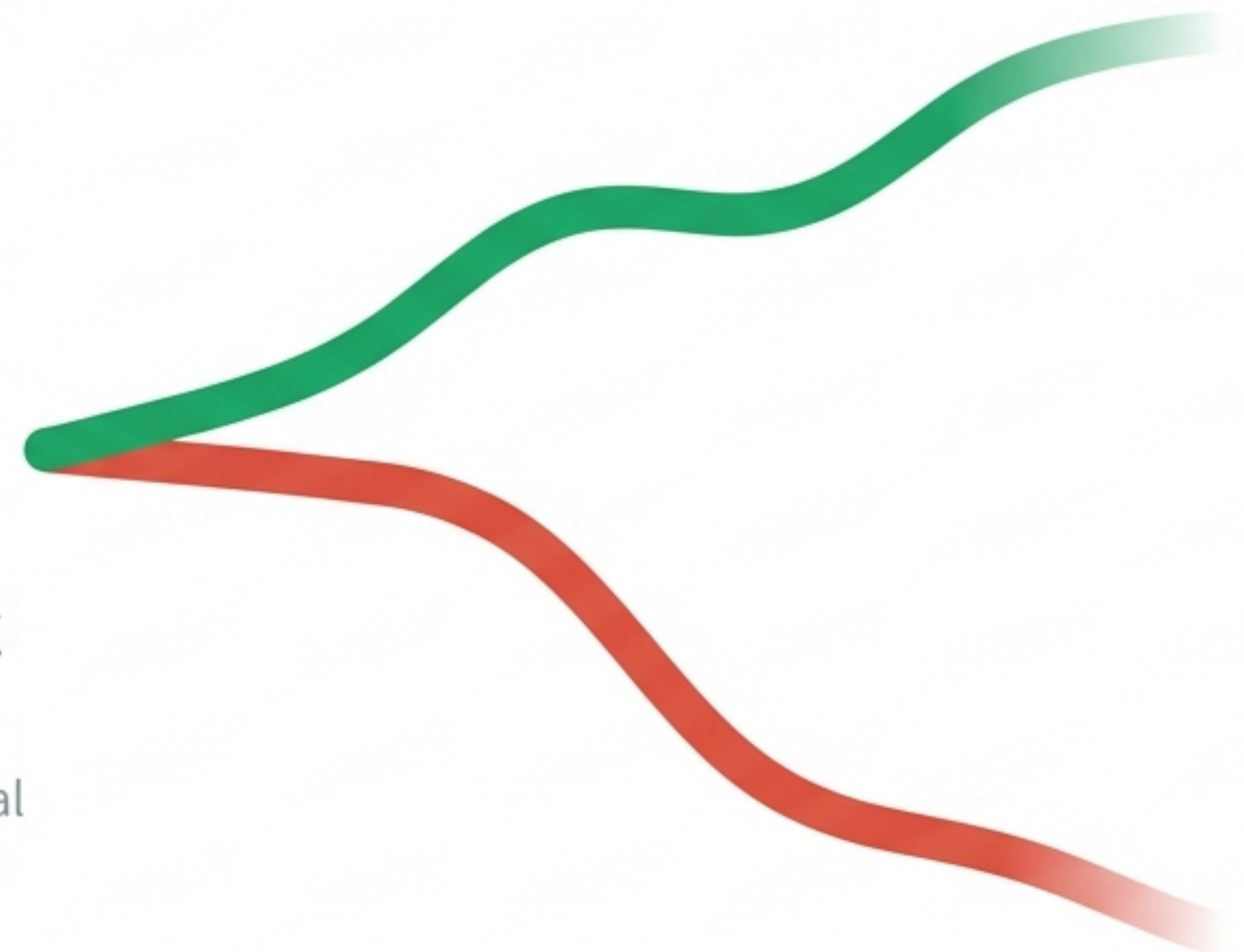


令和7年（2025） 長野県・飯田市 人口異動分析

県全体の「社会増」と飯田市の「社会減」に見る乖離

Analysis of Population Trends: Nagano Prefecture & Iida City —
The Divergence between Prefectural Social Increase and City Social
Decrease

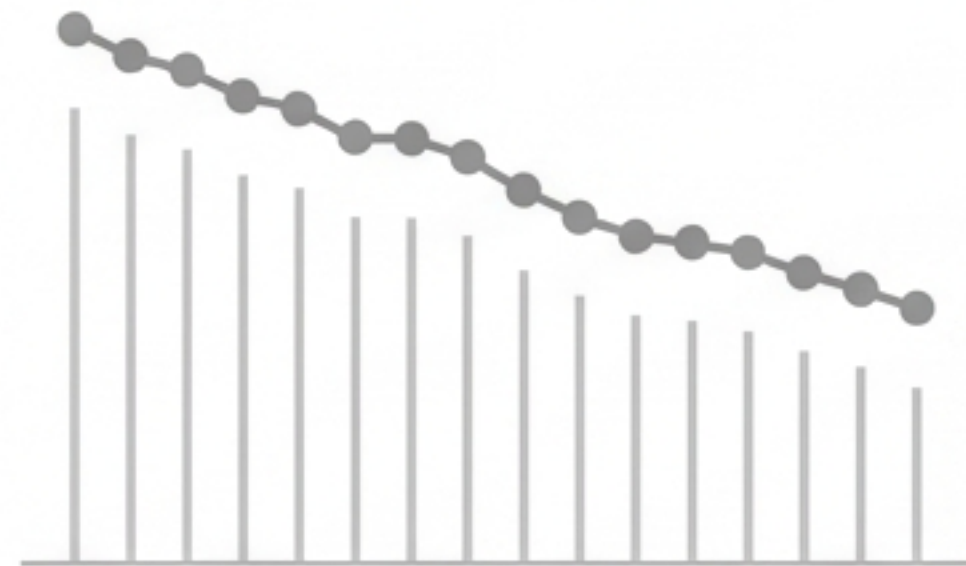


2025年の結論：長野県は「社会増」を維持するも、飯田市は県内最大の「社会減」を記録

🕒 24年

県全体の総人口

長野県全体の総人口は24年連続で減少（△16,235人）。自然減の拡大が主な要因。



👤 4年

県全体の社会動態

転入・転出の差は4年連続で「社会増」（+2,357人）を達成。外国人の流入増（+3,615人）が日本人の減少を補完している。



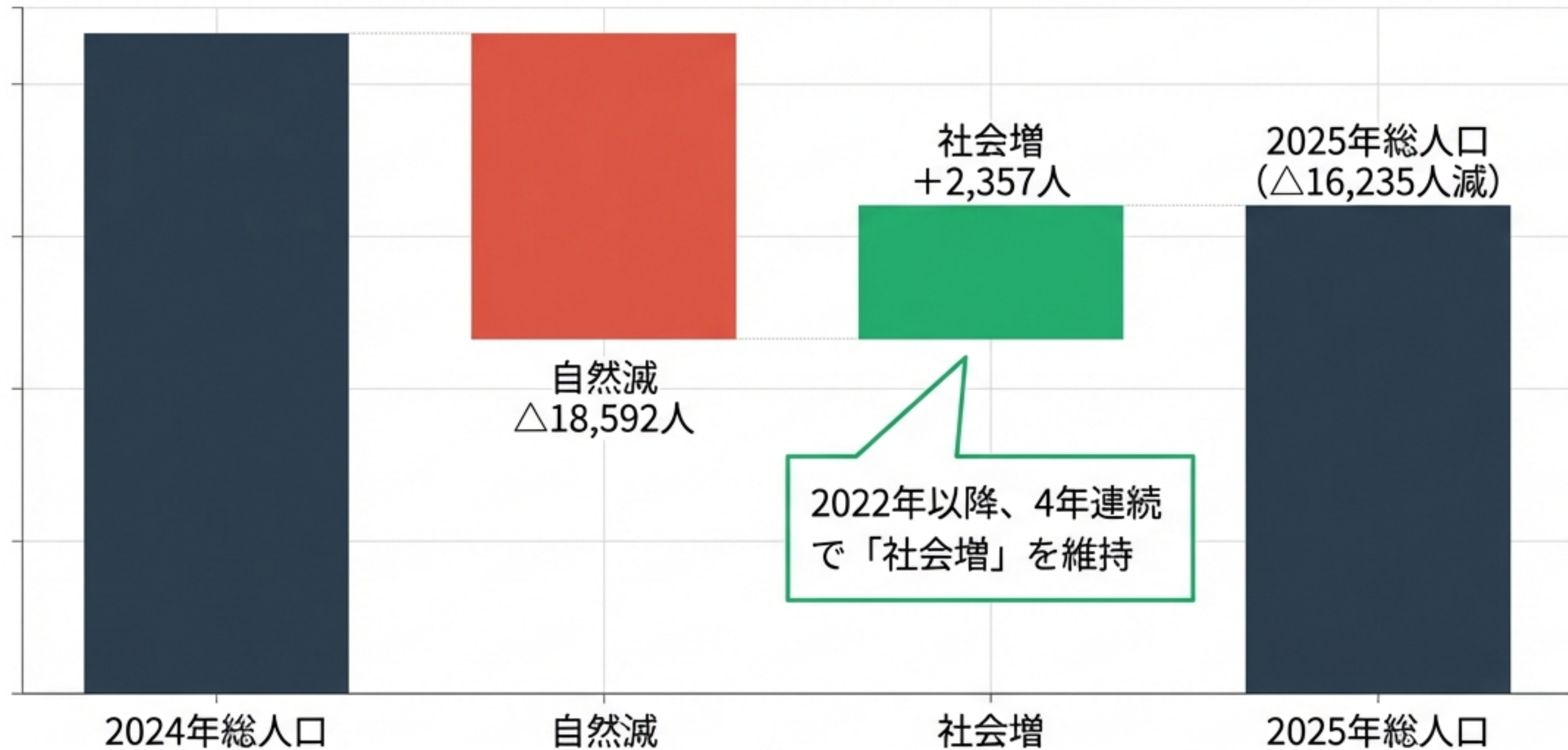
↓ ワースト1

飯田市の現状

県内19市の中で、飯田市は最も大きい社会減少数（△428人）を記録。県全体の回復傾向から大きく取り残されている。



長野県全体：自然減は加速しているが、 転入超過（社会増）が人口減を緩和

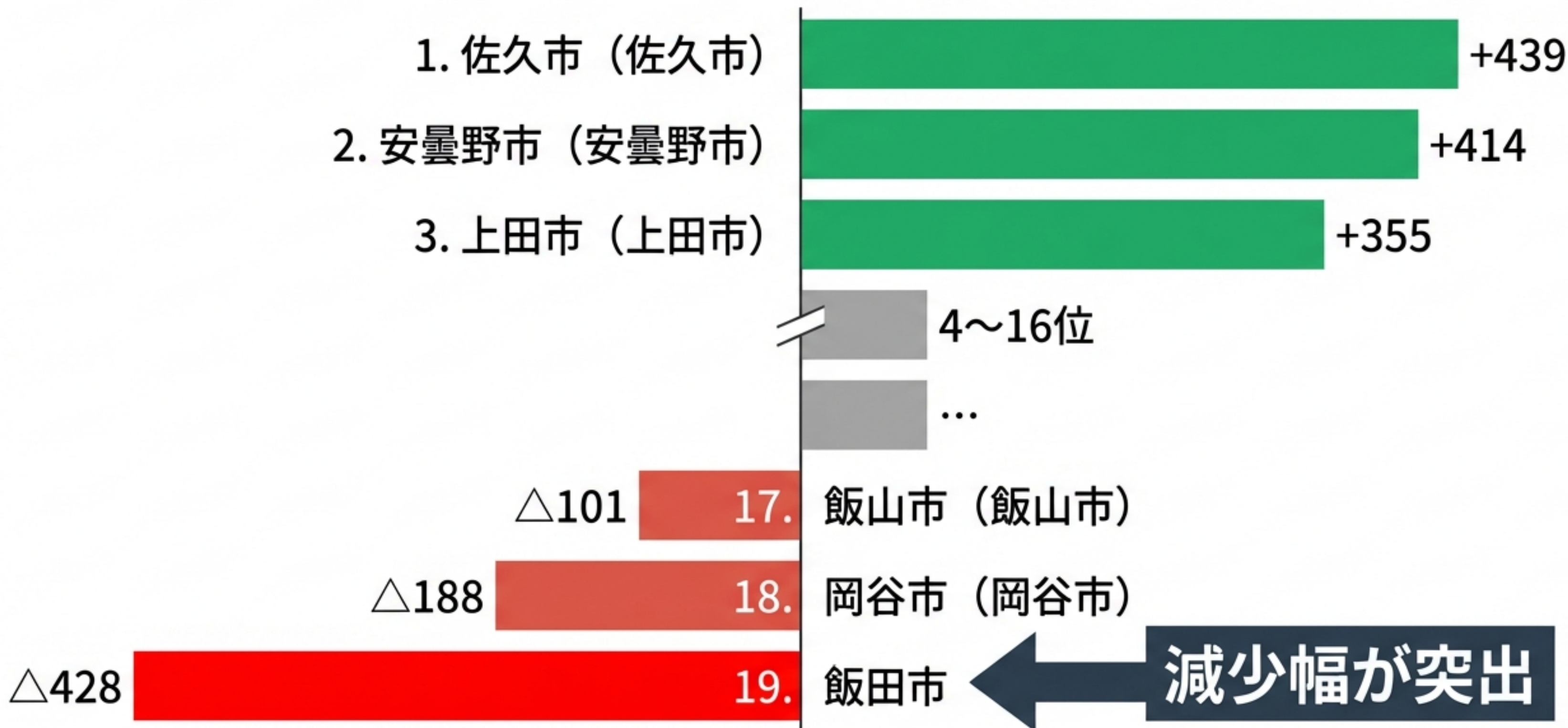


県の社会増を支えているのは「外国人」の流入である



日本人の社会減は前年より拡大したが、外国人の大幅な流入超過がそれを補い、県全体としてプラスを維持している。

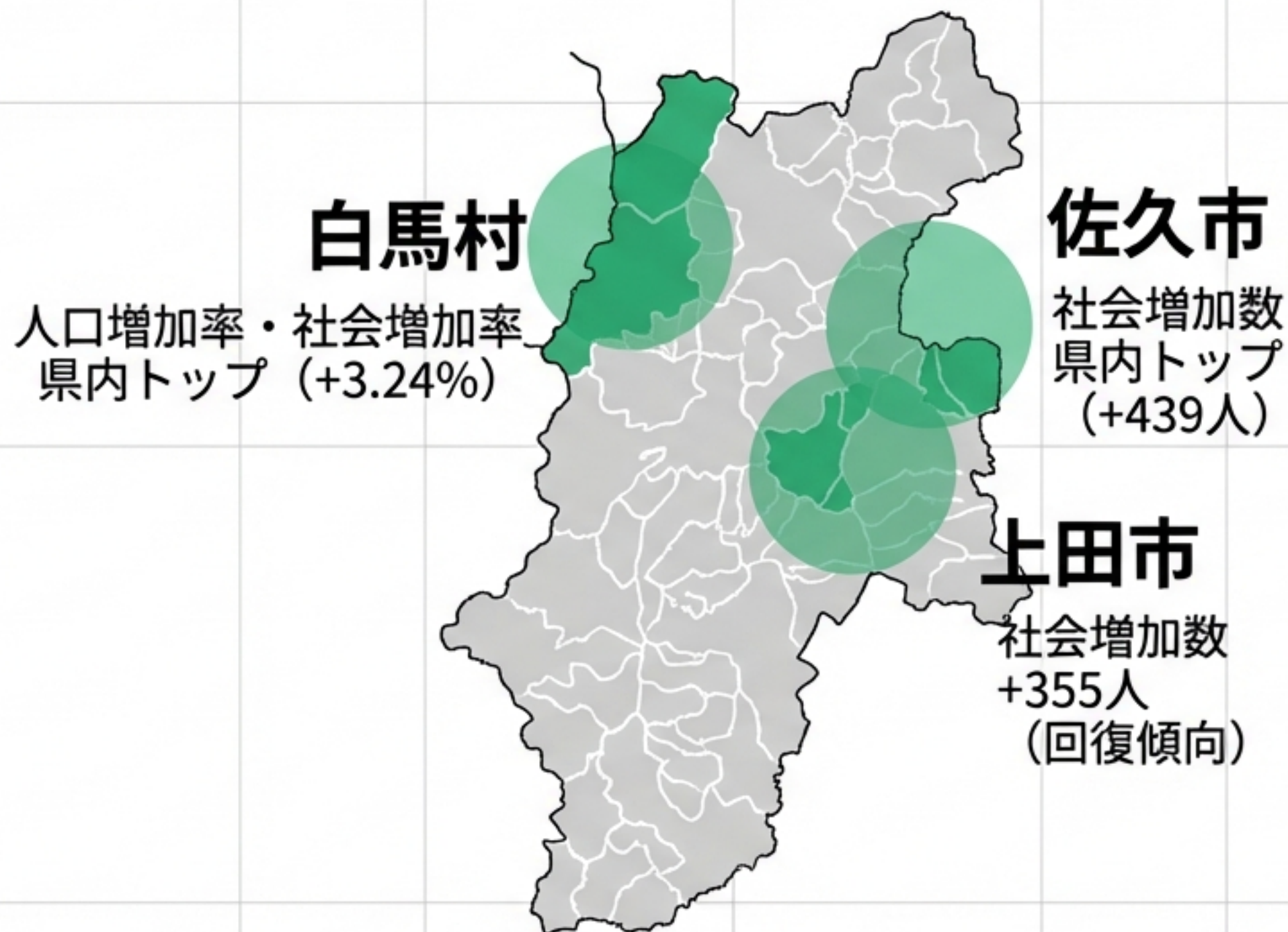
県内19市 社会増減ランキング（2025）：飯田市は最下位



減少幅が突出

出典：長野県毎月人口異動調査

県内の好調エリア：リゾート地と東信エリアの躍進



社会増は特定の地域（観光・東信）に集中している傾向がある。

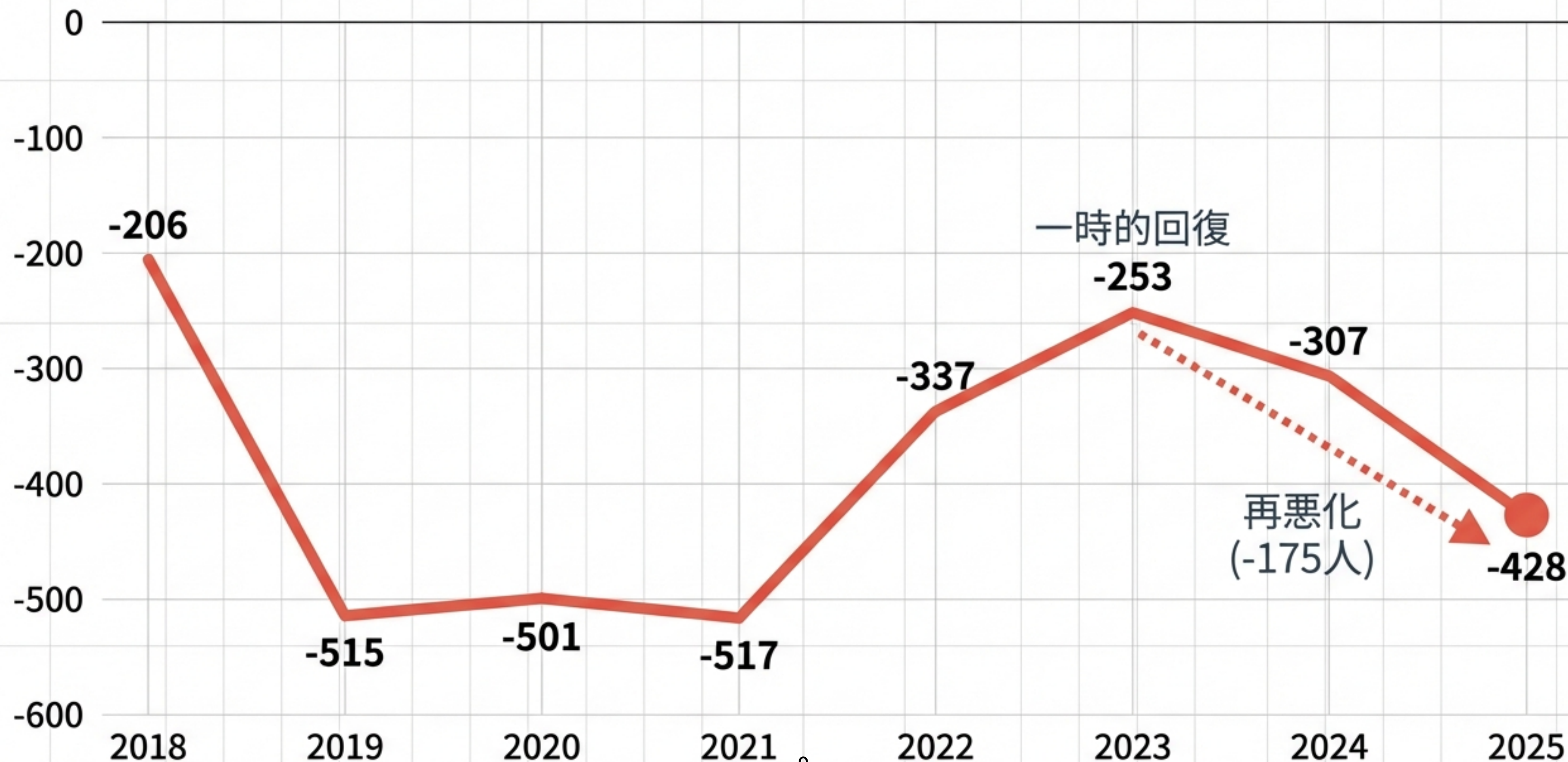
構造的な課題：飯田市は2018年以降、常に「社会減ワースト3」に定着

社会減ワースト3ランキング (2018-2025)

	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Worst 1	市名A (△350)	飯田市 (△515)	飯田市 (△501)	飯田市 (△517)	市名A (△339)	市名A (△377)	飯田市 (△307)	飯田市 (△428)
Worst 2	市名B (△280)	市名C (△310)	市名C (△310)	市名B (△290)	飯田市 (△337)	飯田市 (△253)	市名B (△209)	市名C (△223)
Worst 3	飯田市 (△206)	市名C (△164)	市名D (△142)	市名B (△147)	市名C (△157)	市名F (△178)	市名F (△176)	市名G (△168)

これは単年の異常値ではなく、長期的な構造問題である。

飯田市の社会減の推移：2023年を底に再び悪化傾向



飯田市の現況（2025）：自然減と社会減の「二重苦」

総人口（2026/1/1 推計）

92,008人

年間人口減少数

△1,389人

減少率 △1.49%

自然増減（出生 - 死亡）

△961人

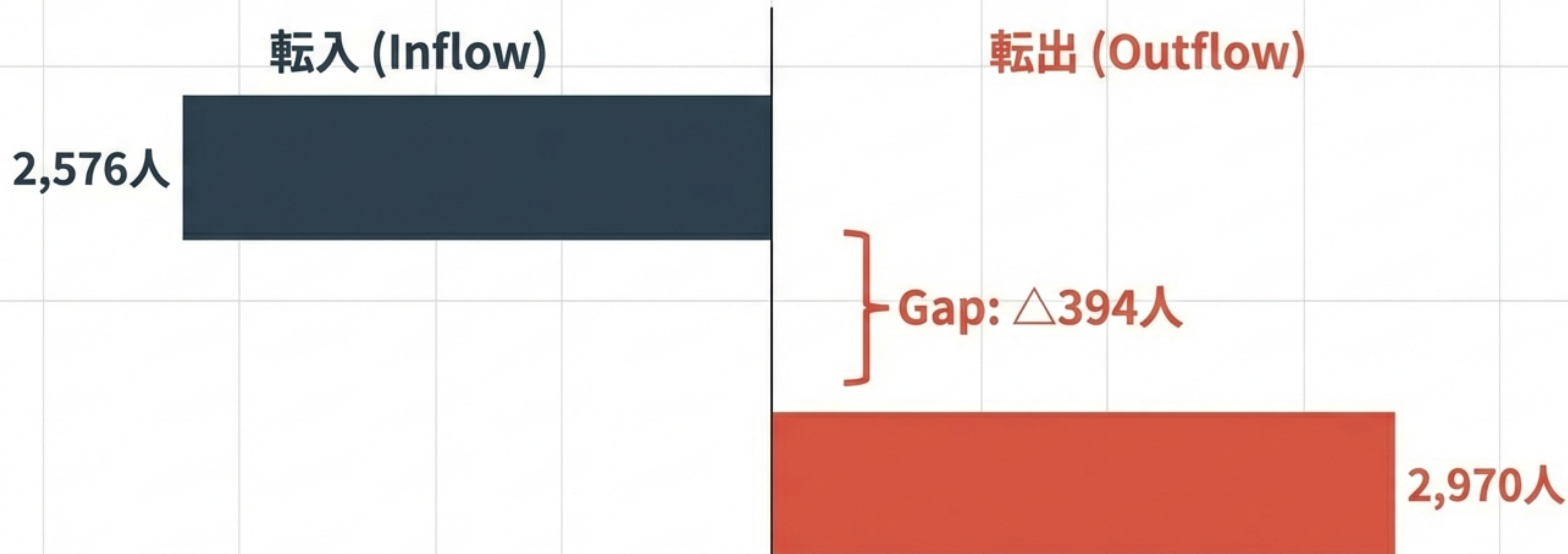
出生 506人 / 死亡 1,467人

社会増減（転入 - 転出）

△428人

県内ワースト1位

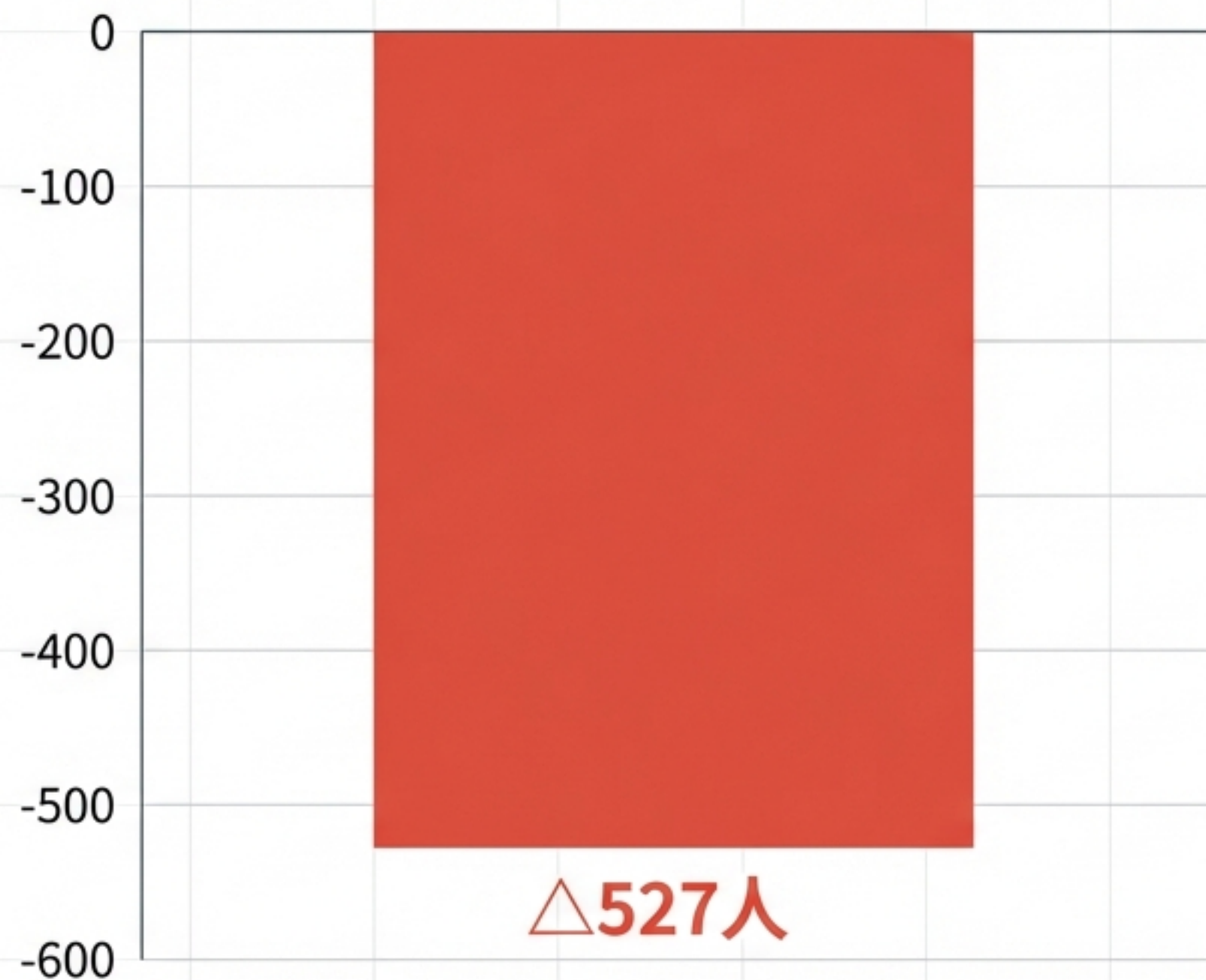
流入と流出のギャップ：転出数が転入数を約400人上回る



その他増減を含めた最終的な社会減は △428人

飯田市の内訳：日本人の流出を、外国人の増加で補えていない

日本人 (Japanese)



外国人 (Foreigners)



外国人は増加(+4.64%増)しているが、日本人の大幅な減少(-527人)を相殺するには規模が足りない。

他の主要都市との比較：乖離するトレンド

	飯田市 (Iida)	松本市 (Matsumoto)	上田市 (Ueda)
日本人 (Japanese)	△527	△378	60
外国人 (Foreigner)	+99	+354	+415
合計 (Total Social)	△428	△24	+355

上田市は外国人が大きく増加。松本市は外国人で均衡。飯田市は両方で劣後。

飯田市が直面する3つの危機的傾向



慢性的流出 (Chronic Outflow)

2018年以降、一貫して県内ワーストクラスの社会減が続いている「構造不況」にある。

県トレンドとの乖離 (Divergence)



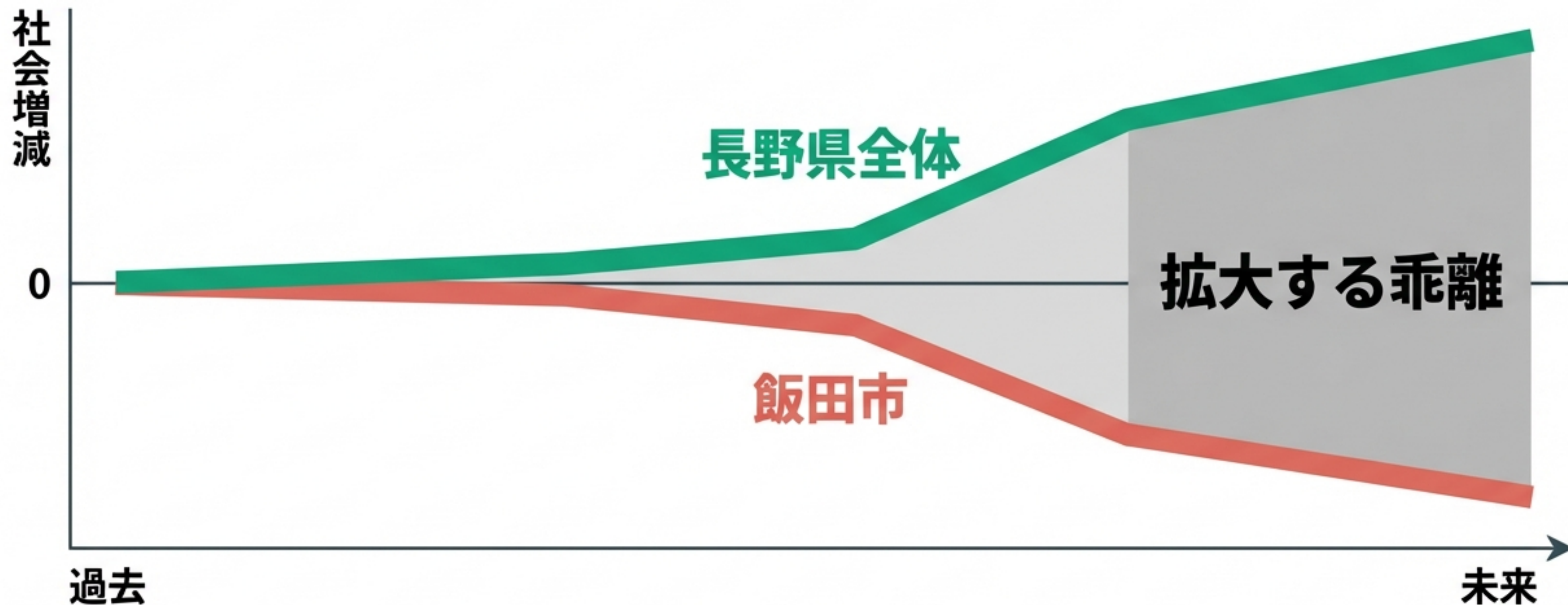
長野県全体や他都市（上田・佐久）が社会増へ転じる中、飯田市だけが取り残されている。



日本人の離脱 (Japanese Flight)

社会減の主因は日本人の転出超過（△527人）。定住層を惹きつける力が弱まっている。

早急な対策が求められる「社会減」の是正



県全体の回復基調に乗れていない現状を直視し、特に「日本人定住者」の減少に対する具体的な施策が急務である。

データソースと定義

- データ出典：長野県 毎月人口異動調査（2025年1月～12月確定値）
- 自然増減：出生数 - 死亡数
- 社会増減：（転入者数 + 職権記載） - （転出者数 + 職権消除）
- 留意事項：2020年は国勢調査基準による数値調整が含まれるため、年次間の単純比較には留意が必要。
- 推計人口：2026年1月1日時点の推計値を使用。