

5 広域市町村圏別人口

長野地域と松本地域に総人口の約47%が集中

令和4年1月1日現在の人口を広域市町村圏別にみると、最も多いのは長野地域の 528,510 人(26.0%)、次いで松本地域 421,020 人(20.7%)、佐久地域 202,985 人(10.0%)の順となっています。

令和3年中の人口増減率をみると、全地域で減少しており、このうち木曾地域は減少率が 2.03%となっています。(表9)

表9 広域市町村圏別人口

地域	令和4. 1. 1現在		令和3. 1. 1	令和3年中	人口増減率の推移(%)				
	人口(人)	割合(%)	人口(人)	増減数(人)	令和3年中	令和2年中	令和元年中	平成30年中	平成29年中
佐久	202,985	10.0	203,709	△ 724	△ 0.36	△ 0.14	△ 0.38	△ 0.34	△ 0.42
上小	192,338	9.5	193,711	△ 1,373	△ 0.71	△ 0.77	△ 0.85	△ 0.36	△ 0.55
諏訪	191,695	9.4	193,484	△ 1,789	△ 0.92	△ 0.82	△ 0.83	△ 0.70	△ 0.56
上伊那	178,371	8.8	179,668	△ 1,297	△ 0.72	△ 0.79	△ 0.61	△ 0.43	△ 0.48
飯伊	153,180	7.5	155,047	△ 1,867	△ 1.20	△ 1.23	△ 1.15	△ 0.98	△ 0.97
木曾	24,859	1.2	25,374	△ 515	△ 2.03	△ 2.29	△ 2.55	△ 2.11	△ 2.32
松本	421,020	20.7	423,152	△ 2,132	△ 0.50	△ 0.40	△ 0.43	△ 0.32	△ 0.29
大北	55,370	2.7	56,207	△ 837	△ 1.49	△ 2.51	△ 0.96	△ 0.77	△ 1.14
長野	528,510	26.0	532,219	△ 3,709	△ 0.70	△ 0.58	△ 0.66	△ 0.67	△ 0.51
北信	81,095	4.0	82,335	△ 1,240	△ 1.51	△ 1.87	△ 1.18	△ 1.28	△ 1.34
県計	2,029,541	100.0	2,044,780	△ 15,239	△ 0.75	△ 0.73	△ 0.70	△ 0.58	△ 0.56

注1) 県計と各地域の推計方法が異なるため、各地域の計と県計は一致しません。

注2) 各広域市町村圏に含まれる市、郡名

佐久地域：小諸市、佐久市、南佐久郡、北佐久郡
 上小地域：上田市、東御市、小県郡
 諏訪地域：岡谷市、諏訪市、茅野市、諏訪郡
 上伊那地域：伊那市、駒ヶ根市、上伊那郡
 飯伊地域：飯田市、下伊那郡
 木曾地域：木曾郡
 松本地域：松本市、塩尻市、安曇野市、東筑摩郡
 大北地域：大町市、北安曇郡
 長野地域：長野市、須坂市、千曲市、埴科郡、上高井郡、上水内郡
 北信地域：中野市、飯山市、下高井郡、下水内郡

15～64歳人口割合が高い松本地域、65歳以上人口割合が高い木曾地域

年齢3区分別人口割合を広域市町村圏別にみると、15歳未満人口割合は飯伊地域の 12.5%が、15～64歳人口割合は松本地域の 57.8%が、65歳以上人口割合は木曾地域の 43.4%がそれぞれ最も高くなっています。

(表 10)

表 10 広域市町村別・年齢3区分別人口

(令和3年10月1日現在)

地域	人口(人)					割合(%)				年齢構造指数			
	総数	15歳未満	15～64歳	65歳以上	75歳以上	15歳未満	15～64歳	65歳以上	75歳以上	年少人口	老年人口	従属人口	老年化
佐久	203,922	24,172	110,835	65,978	34,723	12.0	55.1	32.8	17.3	21.8	59.5	81.3	273.0
上小	192,621	22,503	107,182	60,741	32,248	11.8	56.3	31.9	16.9	21.0	56.7	77.7	269.9
諏訪	192,064	22,358	104,022	63,788	35,585	11.8	54.7	33.5	18.7	21.5	61.3	82.8	285.3
上伊那	178,583	21,824	97,478	56,291	30,605	12.4	55.5	32.1	17.4	22.4	57.7	80.1	257.9
飯伊	153,575	19,100	80,395	52,846	29,374	12.5	52.8	34.7	19.3	23.8	65.7	89.5	276.7
木曾	24,979	2,212	11,835	10,766	5,981	8.9	47.7	43.4	24.1	18.7	91.0	109.7	486.7
松本	421,627	51,039	240,103	123,932	67,174	12.3	57.8	29.9	16.2	21.3	51.6	72.9	242.8
大北	55,466	5,523	28,541	20,740	11,155	10.1	52.1	37.8	20.4	19.4	72.7	92.0	375.5
長野	529,122	60,094	283,959	164,446	88,212	11.8	55.8	32.3	17.3	21.2	57.9	79.1	273.6
北信	81,222	8,702	42,241	29,768	15,667	10.8	52.3	36.9	19.4	20.6	70.5	91.1	342.1
県計	2,033,357	237,551	1,106,709	649,330	350,744	11.9	55.5	32.6	17.6	21.5	58.7	80.1	273.3

注) 1 県計と各地域の推計方法が異なるため、各地域の計と県計は一致しません。

2 人口総数には、年齢不詳を含みます。

県内移動は同一地域、県外移動は関東地方との移動が多い

県内移動を広域市町村圏別にみると、同一地域内での移動が50%を超える地域が4地域となっています。県外移動では、木曾地域が東海地域からの移動が最も多くなっている他は、いずれの地域も関東地方からの移動が最も多くなっています。(図10)

図10 従前地別移動者数及び割合

