が増加した市町村は11市町村、減少した市町村は65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8年8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	1,909,873	△ 1,187	△ 1,209	22
外国人	46,401	141	3	138

主な転入・転出先 (令和8年8月中)

順位	転 入(人)	転 出(人)
1	国 外 648	国 外 513
2	東 京 都 408	東 京 都 403
3	神 奈 川 県 174	愛 知 県 185
4	埼 玉 県 171	神 奈 川 県 160
5	愛 知 県 171	埼 玉 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）9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9月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和8年8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	p866,084	1,956,274	958,606	997,668	-1,046	855	2,061	4,506	2,642	4,219	2,385	-97
長 野 市	161,260	356,011	173,731	182,280	-122	152	364	631	359	534	348	-7
松 本 市	109,268	233,974	114,845	119,129	-110	104	197	544	333	546	377	-15
上 田 市	67,350	148,072	72,728	75,344	-54	71	158	309	196	263	151	-13
岡 谷 市	19,176	44,171	21,495	22,676	-9	26	53	96	54	76	39	-2
飯 田 市	39,367	91,268	44,265	47,003	-32	56	99	177	101	164	105	-2
諏 訪 市	21,780	46,391	22,679	23,712	-18	17	54	148	78	126	81	-3
須 坂 市	19,709	47,806	23,509	24,297	-32	24	51	94	42	96	57	-3
小 諸 市	17,759	39,830	19,434	20,396	-53	14	47	88	49	107	44	-1
伊 那 市	28,580	63,025	30,969	32,056	-14	30	67	168	92	137	73	-8
駒ヶ根市	13,734	30,613	15,075	15,538	-20	14	32	79	50	79	39	-2
中 野 市	16,423	39,706	19,287	20,419	-31	16	29	77	37	92	36	-3
大 町 市	10,897	23,875	11,605	12,270	-36	6	40	51	31	54	28	1
飯 山 市	7,021	17,125	8,377	8,748	-34	4	28	43	27	52	18	-1
茅 野 市	25,219	54,669	27,425	27,244	29	26	51	164	123	108	65	-2
塩 尻 市	29,606	65,193	32,666	32,527	-29	43	65	176	90	177	78	-6
佐 久 市	41,998	96,328	47,211	49,117	-8	44	82	236	130	202	126	-4
千 曲 市	23,154	56,930	27,444	29,486	-56	21	72	119	58	122	57	-2
東 御 市	11,725	28,512	14,073	14,439	-38	8	30	45	24	59	35	-2
安 曇 野 市	38,906	91,971	44,332	47,639	-50	34	101	205	94	188	85	0
市 計	702,932	1,575,470	771,150	804,320	-717	710	1,620	3,450	1,968	3,182	1,842	-75
南佐久郡	p9,697	22,766	12,401	10,365	-49	7	29	52	37	73	42	-6
小 海 町	1,847	3,994	1,995	1,999	-8	3	8	8	5	11	9	0
佐久穂町	p3,931	9,427	4,614	4,813	-24	3	14	9	3	22	2	0
川 上 村	1,862	4,549	3,030	1,519	0	1	3	19	16	11	9	-6
南 牧 村	1,374	3,315	2,008	1,307	-6	0	3	15	13	18	16	0
南相木村	377	837	417	420	-10	0	1	0	0	9	4	0
北相木村	306	644	337	307	-1	0	0	1	0	2	2	0
北佐久郡	p20,099	42,772	20,809	21,963	62	17	37	258	199	174	111	-2
軽井沢町	p9,645	19,984	9,517	10,467	75	5	22	180	162	87	68	-1
御代田町	7,880	16,755	8,271	8,484	2	9	9	70	33	67	33	-1
立 科 町	2,574	6,033	3,021	3,012	-15	3	6	8	4	20	10	0
小 県 郡	p3,848	8,812	4,346	4,466	-14	3	8	14	6	23	12	0
長 和 町	p2,319	5,060	2,528	2,532	-8	2	6	8	4	12	7	0
青 木 村	1,529	3,752	1,818	1,934	-6	1	2	6	2	11	5	0
諏 訪 郡	16,865	38,638	18,698	19,940	-39	13	40	90	61	100	52	-2
下諏訪町	7,703	17,402	8,335	9,067	-38	5	23	31	14	51	24	0
富士見町	6,006	13,573	6,641	6,932	-5	3	11	38	32	34	21	-1
原 村	3,156	7,663	3,722	3,941	4	5	6	21	15	15	7	-1
上伊那郡	34,051	78,330	38,550	39,780	-27	37	78	216	124	198	99	-4
辰 野 町	7,014	16,871	8,194	8,677	-36	5	25	23	13	37	12	-2
箕 輪 町	10,498	24,296	12,183	12,113	6	8	19	76	28	60	39	1
飯 島 町	3,668	8,363	4,067	4,296	-13	3	12	24	17	28	15	0
南箕輪村	7,305	16,140	8,001	8,139	-1	16	13	43	28	46	16	-1
中 川 村	1,780	4,339	2,071	2,268	-9	1	4	2	2	8	3	0
宮 田 村	3,786	8,321	4,034	4,287	26	4	5	48	36	19	14	-2

総数

市 町 村 名	令和8年9月1日現在				対前月 人 口 増 減	令和8年8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	p20,525	52,563	25,641	26,922	-94	18	84	101	47	133	55	4	
松 川 町	4,588	11,682	5,701	5,981	-9	4	18	26	10	21	10	0	
高 森 町	4,635	12,234	5,942	6,292	-8	4	11	28	18	32	11	3	
阿 南 町	1,441	3,680	1,780	1,900	-18	0	15	8	1	11	6	0	
阿 智 村	2,205	5,605	2,702	2,903	-12	2	7	7	6	14	9	0	
平 谷 村	p189	354	172	182	-5	0	1	0	0	4	1	0	
根 羽 村	p370	752	387	365	-5	0	0	2	2	7	7	0	
下 條 村	p1,139	3,128	1,485	1,643	-3	3	5	4	0	6	1	1	
売 木 村	260	474	238	236	-1	0	0	1	1	2	0	0	
天 龍 村	469	936	443	493	-3	0	4	6	1	5	1	0	
泰 阜 村	p543	1,338	627	711	-2	0	2	1	0	1	0	0	
喬 木 村	1,999	5,419	2,646	2,773	-12	5	13	8	2	12	5	0	
豊 丘 村	p2,184	6,088	3,042	3,046	-15	0	6	7	3	16	3	0	
大 鹿 村	503	873	476	397	-1	0	2	3	3	2	1	0	
木 曽 郡	p10,352	22,195	10,860	11,335	-31	9	34	39	30	45	24	0	
上 松 町	1,673	3,601	1,788	1,813	-5	1	5	5	4	6	1	0	
南 木 曽 町	1,517	3,445	1,705	1,740	-2	1	5	13	12	11	11	0	
木 曽 町	4,440	9,268	4,541	4,727	-13	2	14	15	12	16	5	0	
木 祖 村	p974	2,324	1,072	1,252	-1	2	3	1	0	1	1	0	
王 滝 村	346	617	300	317	-3	1	1	1	0	4	1	0	
大 桑 村	1,402	2,940	1,454	1,486	-7	2	6	4	2	7	5	0	
東 筑 摩 郡	p7,820	19,359	9,487	9,872	-7	10	9	35	16	43	19	0	
麻 績 村	853	2,194	1,055	1,139	2	3	1	4	1	4	2	0	
生 坂 村	p639	1,478	744	734	1	0	1	4	3	2	1	0	
山 形 村	3,206	8,104	3,957	4,147	-13	3	2	8	4	22	10	0	
朝 日 村	1,493	3,937	1,938	1,999	2	4	1	6	1	7	2	0	
筑 北 村	1,629	3,646	1,793	1,853	1	0	4	13	7	8	4	0	
北 安 曇 郡	12,541	28,647	14,077	14,570	-12	9	29	99	65	91	48	0	
池 田 町	3,613	8,573	4,141	4,432	-17	1	11	16	6	23	6	0	
松 川 村	3,821	9,571	4,603	4,968	12	4	7	25	8	11	4	1	
白 馬 村	3,975	8,152	4,087	4,065	-6	3	9	48	41	48	30	0	
小 谷 村	1,132	2,351	1,246	1,105	-1	1	2	10	10	9	8	-1	
埴 科 郡	5,407	12,698	6,294	6,404	-22	5	17	29	10	36	20	-3	
坂 城 町	5,407	12,698	6,294	6,404	-22	5	17	29	10	36	20	-3	
上 高 井 郡	6,304	16,501	7,962	8,539	-4	7	16	37	18	30	19	-2	
小 布 施 町	3,964	10,443	4,969	5,474	-1	5	7	22	9	19	13	-2	
高 山 村	2,340	6,058	2,993	3,065	-3	2	9	15	9	11	6	0	
下 高 井 郡	p7,230	17,018	8,239	8,779	-43	5	37	50	36	55	31	-6	
山ノ内町	4,483	10,181	4,927	5,254	-23	4	22	33	25	35	21	-3	
木 島 平 村	p1,530	3,876	1,889	1,987	-11	0	11	8	5	8	4	0	
野沢温泉村	1,217	2,961	1,423	1,538	-9	1	4	9	6	12	6	-3	
上 水 内 郡	7,770	18,404	9,106	9,298	-17	5	19	32	24	34	10	-1	
信 濃 町	3,088	6,953	3,443	3,510	-7	2	8	16	14	17	6	0	
飯 綱 町	3,751	9,475	4,668	4,807	-8	3	8	12	7	15	4	0	
小 川 村	931	1,976	995	981	-2	0	3	4	3	2	0	-1	
下 水 内 郡	643	1,382	661	721	-2	0	4	4	1	2	1	0	
栄 村	643	1,382	661	721	-2	0	4	4	1	2	1	0	
郡 計	p163,152	380,085	187,131	192,954	-299	145	441	1,056	674	1,037	543	-22	

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）9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9月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8年8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	1,909,873	936,194	973,679	-1,187	846	2,055	3,434	1,700	3,390	1,685	7
長 野 市	351,670	171,755	179,915	-153	149	364	540	288	478	300	0
松 本 市	229,383	112,764	116,619	-80	103	196	459	256	445	283	-1
上 田 市	143,456	70,477	72,979	-69	70	158	223	121	195	93	-9
岡 谷 市	43,277	21,072	22,205	-19	26	53	77	37	69	35	0
飯 田 市	88,988	43,328	45,660	-41	56	99	136	61	136	81	2
諏 訪 市	44,564	21,786	22,778	-24	16	53	108	44	96	53	1
須 坂 市	46,903	23,126	23,777	-18	23	51	86	34	75	37	-1
小 諸 市	38,680	19,004	19,676	-36	14	47	77	39	80	25	0
伊 那 市	61,093	30,061	31,032	-15	29	67	126	57	105	51	2
駒ヶ根市	29,695	14,627	15,068	-29	14	32	49	21	60	22	0
中 野 市	38,746	18,965	19,781	-30	16	29	56	18	73	22	0
大 町 市	23,131	11,341	11,790	-37	6	40	36	20	40	17	1
飯 山 市	16,865	8,254	8,611	-34	4	28	33	17	43	11	0
茅 野 市	53,264	26,712	26,552	-3	26	51	111	72	90	50	1
塩 尻 市	63,656	31,945	31,711	-31	43	65	134	53	143	48	0
佐 久 市	94,730	46,566	48,164	-6	44	82	192	94	161	95	1
千 曲 市	55,817	26,942	28,875	-62	21	72	90	35	101	43	0
東 御 市	27,805	13,700	14,105	-29	8	29	35	15	44	23	1
安曇野市	90,348	43,650	46,698	-50	33	100	174	67	159	61	2
市 計	1,542,071	756,075	785,996	-766	701	1,616	2,742	1,349	2,593	1,350	0
南佐久郡	20,154	9,984	10,170	-43	7	29	23	11	44	15	0
小 海 町	3,808	1,844	1,964	-3	3	8	5	2	3	2	0
佐久穂町	9,317	4,556	4,761	-24	3	14	8	2	21	1	0
川 上 村	3,078	1,604	1,474	-2	1	3	3	3	3	1	0
南 牧 村	2,549	1,288	1,261	-3	0	3	6	4	6	5	0
南相木村	817	408	409	-10	0	1	0	0	9	4	0
北相木村	585	284	301	-1	0	0	1	0	2	2	0
北佐久郡	41,099	19,983	21,116	-2	17	35	141	87	126	67	1
軽井沢町	19,063	9,057	10,006	-1	5	20	75	58	61	43	0
御代田町	16,132	7,976	8,156	9	9	9	58	25	49	18	0
立 科 町	5,904	2,950	2,954	-10	3	6	8	4	16	6	1
小 県 郡	8,674	4,277	4,397	-13	3	8	14	6	22	11	0
長 和 町	4,986	2,503	2,483	-7	2	6	8	4	11	6	0
青 木 村	3,688	1,774	1,914	-6	1	2	6	2	11	5	0
諏 訪 郡	37,674	18,248	19,426	-39	13	40	70	43	83	40	1
下諏訪町	17,042	8,203	8,839	-39	5	23	25	9	46	22	0
富士見町	13,167	6,409	6,758	-8	3	11	27	21	28	16	1
原 村	7,465	3,636	3,829	8	5	6	18	13	9	2	0
上伊那郡	75,603	37,313	38,290	-53	37	78	141	58	153	59	0
辰 野 町	16,365	7,950	8,415	-28	5	25	19	10	27	5	0
箕 輪 町	23,377	11,747	11,630	-1	8	19	57	16	47	27	0
飯 島 町	8,030	3,919	4,111	-7	3	12	19	12	17	4	0
南箕輪村	15,727	7,816	7,911	-14	16	13	28	14	45	15	0
中 川 村	4,247	2,035	2,212	-10	1	4	0	0	7	2	0
宮 田 村	7,857	3,846	4,011	7	4	5	18	6	10	6	0

日本人

市 町 村 名	令和8年9月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8年8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	51,382	25,085	26,297	-113	18	84	68	20	118	41	3
松川町	11,466	5,582	5,884	-16	4	18	17	3	19	8	0
高森町	11,904	5,761	6,143	-19	4	11	15	5	30	10	3
阿南町	3,613	1,768	1,845	-18	0	15	8	1	11	6	0
阿智村	5,363	2,588	2,775	-9	2	7	4	3	8	3	0
平谷村	352	170	182	-5	0	1	0	0	4	1	0
根羽村	729	379	350	-3	0	0	2	2	5	5	0
下條村	3,094	1,477	1,617	-3	3	5	4	0	5	0	0
売木村	466	233	233	-2	0	0	0	0	2	0	0
天龍村	925	441	484	-6	0	4	3	1	5	1	0
泰阜村	1,317	619	698	-2	0	2	1	0	1	0	0
喬木村	5,355	2,620	2,735	-12	5	13	7	1	11	4	0
豊丘村	5,947	2,986	2,961	-16	0	6	5	2	15	2	0
大鹿村	851	461	390	-2	0	2	2	2	2	1	0
木曾郡	21,752	10,729	11,023	-32	9	34	32	26	39	19	0
上松町	3,507	1,775	1,732	-4	1	5	5	4	5	1	0
南木曾町	3,388	1,675	1,713	0	1	5	13	12	9	9	0
木曾町	9,112	4,505	4,607	-16	2	14	11	9	15	4	0
木祖村	2,297	1,067	1,230	-1	2	3	1	0	1	1	0
王滝村	601	297	304	-3	1	1	1	0	4	1	0
大桑村	2,847	1,410	1,437	-8	2	6	1	1	5	3	0
東筑摩郡	19,022	9,342	9,680	-1	10	9	34	15	36	16	0
麻績村	2,178	1,053	1,125	3	3	1	4	1	3	1	0
生坂村	1,456	733	723	1	0	1	4	3	2	1	0
山形村	7,905	3,876	4,029	-10	3	2	7	3	18	8	0
朝日村	3,887	1,914	1,973	3	4	1	6	1	6	2	0
筑北村	3,596	1,766	1,830	2	0	4	13	7	7	4	0
北安曇郡	27,389	13,399	13,990	-24	9	29	62	36	67	28	1
池田町	8,468	4,100	4,368	-18	1	11	15	6	23	6	0
松川村	9,384	4,527	4,857	6	4	7	19	5	11	4	1
白馬村	7,318	3,608	3,710	-12	3	9	24	21	30	15	0
小谷村	2,219	1,164	1,055	0	1	2	4	4	3	3	0
埴科郡	12,190	5,968	6,222	-11	5	17	23	7	22	9	0
坂城町	12,190	5,968	6,222	-11	5	17	23	7	22	9	0
上高井郡	16,278	7,861	8,417	-2	7	16	30	12	23	12	0
小布施町	10,344	4,938	5,406	6	5	7	21	8	13	7	0
高山村	5,934	2,923	3,011	-8	2	9	9	4	10	5	0
下高井郡	16,453	8,032	8,421	-40	5	37	26	13	34	11	0
山ノ内町	9,788	4,796	4,992	-20	4	22	14	7	16	3	0
木島平村	3,832	1,871	1,961	-13	0	11	6	3	8	4	0
野沢温泉村	2,833	1,365	1,468	-7	1	4	6	3	10	4	0
上水内郡	18,162	8,982	9,180	-17	5	19	24	16	28	6	1
信濃町	6,769	3,346	3,423	-7	2	8	10	8	12	2	1
飯綱町	9,436	4,652	4,784	-8	3	8	12	7	15	4	0
小川村	1,957	984	973	-2	0	3	2	1	1	0	0
下水内郡	1,358	655	703	-2	0	4	4	1	2	1	0
栄村	1,358	655	703	-2	0	4	4	1	2	1	0
郡 計	367,190	179,858	187,332	-392	145	439	692	351	797	335	7

令和8年（2026年）9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 —

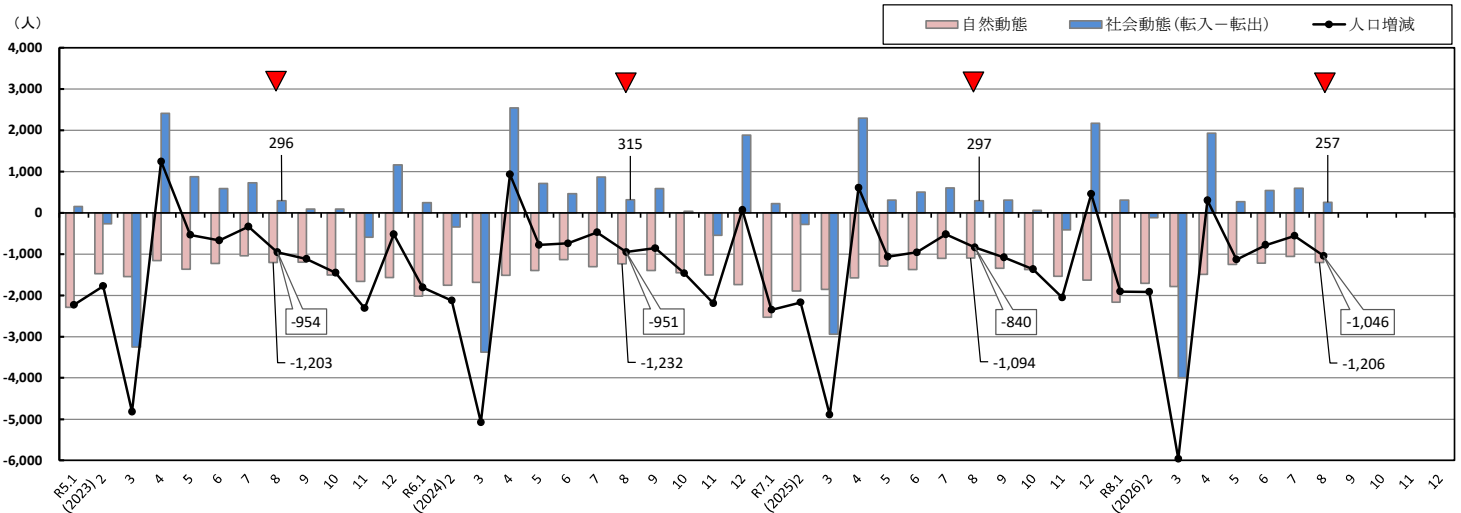
外国人

市 町 村 名	令和8年9月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8年8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		
県 計	46,401	22,412	23,989	141	9	6	1,072	942	829	700	-104	
長 野 市	4,341	1,976	2,365	31	3	0	91	71	56	48	-7	
松 本 市	4,591	2,081	2,510	-30	1	1	85	77	101	94	-14	
上 田 市	4,616	2,251	2,365	15	1	0	86	75	68	58	-4	
岡 谷 市	894	423	471	10	0	0	19	17	7	4	-2	
飯 田 市	2,280	937	1,343	9	0	0	41	40	28	24	-4	
諏 訪 市	1,827	893	934	6	1	1	40	34	30	28	-4	
須 坂 市	903	383	520	-14	1	0	8	8	21	20	-2	
小 諸 市	1,150	430	720	-17	0	0	11	10	27	19	-1	
伊 那 市	1,932	908	1,024	1	1	0	42	35	32	22	-10	
駒ヶ根市	918	448	470	9	0	0	30	29	19	17	-2	
中 野 市	960	322	638	-1	0	0	21	19	19	14	-3	
大 町 市	744	264	480	1	0	0	15	11	14	11	0	
飯 山 市	260	123	137	0	0	0	10	10	9	7	-1	
茅 野 市	1,405	713	692	32	0	0	53	51	18	15	-3	
塩 尻 市	1,537	721	816	2	0	0	42	37	34	30	-6	
佐 久 市	1,598	645	953	-2	0	0	44	36	41	31	-5	
千 曲 市	1,113	502	611	6	0	0	29	23	21	14	-2	
東 御 市	707	373	334	-9	0	1	10	9	15	12	-3	
安 曇 野 市	1,623	682	941	0	1	1	31	27	29	24	-2	
市 計	33,399	15,075	18,324	49	9	4	708	619	589	492	-75	
南 佐 久 郡	2,612	2,417	195	-6	0	0	29	26	29	27	-6	
小 海 町	186	151	35	-5	0	0	3	3	8	7	0	
佐 久 穂 町	110	58	52	0	0	0	1	1	1	1	0	
川 上 村	1,471	1,426	45	2	0	0	16	13	8	8	-6	
南 牧 村	766	720	46	-3	0	0	9	9	12	11	0	
南 相 木 村	20	9	11	0	0	0	0	0	0	0	0	
北 相 木 村	59	53	6	0	0	0	0	0	0	0	0	
北 佐 久 郡	1,673	826	847	64	0	2	117	112	48	44	-3	
軽 井 沢 町	921	460	461	76	0	2	105	104	26	25	-1	
御 代 田 町	623	295	328	-7	0	0	12	8	18	15	-1	
立 科 町	129	71	58	-5	0	0	0	0	4	4	-1	
小 県 郡	138	69	69	-1	0	0	0	0	1	1	0	
長 和 町	74	25	49	-1	0	0	0	0	1	1	0	
青 木 村	64	44	20	0	0	0	0	0	0	0	0	
諏 訪 郡	964	450	514	0	0	0	20	18	17	12	-3	
下 諏 訪 町	360	132	228	1	0	0	6	5	5	2	0	
富 士 見 町	406	232	174	3	0	0	11	11	6	5	-2	
原 村	198	86	112	-4	0	0	3	2	6	5	-1	
上 伊 那 郡	2,727	1,237	1,490	26	0	0	75	66	45	40	-4	
辰 野 町	506	244	262	-8	0	0	4	3	10	7	-2	
箕 輪 町	919	436	483	7	0	0	19	12	13	12	1	
飯 島 町	333	148	185	-6	0	0	5	5	11	11	0	
南 箕 輪 村	413	185	228	13	0	0	15	14	1	1	-1	
中 川 村	92	36	56	1	0	0	2	2	1	1	0	
宮 田 村	464	188	276	19	0	0	30	30	9	8	-2	

外国人

市 町 村 名	令和8年9月1日現在			対前月 人 口 増 減	令和8年8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	1,181	556	625	19	0	0	33	27	15	14	1
松 川 町	216	119	97	7	0	0	9	7	2	2	0
高 森 町	330	181	149	11	0	0	13	13	2	1	0
阿 南 町	67	12	55	0	0	0	0	0	0	0	0
阿 智 村	242	114	128	-3	0	0	3	3	6	6	0
平 谷 村	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根 羽 村	23	8	15	-2	0	0	0	0	2	2	0
下 條 村	34	8	26	0	0	0	0	0	1	1	1
売 木 村	8	5	3	1	0	0	1	1	0	0	0
天 龍 村	11	2	9	3	0	0	3	0	0	0	0
泰 阜 村	21	8	13	0	0	0	0	0	0	0	0
喬 木 村	64	26	38	0	0	0	1	1	1	1	0
豊 丘 村	141	56	85	1	0	0	2	1	1	1	0
大 鹿 村	22	15	7	1	0	0	1	1	0	0	0
木 曾 郡	443	131	312	1	0	0	7	4	6	5	0
上 松 町	94	13	81	-1	0	0	0	0	1	0	0
南 木 曾 町	57	30	27	-2	0	0	0	0	2	2	0
木 曾 町	156	36	120	3	0	0	4	3	1	1	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	93	44	49	1	0	0	3	1	2	2	0
東 筑 摩 郡	337	145	192	-6	0	0	1	1	7	3	0
麻 績 村	16	2	14	-1	0	0	0	0	1	1	0
生 坂 村	22	11	11	0	0	0	0	0	0	0	0
山 形 村	199	81	118	-3	0	0	1	1	4	2	0
朝 日 村	50	24	26	-1	0	0	0	0	1	0	0
筑 北 村	50	27	23	-1	0	0	0	0	1	0	0
北 安 曇 郡	1,258	678	580	12	0	0	37	29	24	20	-1
池 田 町	105	41	64	1	0	0	1	0	0	0	0
松 川 村	187	76	111	6	0	0	6	3	0	0	0
白 馬 村	834	479	355	6	0	0	24	20	18	15	0
小 谷 村	132	82	50	-1	0	0	6	6	6	5	-1
埴 科 郡	508	326	182	-11	0	0	6	3	14	11	-3
坂 城 町	508	326	182	-11	0	0	6	3	14	11	-3
上 高 井 郡	223	101	122	-2	0	0	7	6	7	7	-2
小 布 施 町	99	31	68	-7	0	0	1	1	6	6	-2
高 山 村	124	70	54	5	0	0	6	5	1	1	0
下 高 井 郡	565	207	358	-3	0	0	24	23	21	20	-6
山 ノ 内 町	393	131	262	-3	0	0	19	18	19	18	-3
木 島 平 村	44	18	26	2	0	0	2	2	0	0	0
野 沢 温 泉 村	128	58	70	-2	0	0	3	3	2	2	-3
上 水 内 郡	242	124	118	0	0	0	8	8	6	4	-2
信 濃 町	184	97	87	0	0	0	6	6	5	4	-1
飯 綱 町	39	16	23	0	0	0	0	0	0	0	0
小 川 村	19	11	8	0	0	0	2	2	1	0	-1
下 水 内 郡	24	6	18	0	0	0	0	0	0	0	0
栄 村	24	6	18	0	0	0	0	0	0	0	0
郡 計	12,895	7,273	5,622	93	0	2	364	323	240	208	-29

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8月中）



（上段）令和8年 （中段）令和7年 （下段）過去3年（令和4～6年）平均

	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	916	△ 1.1	1,973	△ 2.8	3,138	△ 1.7	2,545	△ 1.9	△ 96
	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	855	0.7	2,061	6.1	2,642	△ 1.5	2,385	△ 0.0	△ 97
	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
1～8月計	6,620	△ 0.8	18,501	△ 4.6	31,624	△ 0.7	31,835	3.2	△ 912
	6,675	△ 7.5	19,383	0.7	31,849	2.5	30,843	4.1	△ 490
月計	7,171	—	19,185	—	31,238	—	29,916	—	△ 405

※ 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8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)	2,642	1,423	1219	△ 41	2,385	1,277	1108	△ 1	257	146	111	△ 40
北海道	43	22	21	3	49	28	21	1	△ 6	△ 6	0	2
青森	10	6	4	△ 7	4	3	1	△ 1	6	3	3	△ 6
岩手	5	3	2	0	6	5	1	△ 3	△ 1	△ 2	1	3
宮城	14	8	6	△ 3	25	15	10	14	△ 11	△ 7	△ 4	△ 17
秋田	6	2	4	△ 1	10	5	5	8	△ 4	△ 3	△ 1	△ 9
山形	7	2	5	5	12	7	5	5	△ 5	△ 5	0	0
福島	19	11	8	10	17	10	7	12	2	1	1	△ 2
茨城	37	22	15	△ 24	47	25	22	0	△ 10	△ 3	△ 7	△ 24
栃木	30	15	15	5	35	17	18	3	△ 5	△ 2	△ 3	2
群馬	65	34	31	9	66	41	25	4	△ 1	△ 7	6	5
埼玉	171	100	71	7	149	81	68	△ 9	22	19	3	16
千葉	160	103	57	18	109	59	50	14	51	44	7	4
東京	408	209	199	△ 18	403	209	194	△ 1	5	0	5	△ 17
神奈川	174	78	96	7	160	78	82	△ 23	14	0	14	30
新潟	64	36	28	△ 6	63	41	22	7	1	△ 5	6	△ 13
富山	15	13	2	△ 1	28	19	9	6	△ 13	△ 6	△ 7	△ 7
石川	25	15	10	△ 3	23	14	9	△ 10	2	1	1	7
福井	9	6	3	△ 1	10	6	4	△ 4	△ 1	0	△ 1	3
山梨	48	28	20	2	61	28	33	11	△ 13	0	△ 13	△ 9
岐阜	44	31	13	13	45	32	13	0	△ 1	△ 1	0	13
静岡	74	39	35	△ 1	60	33	27	△ 16	14	6	8	15
愛知	171	102	69	△ 11	185	105	80	△ 6	△ 14	△ 3	△ 11	△ 5
三重	22	12	10	3	24	14	10	14	△ 2	△ 2	0	△ 11
滋賀	17	7	10	3	11	7	4	△ 2	6	0	6	5
京都	42	24	18	10	24	13	11	△ 6	18	11	7	16
大阪	92	40	52	8	69	35	34	1	23	5	18	7
兵庫	32	21	11	3	43	18	25	6	△ 11	3	△ 14	△ 3
奈良	7	2	5	△ 2	8	4	4	△ 1	△ 1	△ 2	1	△ 1
和歌山	3	1	2	△ 3	8	4	4	6	△ 5	△ 3	△ 2	△ 9
鳥取	1	1	0	△ 1	4	2	2	△ 3	△ 3	△ 1	△ 2	2
島根	3	1	2	△ 5	6	4	2	2	△ 3	△ 3	0	△ 7
岡山	17	7	10	8	10	7	3	2	7	0	7	6
広島	24	12	12	0	15	9	6	2	9	3	6	△ 2
山口	13	8	5	6	2	2	0	△ 3	11	6	5	9
徳島	9	5	4	7	3	1	2	1	6	4	2	6
香川	13	7	6	8	3	2	1	1	10	5	5	7
愛媛	11	4	7	9	6	3	3	3	5	1	4	6
高知	4	1	3	0	2	0	2	0	2	1	1	0
福岡	15	10	5	△ 5	21	6	15	△ 2	△ 6	4	△ 10	△ 3
佐賀	7	3	4	5	1	1	0	1	6	2	4	4
長崎	9	6	3	2	6	6	0	3	3	0	3	△ 1
熊本	8	5	3	△ 8	12	9	3	4	△ 4	△ 4	0	△ 12
大分	6	2	4	0	5	4	1	0	1	△ 2	3	0
宮崎	10	2	8	△ 3	5	4	1	△ 5	5	△ 2	7	2
鹿児島	8	6	2	△ 4	4	3	1	△ 9	4	3	1	5
沖縄	21	10	11	5	13	9	4	△ 8	8	1	7	13
国外	648	341	307	△ 83	513	249	264	△ 20	135	92	43	△ 63
不明	1	0	1	△ 7	0	0	0	0	1	0	1	△ 7

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。