

1. 人口

C0101-1 人口総数・増加数

令和2年国勢調査における本市全体の人口は372,760人であり、前回調査時の平成27年国勢調査人口と比較すると4,838人減少（△1.3%）している。

人口の推移を区域別にみると、長野都市計画区域の人口は平成17年以降減少に転じている。市街化区域では若干の増加傾向にあるが、市街化調整区域では平成17年から減少傾向にある。

飯綱高原都市計画区域の人口は1,073人であり、平成27年から15人減少（△1.4%）している。

表1-1 C0101 人口総数・増加数（集計表）

（平成 12, 17, 22, 27 年、令和 2 年国勢調査 男女別・年齢階級（5歳階級）別人口をもとに作成）

区 域	平成12年	12～17年の増減		平成17年	17～22年の増減		平成22年	22～27年の増減		平成27年	27～2年の増減		令和2年
	人口	人口	率	人口	人口	率	人口	人口	率	人口	人口	率	人口
行政区域	387,911	-1,339	-0.3%	386,572	-5,061	-1.3%	381,511	-3,913	-1.0%	377,598	-4,838	-1.3%	372,760
長野都市計画区域	352,912	3,302	0.9%	356,214	-2,221	-0.6%	353,993	-322	-0.1%	353,671	-1,604	-0.5%	352,067
旧長野市	343,354	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
旧豊野町	9,558	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
市街化区域Ⅰ 長野	202,744	708	0.3%	203,452	-2,860	-1.4%	200,592	-818	-0.4%	199,774	2,524	1.3%	202,298
DID区域	185,246	9,382	5.1%	194,628	-741	-0.4%	193,887	-3,593	-1.9%	190,294	-2,732	-1.4%	187,562
市街化区域Ⅱ 篠ノ井	36,834	1,583	4.3%	38,417	-10,306	-26.8%	28,111	13,294	47.3%	41,405	-469	-1.1%	40,936
DID区域	27,030	579	2.1%	27,609	970	3.5%	28,579	1,115	3.9%	29,694	23,846	80.3%	53,540
市街化区域Ⅲ 松代	7,928	-170	-2.1%	7,758	-34	-0.4%	7,724	-509	-6.6%	7,215	427	5.9%	7,642
DID区域	6,668	-164	-2.5%	6,504	-91	-1.4%	6,413	-705	-11.0%	5,708	-965	-16.9%	4,743
市街化区域Ⅳ 東北・川中島	25,576	2,731	10.7%	28,307	13,301	47.0%	41,608	-10,271	-24.7%	31,337	648	2.1%	31,985
DID区域	20,166	2,051	10.2%	22,217	2,255	10.1%	24,472	1,529	6.2%	26,001	-	-	-
市街化区域Ⅴ 若穂	2,413	307	12.7%	2,720	331	12.2%	3,051	75	2.5%	3,126	36	1.2%	3,162
DID区域	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
市街化区域Ⅵ 豊野	6,097	-20	-0.3%	6,077	-298	-4.9%	5,779	548	9.5%	6,327	-826	-13.1%	5,501
DID区域	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
市街化区域計	281,592	5,139	1.8%	286,731	134	0.0%	286,865	2,319	0.8%	289,184	2,340	0.8%	291,524
旧長野市	275,495	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
旧豊野町	6,097	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
DID区域	239,110	11,848	5.0%	250,958	2,393	1.0%	253,351	-1,654	-0.7%	251,697	-5,852	-2.3%	245,845
市街化調整区域計	71,320	-1,837	-2.6%	69,483	-2,355	-3.4%	67,128	-2,641	-3.9%	64,487	-3,944	-6.1%	60,543
旧長野市	67,859	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
旧豊野町	3,461	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
DID区域	4,211	260	6.2%	4,471	-337	-7.5%	4,134	-166	-4.0%	3,968	22,192	559.3%	26,160
飯綱高原都市計画区域	-	-	-	1,007	102	10.1%	1,109	-21	-1.9%	1,088	-15	-1.4%	1,073
居住誘導区域	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	237,059
都市機能誘導区域	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	61,006

注) 平成17年に豊野町、戸隠村、鬼無里村、大岡村、平成22年に信州新町、中条村が編入合併している。（行政区域人口の平成7～17年は、旧町村の人口を加算した数値である。）
注) R2年DIDは市街化区分Ⅱと市街化区分Ⅳと併合した区域となった為、市街化区分Ⅱに数値を表示した。

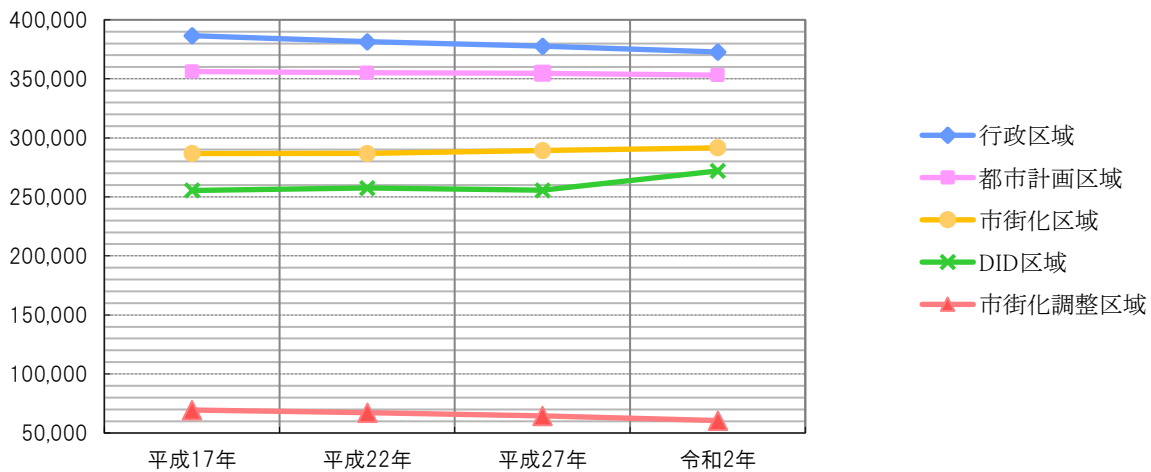


図1-1 区域別人口の推移

C0101-2 年齢・性別人口

令和2年国勢調査における年齢3区分別の人口構成割合は、年少人口（0～14歳）が12.1%、生産年齢人口（15～64歳）が57.2%、老年人口（65歳以上）が30.7%となっている。平成27年と比較すると年少人口が6,275人の減、生産年齢人口が14,844人の減となっている一方で、老年人口は2,236人の増となっており、少子・高齢化が進んでいる。

表1-2 C0101 年齢・性別人口（集計表）

（平成 12, 17, 22, 27 年、令和 2 年国勢調査 男女別・年齢階級（5歳階級）別人口をもとに作成）

年齢（歳）	平成12年			平成17年			平成22年			平成27年			令和2年		
	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）
0～4	18,364	9,495	8,869	18,210	9,248	8,962	16,555	8,443	8,112	14,844	7,500	7,344	12,491	6,376	6,115
5～9	18,057	9,293	8,764	18,776	9,654	9,122	18,185	9,308	8,877	16,329	8,344	7,985	14,419	7,274	7,145
10～14	19,218	9,689	9,529	18,642	9,550	9,092	18,848	9,693	9,155	17,879	9,087	8,792	15,867	8,085	7,782
15～19	19,628	9,835	9,793	18,239	9,135	9,104	17,336	8,952	8,384	17,593	9,156	8,437	16,407	8,457	7,950
20～24	20,860	10,501	10,359	17,845	9,052	8,793	15,271	7,674	7,597	14,265	7,441	6,824	14,014	7,375	6,639
25～29	27,862	14,007	13,855	23,392	11,579	11,813	18,810	9,335	9,475	16,315	8,060	8,255	14,624	7,359	7,265
30～34	25,596	12,851	12,745	28,889	14,473	14,416	23,795	11,789	12,006	19,252	9,511	9,741	16,482	8,237	8,245
35～39	23,718	11,803	11,915	26,169	13,061	13,108	29,095	14,627	14,468	23,659	11,808	11,851	19,115	9,594	9,521
40～44	22,809	11,503	11,306	24,445	12,212	12,233	26,099	13,007	13,092	28,682	14,441	14,241	23,382	11,690	11,692
45～49	24,421	12,166	12,255	23,195	11,550	11,645	24,239	11,974	12,265	25,611	12,769	12,842	27,805	14,022	13,783
50～54	28,228	14,152	14,076	25,060	12,353	12,707	23,284	11,547	11,737	23,848	11,783	12,065	24,816	12,363	12,453
55～59	24,058	11,910	12,148	29,058	14,404	14,654	25,006	12,238	12,768	22,898	11,326	11,572	23,096	11,386	11,710
60～64	20,752	9,902	10,850	24,756	12,115	12,641	28,867	14,148	14,719	24,611	12,008	12,603	22,149	10,865	11,284
65～69	20,129	9,527	10,602	21,402	10,061	11,341	24,424	11,756	12,668	28,021	13,575	14,446	23,493	11,262	12,231
70～74	18,308	8,334	9,974	20,210	9,301	10,909	20,852	9,550	11,302	23,149	10,957	12,192	26,178	12,366	13,812
75～79	13,019	5,376	7,643	17,937	7,779	10,158	19,047	8,452	10,595	19,166	8,485	10,681	20,813	9,495	11,318
80～84	8,054	2,909	5,145	12,009	4,625	7,384	15,915	6,426	9,489	16,456	6,816	9,640	16,227	6,736	9,491
85～89	4,774	1,536	3,238	6,528	1,978	4,550	9,290	3,111	6,179	12,051	4,347	7,704	12,215	4,507	7,708
90～	2,214	610	1,604	3,727	921	2,806	5,147	1,231	3,916	7,164	1,866	5,298	9,317	2,548	6,769
不明	43	31	12	23	14	9	1,446	867	579	5,805	3,563	2,242	19,850	11,287	8,563
総数	360,112	175,430	184,682	378,512	183,065	195,447	381,511	184,128	197,383	377,598	182,843	194,755	372,760	181,284	191,476

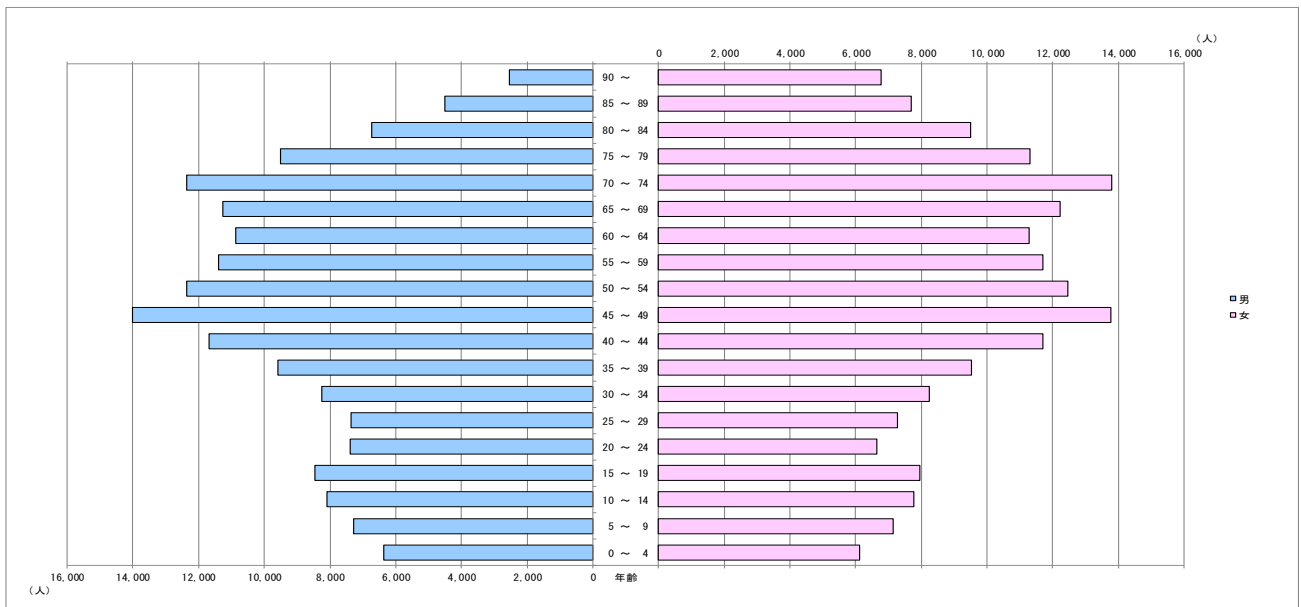


図1-2 令和2年 男女年齢別人口割合

C0102 DID

令和2年の人口集中地区の人口は272,005人、面積5,540ha、人口密度49.1人/haとなっており、昭和50年以降、人口集中地区の面積は拡大しているが、人口密度は減少傾向にある。なお、平成22年～平成27年の5年間は、横ばいに推移している。

地区別にみると、人口集中地区人口が最も多いのは長野地域で、199,489人（構成比約73%）となっており、次いで篠ノ井・更北・川中島地域に66,349人（構成比約25%）、松代地域に6,167人（構成比約2%）となっている。人口密度が最も高い地域は長野地域の50.1人/haであり、次いで篠ノ井・更北・川中島地域の49.3人/ha、松代地域の29.5人/haとなっている。

表1-3 C0102 DID（集計表）

（昭和50年から令和2年の国勢調査 DID 地区境界データをもとに作成）

年次	人口集中地区			市街化区域		市街化区域に対する比率		備考	
	面積 (ha)	人口 (人)	人口密度 (人/ha)	面積 (ha)	人口 (人)	面積ベース (%)	人口ベース (%)		
昭和50年	2,400.0	145,068	60.4	4,730.0	218,136	50.7	66.5		
昭和55年	3,290.0	177,331	53.9	5,054.8	233,318	65.1	76.0		
昭和60年	3,460.0	189,625	54.8	5,055.0	246,580	68.4	76.9		
平成2年	3,850.0	210,717	54.7	5,449.0	262,250	70.7	80.3		
平成7年	4,360.0	236,286	54.2	5,678.0	280,062	76.8	84.4		
平成12年	4,529.0	243,321	53.7	5,691.0	281,592	79.6	86.4		
平成17年	4,713.0	250,958	53.2	5,914.0	286,731	79.7	87.5		
平成22年	4,863.0	253,351	52.1	5,935.0	286,865	81.9	88.3		
平成27年	4,887.0	255,665	52.3	5,948.0	289,184	82.2	88.4		
令和2年	計	5,540.0	272,005	49.1	5,952.7	291,524	93.1	93.3	
	①	3,985.0	199,489	50.1	3,810.9	187,562	104.6	106.4	長野
	②	1,346.0	66,349	49.3	1,222.4	53,540	110.1	123.9	篠ノ井・更北・川中島
	③	209.0	6,167	29.5	186.8	4,743	111.9	130.0	松代

注) 令和2年の市街化区域面積①～③は、D I D区域に該当する区域の図上計測値を採用している。

C0103 将来人口

本市の将来人口の推計を見ると、令和27年推計で総数では315,629人となり、令和2年の人口に比べ57,131人の減少となるが、老年人口（65歳以上）のみで比べると、逆に22,624人の増加となっている。

表1-4 C0103 将来人口（集計表）

（日本の地域別将来推計人口（2015年推計）〔国立社会保障・人口問題研究所〕年齢別男女別将来人口をもとに作成）

年齢（歳）	平成27年（2015）			令和2年（2020）			令和7年（2025）			令和12年（2030）		
	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）
0～4	14,844	7,500	7,344	12,491	6,376	6,115	12,453	6,384	6,069	11,795	6,047	5,748
5～9	16,329	8,344	7,985	14,419	7,274	7,145	13,903	7,132	6,771	12,450	6,387	6,063
10～14	17,879	9,087	8,792	15,867	8,085	7,782	14,722	7,387	7,335	13,784	7,015	6,769
15～19	17,593	9,156	8,437	16,407	8,457	7,950	15,163	7,769	7,394	13,735	6,966	6,769
20～24	14,265	7,441	6,824	14,014	7,375	6,639	14,360	7,581	6,779	13,105	6,907	6,198
25～29	16,315	8,060	8,255	14,624	7,359	7,265	16,668	8,700	7,968	15,770	8,145	7,625
30～34	19,252	9,511	9,741	16,482	8,237	8,245	16,770	8,639	8,131	17,369	8,983	8,386
35～39	23,659	11,808	11,851	19,115	9,594	9,521	17,552	8,821	8,731	17,012	8,842	8,170
40～44	28,682	14,441	14,241	23,382	11,690	11,692	19,728	9,956	9,772	17,606	8,893	8,713
45～49	25,611	12,769	12,842	27,805	14,022	13,783	23,894	12,107	11,787	19,677	9,981	9,696
50～54	23,848	11,783	12,065	24,816	12,363	12,453	28,872	14,732	14,140	23,897	12,170	11,727
55～59	22,898	11,326	11,572	23,096	11,386	11,710	25,987	13,130	12,857	28,887	14,772	14,115
60～64	24,611	12,008	12,603	22,149	10,865	11,284	24,100	12,015	12,085	25,986	13,147	12,839
65～69	28,021	13,575	14,446	23,493	11,262	12,231	22,657	11,150	11,507	23,707	11,716	11,991
70～74	23,149	10,957	12,192	26,178	12,366	13,812	23,631	11,311	12,320	21,868	10,615	11,253
75～79	19,166	8,485	10,681	20,813	9,495	11,318	25,773	12,020	13,753	22,233	10,347	11,886
80～84	16,456	6,816	9,640	16,227	6,736	9,491	19,591	8,530	11,061	23,239	10,294	12,945
85～89	12,051	4,347	7,704	12,215	4,507	7,708	13,869	5,293	8,576	15,890	6,342	9,548
90～	7,164	1,866	5,298	9,317	2,548	6,769	12,863	3,869	8,994	14,544	4,442	10,102
総計	377,598	182,843	194,755	372,760	181,284	191,476	362,556	176,526	186,030	352,554	172,011	180,543

注）上記令和7年～令和27年までの推計は、「日本の地域別将来推計人口（平成30（2018）年推計）」による。

注）平成27年、令和2年は国勢調査実績値の為、年齢不詳は総計に含めた。

（日本の地域別将来推計人口（2015年推計）〔国立社会保障・人口問題研究所〕年齢別男女別将来人口をもとに作成）

年齢（歳）	令和17年（2035）			令和22年（2040）			令和27年（2045）					
	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）	総数（人）	男（人）	女（人）			
0～4	11,327	5,807	5,520	10,724	5,498	5,226	10,091	5,173	4,918			
5～9	11,822	6,065	5,757	11,380	5,839	5,541	10,797	5,540	5,257			
10～14	12,356	6,288	6,068	11,742	5,975	5,767	11,313	5,757	5,556			
15～19	12,865	6,616	6,249	11,536	5,933	5,603	10,962	5,638	5,324			
20～24	11,877	6,201	5,676	11,134	5,891	5,243	9,987	5,286	4,701			
25～29	14,565	7,557	7,008	13,370	6,929	6,441	12,573	6,606	5,967			
30～34	16,438	8,426	8,012	15,296	7,877	7,419	14,130	7,288	6,842			
35～39	17,645	9,205	8,440	16,716	8,640	8,076	15,600	8,108	7,492			
40～44	17,099	8,931	8,168	17,756	9,312	8,444	16,842	8,753	8,089			
45～49	17,580	8,926	8,654	17,101	8,980	8,121	17,772	9,373	8,399			
50～54	19,699	10,045	9,654	17,619	8,994	8,625	17,168	9,066	8,102			
55～59	23,933	12,217	11,716	19,745	10,094	9,651	17,681	9,049	8,632			
60～64	28,891	14,780	14,111	23,988	12,260	11,728	19,846	10,177	9,669			
65～69	25,622	12,857	12,765	28,495	14,454	14,041	23,702	12,015	11,687			
70～74	22,933	11,189	11,744	24,830	12,308	12,522	27,624	13,840	13,784			
75～79	20,623	9,742	10,881	21,695	10,310	11,385	23,550	11,378	12,172			
80～84	20,078	8,875	11,203	18,735	8,425	10,310	19,827	8,983	10,844			
85～89	19,177	7,827	11,350	16,597	6,759	9,838	15,672	6,519	9,153			
90～	16,775	5,298	11,477	20,478	6,690	13,788	20,492	6,609	13,883			
総計	341,305	166,852	174,453	328,937	161,168	167,769	315,629	155,158	160,471			

注）上記令和7年～令和27年までの推計は、「日本の地域別将来推計人口（平成30（2018）年推計）」による。

注）平成27年、令和2年は国勢調査実績値の為、年齢不詳は総計に含めた。

C0104 人口増減

長野市（行政区域）における平成12年以降の人口増減の推移を見ると、自然増については出生数が減少し、死亡者数が増加している状況が続いており、令和2年では平成27年対比で1,670人の減となっている。社会増の推移では、転入者数と転出者数の差はそれほど小さく推移しており、やや減少傾向にあるが、令和2年では平成27年対比で131人の減少にとどまっている。

表1-5 C0104 人口増減（集計表）

（長野市調査（基準日：令和4年3月31日） 単位：（人）

行政区域	年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	令和2年
	出生者数	3,781	3,421	3,308	3,017	2,537
死亡者数	2,661	3,281	3,723	4,116	4,207	
自然増	1,120	140	-415	-1,099	-1,670	
転入者数	15,099	13,192	11,314	11,640	10,728	
転出者数	15,384	13,873	11,792	11,469	10,859	
社会増	-285	-681	-478	171	-131	
人口増加数	835	-541	-893	-928	-1,801	
長野都市計画区域	出生者数	3,605	3,219	3,069	2,827	2,396
死亡者数	2,537	3,088	3,454	3,857	3,973	
自然増	1,068	131	-385	-1,030	-1,577	
転入者数	14,396	12,415	10,498	10,907	10,132	
転出者数	14,668	13,056	10,941	10,746	10,256	
社会増	-272	-641	-443	160	-124	
人口増加数	796	-510	-828	-870	-1,701	
市街化区域	出生者数	2,893	2,591	2,487	2,311	1,984
死亡者数	2,036	2,485	2,799	3,153	3,290	
自然増	857	106	-312	-842	-1,306	
転入者数	11,551	9,993	8,507	8,916	8,390	
転出者数	11,769	10,509	8,867	8,785	8,492	
社会増	-218	-516	-360	131	-102	
人口増加数	639	-410	-672	-711	-1,409	
飯綱高原都市計画区域	出生者数	-	9	10	9	7
死亡者数	-	9	11	12	12	
自然増	-	0	-1	-3	-5	
転入者数	-	35	33	35	31	
転出者数	-	37	34	34	31	
社会増	-	-2	-1	1	0	
人口増加数	-	-1	-2	-3	-5	

注）平成17年に豊野町、戸隠村、鬼無里村、大岡村、平成22年に信州新町、中条村が編入合併している。（平成16年までは旧長野市のみの数値で、平成17年1月1日以降は、旧豊野町・戸隠村・鬼無里村・大岡村分を含み、平成22年1月1日以降は、旧信州新町・中条村を含めた数値である。）また、都市計画区域、市街化区域の数値については各区域区分の人口比率により算出している。

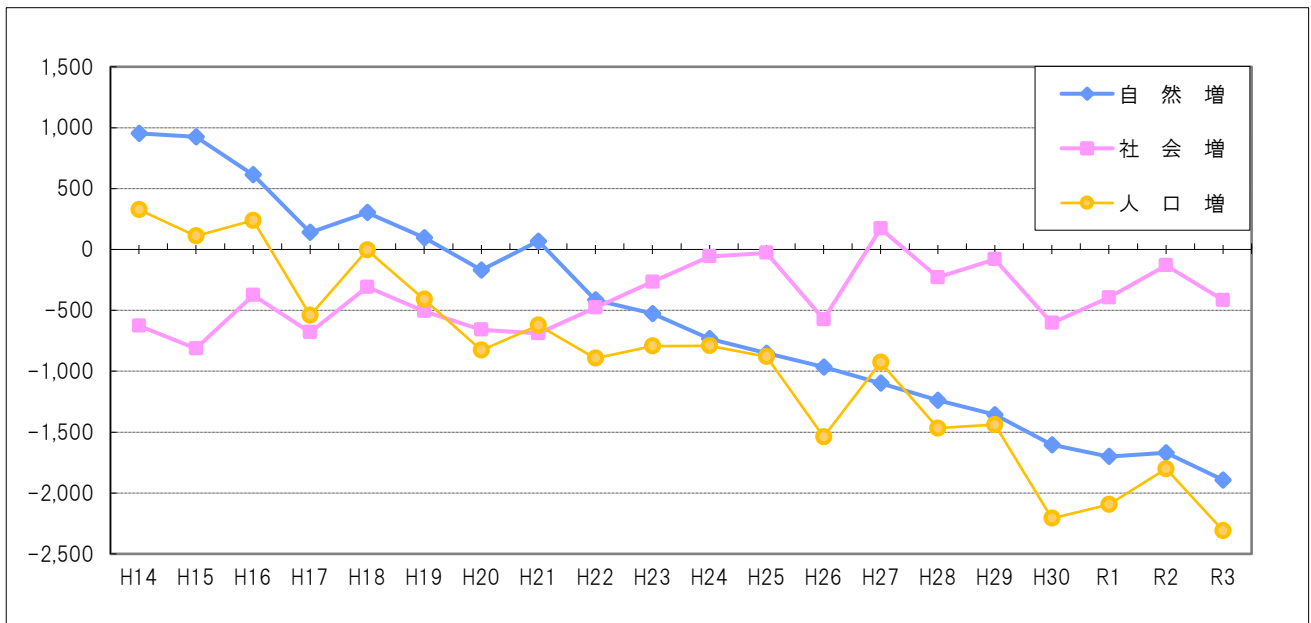


図1-3 人口増減の推移（平成14年以降）

C0105 通勤・通学移動

長野県主要都市間の通勤・通学の移動状況を見ると、本市に常住している就業・通学者数は226,887人であり、その内、本市内において従業・通学している者が194,057人と最も多く、次いで、市外の千曲市へ6,312人、須坂市へ5,821人（不詳除く）の順となっている。また、他県他市町に常住し、本市内に従業・通学している人口は、43,827人となっており、その内、その他県内に常住している者が8,140人と最も多く、次いで、千曲市から8,126人、須坂市から7,761人（不詳除く）の順となっている。

表1-6 C0105_通勤・通学移動（集計表）

（平成 12, 17, 22, 27 年、令和 2 年国勢調査 常住地・従業地における就業・通学者数をもとに作成）

年	常住地による就業者数	流出		従業地による就業者数	流入		従/常就業者比率
		就業者数	流出率		就業者数	流入率	
平成12年	211,048	19,706	9.3%	235,644	44,302	19%	111.7%
平成17年	213,513	23,015	10.8%	231,127	40,629	18%	108.2%
平成22年	213,253	30,832	14.5%	229,416	46,995	20%	107.6%
平成27年	209,090	28,737	13.7%	222,840	42,487	19%	106.6%
令和2年	226,887	33,582	14.8%	237,884	43,827	18%	104.8%

単位：（人）

年	流出先														
	流出率第1位			流出率第2位			流出率第3位			流出率第4位			流出率第5位		
	市町村名	流出者数	流出率	市町村名	流出者数	流出率	市町村名	流出者数	流出率	市町村名	流出者数	流出率	市町村名	流出者数	流出率
平成12年	更埴市	4,301	2.0%	須坂市	3,936	1.9%	上田市	1,706	0.8%	中野市	1,442	0.7%	松本市	979	0.5%
平成17年	千曲市	5,522	2.6%	須坂市	4,830	2.3%	中野市	2,109	1.0%	上田市	1,877	0.9%	松本市	1,252	0.6%
平成22年	千曲市	5,667	2.7%	須坂市	5,427	2.5%	中野市	2,019	0.9%	上田市	1,943	0.9%	松本市	1,227	0.6%
平成27年	千曲市	6,002	2.9%	須坂市	5,701	2.7%	中野市	2,150	1.0%	上田市	1,911	0.9%	松本市	1,279	0.6%
令和2年	千曲市	6,312	2.8%	須坂市	5,821	2.6%	中野市	2,432	1.1%	上田市	1,750	0.8%	松本市	1,317	0.6%

年	流入先														
	流入率第1位			流入率第2位			流入率第3位			流入率第4位			流入率第5位		
	市町村名	流入者数	流入率	市町村名	流入者数	流入率	市町村名	流入者数	流入率	市町村名	流入者数	流入率	市町村名	流入者数	流入率
平成12年	更埴市	6,578	2.8%	須坂市	8,398	3.6%	中野市	2,983	1.3%	豊野町	2,336	1.0%	上田市	2,131	0.9%
平成17年	千曲市	8,727	3.8%	須坂市	8,263	3.6%	中野市	3,795	1.6%	飯綱町	2,993	1.3%	上田市	1,986	0.9%
平成22年	千曲市	8,821	3.8%	須坂市	8,118	3.5%	中野市	3,888	1.7%	飯綱町	2,718	1.2%	上田市	2,358	1.0%
平成27年	千曲市	8,435	3.8%	須坂市	8,071	3.6%	中野市	3,858	1.7%	飯綱町	2,416	1.1%	上田市	2,277	1.0%
令和2年	千曲市	8,126	3.4%	須坂市	7,761	3.3%	中野市	3,501	1.5%	上田市	2,251	0.9%	飯綱町	2,162	0.9%

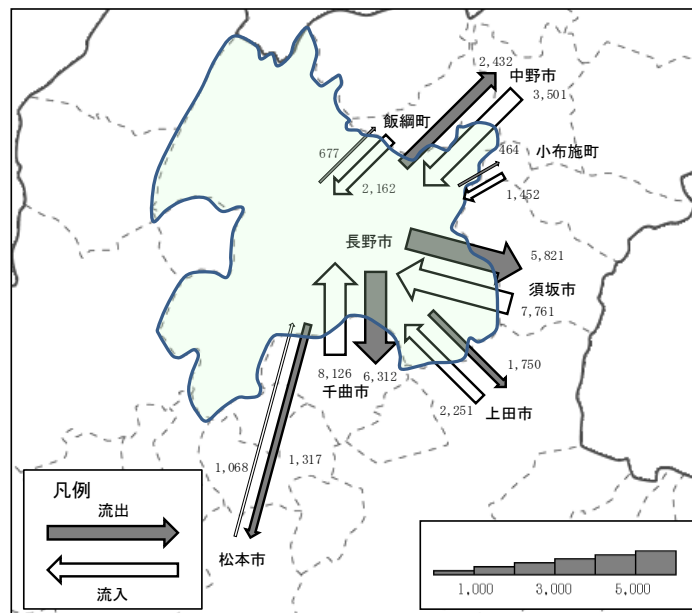


図1-4 流出入状況図