

人口減少（少子高齢化）とまちづくり

小林 達哉

都市デザイン鑑定(株)代表取締役
中小企業診断士
不動産鑑定士



2024年に日本で生まれた子どもの数（外国人を含む出生数）は前年比5.0%減の72万988人だった。9年連続で過去最少を更新し、日本人だけに限れば70万人を割っていると思われる（厚生労働省、令和7年2月27日発表人口動態統計）。



まちづくりには担い手が必要、しかし、出生数は減り続けています。ならば、どうしたらいいのか？人口動態調査を基に考えてみました。



合計特殊出生率が三大都市圏が低く地方圏は高いので地方に人を移住させるべきとの意見もありますが、当出生率は高齢化が進み、未婚女性が他都道府県に移動している地方圏の状況を考えると参考になりません。むしろ、人口の自然増減、社会増減に着目して問題を捉えるべきだと思います。



別表のとおり、人口減少による所得減少を抑えるには所得水準が高い東京23区等への人口流入は効果的で、10年、20年推計では、転出入増減が現状のまま続く局所集中効果は101.0%、101.8%に、高度人材も含む日本人と同所得水準の外国人流入もあり、増加が現状のまま続く場合の局所集中効果は103.4%、105.2%になります。地方創生が唱えられる中、減少していくパイ（人口）の奪い合いには様々な考え方があると思いますが、むしろ、人口減少下のまちづくりにはそれぞれの地域間での選択と集中が必要で、鍵となる外国住民の移動増のためには、三大都市圏、特に、東京圏が受け皿となることも重要です。

人口局所集中化効果計算表

令和7年2月28日作成

令和6(2024)年1月から12月分(県計)人口動態統計速報を基に作成										人口動態総覧（件数）：都道府県別																						
地域コード	都道府県	2023. 10. 1推計人口千人	2023年合計特殊出生率	出生数	死亡数	自然増減 出生数-死亡数	対人口比率 α	10年後増減比率① $\frac{1-1/(1+\alpha)^{10}}$	20年増減比率② $\frac{1-1/(1+\alpha)^{20}}$	2021年一人当たり 県民所得 円	総都道府県民 所得推計値 億円 2021年 ベース	10年後総都 道府県民所 得推計値 億円 ※1	20年後総都 道府県民所 得推計値 億円 ※1	2024年転 入増加数	対人口転入 増減比率 β	自然増減 +転入増 減（ Σ ） ※2	10年後人口 減少比率 $\frac{1-1/(1+\Sigma)^{10}}$	10年後総都 道府県民所 得推計値 億円 ※3	局所集中 化効果	20年後人口 減少比率 $\frac{1-1/(1+\Sigma)^{20}}$	20年後総都 道府県民所 得推計値 億円 ※3	局所集中 化効果	2024年外 国人移動 者	合計（社 会増減） ※4	同左人口 比率 β	$\alpha+\beta+ \beta$ Σ （ Σ ）	10年比率 $\frac{1-1/(1+\Sigma)^{10}}$	10年後総都 道府県民所 得推計値 億円 ※5	局所集中 化効果	20年比率 $\frac{1-1/(1+\Sigma)^{20}}$	20年後総都 道府県民所 得推計値 億円 ※5	局所集中 化効果
全国		124,352	1.20	720,988	1,618,684	-897,696	-0.72%	-7.51%	-15.59%	3,330	4,140,922	3,829,769	3,495,236	0	0.0%	-0.72%	-7.51%	3,869,778	101.0%	-15.59%	3,559,866	101.8%	240,483	240,483	0.19%	-0.53%	-5.44%	3,958,141	103.4%	-11.18%	3,745,025	105.2%
01	北海道	5,092	1.06	23,505	76,990	-53,485	-1.05%	-11.14%	-23.51%	2,811	143,136	127,195	109,479	-6,285	-0.1%	-1.17%	-12.53%	125,197	98.4%	-26.64%	105,010	95.9%	6,516	231	0.00%	-1.05%	-11.09%	127,268	100.1%	-23.40%	109,641	104.4%
02	青森県	1,184	1.23	5,410	20,570	-15,160	-1.28%	-13.75%	-29.40%	2,858	33,839	29,185	23,890	-5,285	-0.4%	-1.73%	-19.03%	27,400	93.9%	-41.68%	19,736	82.6%	729	-4,556	-0.38%	-1.67%	-18.28%	27,651	94.7%	-39.91%	20,333	103.0%
03	岩手県	1,163	1.16	5,098	19,719	-14,621	-1.26%	-13.49%	-28.79%	2,685	31,227	27,015	22,236	-4,873	-0.4%	-1.68%	-18.42%	25,476	94.3%	-40.22%	18,666	83.9%	968	-3,905	-0.34%	-1.59%	-17.42%	25,787	95.5%	-37.87%	19,400	103.9%
04	宮城県	2,264	1.07	11,630	29,120	-17,490	-0.77%	-8.06%	-16.78%	2,865	64,864	59,633	53,981	-2,989	-0.1%	-0.90%	-9.51%	58,694	98.4%	-19.93%	51,937	96.2%	817	-2,172	-0.10%	-0.87%	-9.11%	58,952	98.9%	-19.06%	52,501	101.1%
05	秋田県	914	1.10	3,540	17,524	-13,984	-1.53%	-16.67%	-36.12%	2,688	24,577	20,480	15,700	-3,282	-0.4%	-1.89%	-21.01%	19,413	94.8%	-46.44%	13,164	83.8%	277	-3,005	-0.33%	-1.86%	-20.64%	19,505	95.2%	-45.54%	13,386	101.7%
06	山形県	1,026	1.22	4,999	17,002	-12,003	-1.17%	-12.49%	-26.54%	2,861	29,354	25,688	21,565	-3,876	-0.4%	-1.55%	-16.88%	24,399	95.0%	-36.61%	18,608	86.3%	765	-3,111	-0.30%	-1.47%	-16.00%	24,658	96.0%	-34.56%	19,210	102.2%
07	福島県	1,767	1.21	8,637	27,404	-18,767	-1.06%	-11.27%	-23.81%	2,921	51,614	45,798	39,326	-6,683	-0.4%	-1.44%	-15.61%	43,556	95.1%	-33.66%	34,239	87.1%	1,423	-5,260	-0.30%	-1.36%	-14.67%	44,041	96.2%	-31.50%	35,357	103.3%
08	茨城県	2,825	1.22	14,843	39,288	-24,445	-0.87%	-9.08%	-18.98%	3,438	97,124	88,305	78,686	-6,040	-0.2%	-1.08%	-11.46%	85,993	97.4%	-24.23%	73,587	93.5%	10,348	4,308	0.15%	-0.71%	-7.42%	89,921	101.8%	-15.38%	82,185	111.7%
09	栃木県	1,897	1.19	9,815	25,776	-15,961	-0.84%	-8.82%	-18.41%	3,307	62,734	57,203	51,184	-1,521	-0.1%	-0.92%	-9.70%	56,648	99.0%	-20.34%	49,973	97.6%	4,405	2,884	0.15%	-0.69%	-7.16%	58,241	101.8%	-14.84%	53,426	106.9%
10	群馬県	1,902	1.25	10,276	27,874	-17,598	-0.93%	-9.74%	-20.43%	3,187	60,617	54,712	48,232	-975	-0.1%	-0.98%	-10.31%	54,367	99.4%	-21.68%	47,472	98.4%	5,717	4,742	0.25%	-0.68%	-7.02%	56,363	103.0%	-14.53%	51,811	109.1%
11	埼玉県	7,331	1.14	41,987	86,785	-44,798	-0.61%	-6.32%	-13.04%	3,045	223,522	209,393	194,370	21,736	0.3%	-0.31%	-3.20%	216,367	103.3%	-6.50%	208,984	107.5%	12,931	34,667	0.47%	-0.14%	-1.39%	220,410	105.3%	-2.80%	217,254	104.0%
12	千葉県	6,257	1.14	35,370	75,955	-40,585	-0.65%	-6.72%	-13.90%	3,059	191,402	178,532	164,797	7,859	0.1%	-0.52%	-5.38%	181,097	101.4%	-11.06%	170,237	103.3%	23,736	31,595	0.50%	-0.14%	-1.45%	188,630	105.7%	-2.92%	185,818	109.2%
13	東京都	14,086	0.99	87,376	142,022	-54,646	-0.39%	-3.96%	-8.08%	5,761	811,494	779,331	745,892	79,285	0.6%	0.17%	1.73%	825,553	105.9%	3.46%	839,369	112.5%	37,474	116,759	0.83%	0.44%	4.30%	846,425	108.6%	8.42%	879,852	104.8%
14	神奈川県	9,229	1.13	52,534	102,475	-49,941	-0.54%	-5.58%	-11.46%	3,195	295,236	278,774	261,394	26,963	0.3%	-0.25%	-2.52%	287,783	103.2%	-5.11%	280,143	107.2%	14,690	41,653	0.45%	-0.09%	-0.90%	292,571	104.9%	-1.81%	289,883	103.5%
15	新潟県	2,126	1.23	10,446	33,183	-22,737	-1.07%	-11.35%	-23.99%	2,919	62,058	55,013	47,169	-5,782	-0.3%	-1.34%	-14.46%	53,085	96.5%	-31.01%	42,814	90.8%	1,582	-4,200	-0.20%	-1.27%	-13.60%	53,618	97.5%	-29.05%	44,031	102.8%
16	富山県	1,007	1.35	5,427	15,264	-9,837	-0.98%	-10.31%	-21.69%	3,291	33,140	29,722	25,951	-2,119	-0.2%	-1.19%	-12.66%	28,936	97.4%	-26.98%	24,198	93.2%	1,786	-333	-0.03%	-1.01%	-10.68%	29,600	99.6%	-22.51%	25,681	106.1%
17	石川県	1,109	1.34	6,387	15,115	-8,728	-0.79%	-8.22%	-17.12%	2,963	32,860	30,158	27,234	-4,176	-0.4%	-1.16%	-12.42%	28,780	95.4%	-26.37%	24,193	93.8%	2,018	-2,158	-0.19%	-0.98%	-10.37%	29,453	97.7%	-21.81%	25,693	106.2%
18	福井県	744	1.46	4,666	10,578	-5,912	-0.79%	-8.30%	-17.30%	3,263	24,277	22,261	20,077	-1,690	-0.2%	-1.02%	-10.82%	21,651	97.3%	-22.80%	18,741	93.3%	1,828	138	0.02%	-0.78%	-8.10%	22,310	100.2%	-16.86%	20,183	107.7%
19	山梨県	796	1.32	4,394	11,377	-6,983	-0.88%	-9.21%	-19.27%	3,243	25,814	23,436	20,840	82	0.0%	-0.87%	-9.10%	23,466	100.1%	-19.02%	20,904	100.3%	1,426	1,508	0.19%	-0.69%	-7.15%	23,970	102.3%	-14.80%	21,993	105.2%
20	長野県	2,004	1.34	11,048	29,169	-18,121	-0.90%	-9.51%	-19.92%	2,945	59,098	53,478	47,324	-1,530	-0.1%	-0.98%	-10.36%	52,978	99.1%	-21.78%	46,224	97.7%	4,888	3,358	0.17%	-0.74%	-7.67%	54,563	102.0%	-15.94%	49,679	107.5%
21	岐阜県	1,931	1.31	10,699	26,506	-15,807	-0.82%	-8.57%	-17.87%	3,092	59,707	54,592	49,038	-5,238	-0.3%	-1.09%	-11.58%	52,792	96.7%	-24.50%	45,076	91.9%	4,177	-1,061	-0.05%	-0.87%	-9.17%	54,231	99.3%	-19.18%	48,254	107.1%
22	静岡県	3,555	1.25	18,767	49,595	-30,828	-0.87%	-9.10%	-19.03%	3,314	117,813	107,092	95,395	-7,271	-0.2%	-1.07%	-11.38%	104,409	97.5%	-24.05%	89,481	93.8%	7,237	-34	0.00%	-0.87%	-9.11%	107,079	100.0%	-19.05%	95,368	106.6%
23	愛知県	7,477	1.29	48,619	83,563	-34,944	-0.47%	-4.80%	-9.82%	3,597	268,948	256,409	242,532	-7,292	-0.1%	-0.56%	-5.83%	253,273	98.9%	-12.00%	236,684	97.6%	20,254	12,962	0.17%	-0.29%	-2.99%	260,911	101.9%	-6.07%	252,635	106.7%
24	三重県	1,727	1.29	9,645	24,186	-14,541	-0.84%	-8.82%	-18.42%	3,111	53,727	48,987	43,828	-6,326	-0.4%	-1.21%	-12.93%	46,782	95.5%	-27.52%	38,940	88.8%	5,097	-1,229	-0.07%	-0.91%	-9.61%	48,565	99.1%	-20.14%	42,908	110.2%
25	滋賀県	1,407	1.38	9,240	15,768	-6,518	-0.46%	-4.75%	-9.73%	3,161	44,475	42,361	40,147	-320	0.0%	-0.49%	-4.99%	42,255	99.7%	-10.23%	39,924	99.4%	2,185	1,865	0.13%	-0.33%	-3.37%	42,977	101.5%	-6.85%	41,429	103.8%
26	京都府	2,535	1.11	13,690	31,576	-17,886	-0.71%	-7.34%	-15.21%	3,025	76,709	71,081	65,039	-4,761	-0.2%	-0.89%	-9.39%	69,507	97.8%	-19.66%	61,629	94.8%	6,508	1,747	0.07%	-0.64%	-6.60%	71,650	100.8%	-13.63%	66,257	107.5%
27	大阪府	8,763	1.19	55,705	110,725	-55,020	-0.63%	-6.50%	-13.42%	3,051	267,359	249,878	231,467	16,848	0.2%	-0.44%	-4.46%	255,429	102.2%	-9.12%	242,966	10										