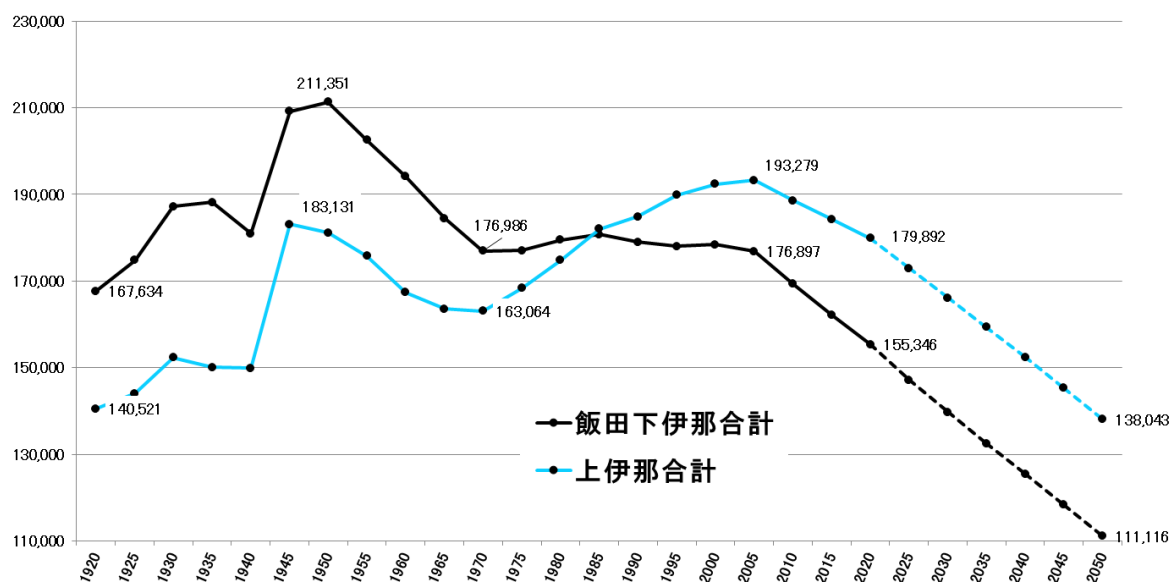


1、南信州地域の人口推移と将来予測

国勢調査による飯田下伊那（※1）14市町村の人口は、2020年時点で155,346人となっている。同調査における飯田下伊那の人口ピークは1950年の211,351人で、2020年はピークから26.5%の減少となっている。また、国立社会保障・人口問題研究所の「日本の地域別将来推計人口」（出生中位・死亡中位仮定。以下、将来推計人口という）の2023年公表データによると、2050年での飯田下伊那の人口は111,116人と予測されており、2020年から約4.4万人、率にして28.5%減少するとされている。

対して、国勢調査による上伊那（※2）8市町村の人口は、2020年時点で179,892人。同調査における上伊那の人口ピークは2005年の193,279人で、2020年はピークから6.9%の減少となっている。また、2050年での上伊那の将来推計人口は138,043人と予測されており、2020年より約4.2万人、率にして23.3%減少するとされている。

飯田下伊那では、この推計期間中にリニア中央新幹線の開通が予想されているが、人口減少を予測する大きな流れに変化はないといえる。



【図1】南信州地域の人口推移と将来予測

出典：総務省「国勢調査」

国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

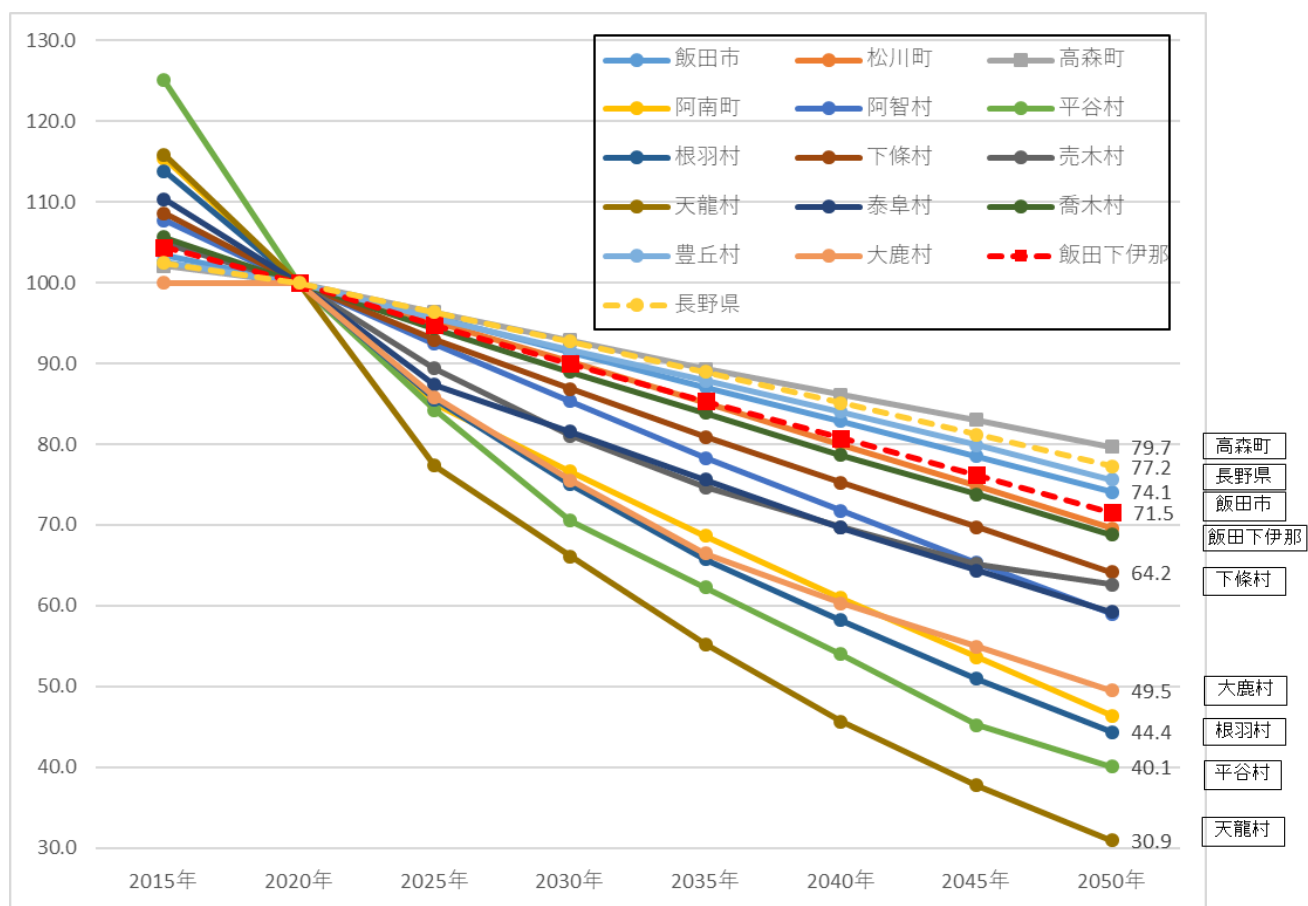
※1 飯田下伊那地域とは、飯田市、松川町、高森町、阿南町、阿智村、平谷村、根羽村、下條村、売木村、天龍村、泰阜村、喬木村、豊丘村、大鹿村の14市町村を指す。

※2 上伊那地域とは、伊那市、駒ヶ根市、辰野町、箕輪町、飯島町、南箕輪村、中川村、宮田村の8市町村を指す。

2、飯田下伊那地域の市町村別人口増減率の将来予測

飯田下伊那14市町村別の将来推計人口について、2050年までの人口増減率を見ると、2020年を100とした場合、高森町（79.7）を除く全市町村で長野県（77.2）よりも減少幅が大きく、飯田下伊那の人口減少が全県の中でも早く進んでいくことが予測されている。高森町は子育て支援を重点施策とする町として知られ、2020年時点で年少人口（0～14歳）の割合が14.0%と、飯田下伊那で最も高いため、人口減少が緩やかになる予測となっている。

一方、山間地域の天龍村（30.9）、平谷村（40.1）、根羽村（44.4）、阿南町（46.4）、大鹿村（49.5）では2020年と比較して半分以下となる予測となっており、人口の減少幅が非常に大きくなっている。特に天龍村では2020年時点の3割まで人口減少が進むとされており、2050年時点での人口予測は364人となっている（2020年は1,178人）。また平谷村は2050年時点での人口予測が飯田下伊那の中で最少の155人となっている（2020年は387人）。



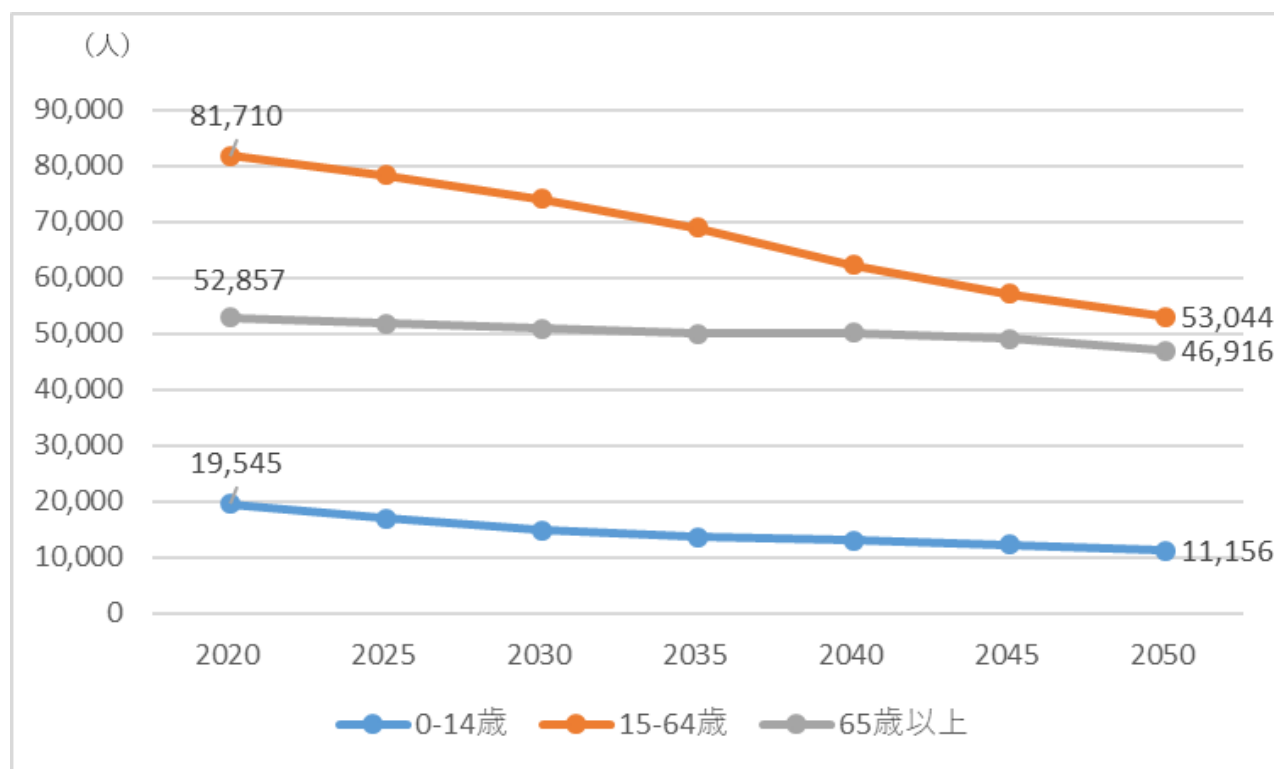
【図2】飯田下伊那地域の市町村別人口増減と将来予測（2020年を100とした場合）

出典：総務省「国勢調査」（2015、2020年）

国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

3、飯田下伊那地域の年齢3区分別の将来予測

飯田下伊那地域の年齢3区分（0-14歳、15-64歳、65歳以上）別の将来予測を、2020年（国勢調査による実績値）と2025年以降（将来推計人口）で示したのが【図3】である。生産年齢人口（15-64歳）の減少幅が最も大きく、2020年と比較して2050年は28,666人減少し、率にして35.1%の減少が予測されている。コロナ禍が明けた令和6年の段階においても人手不足感は強いものがあるが、生産年齢人口に関してはこの30年で概ね3分の2となる予測であり、人手不足についてはこれから加速度的に強くなってくることが懸念される。年少人口（0-14歳）は、2020年と比較して2050年は8,389人減少し、率にして42.9%の減少が予測されており、減少率では生産年齢人口よりも落ち込みが激しい。老年人口（65歳以上）は、2020年と比較して2050年は5,941人減少し、率にして11.2%の減少が予測されている。減少数、減少率ともに3区分の中で最も小さいが、老年人口も1割以上減少していく予測に、人口減少社会の当地域の厳しい状況を考えさせられる。



【図3】飯田下伊那地域の年齢3区分別人口予測

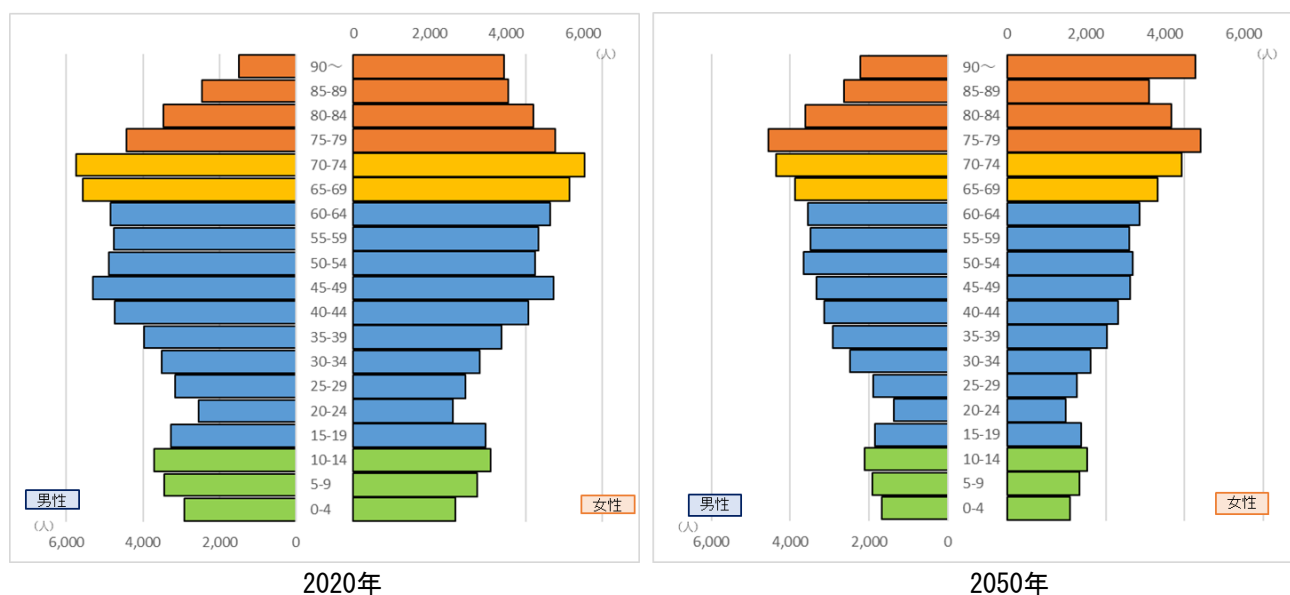
出典：総務省「国勢調査」（2020年）

国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

4、飯田下伊那地域の人口構造

飯田下伊那地域の人口構造について、2020年（国勢調査による実績値）と2050年（将来推計人口）の構造を人口ピラミッドで比較したのが【図4】である。2020年の人口ピラミッドでは、団塊世代（1947～1949年生まれ）を含む70～74歳が最も多く（全体の7.6%）、次いで65～69歳（同7.3%）、団塊ジュニア世代を含む45～49歳（同6.8%）の順となっている。団塊世代と団塊ジュニア世代が多くなるのは全国的な傾向だが、特徴的なのは20～24歳の層が際立って少なく、歪な“つぼ型”を形成している点である。4年制大学のない飯田下伊那地域を表す特徴的な形といえる。

2050年の人口ピラミッドは“逆ピラミッド型”に近い形へ変化している。2050年には団塊ジュニア世代が75～79歳世代に属するようになっており、全体に占める人口割合が8.5%と最も高くなっている。また、年少人口の割合は10.0%（2020年比で2.7ポイント低下）、生産年齢人口（15～64歳）の割合は47.7%（2020年比で5.3ポイント低下）、65歳以上人口の割合は42.2%（2020年比で7.9ポイント上昇）となっており、さらなる少子高齢化社会となることが予測されている。また、この時点では20～64歳人口49,307人に対し、65歳以上人口46,916人と予測されており、その割合は1.05対1となる。2050年の飯田下伊那は肩車型社会（高齢者1人を支える現役世代が限りなく1人に近づいた社会）が既に到来していることになる。



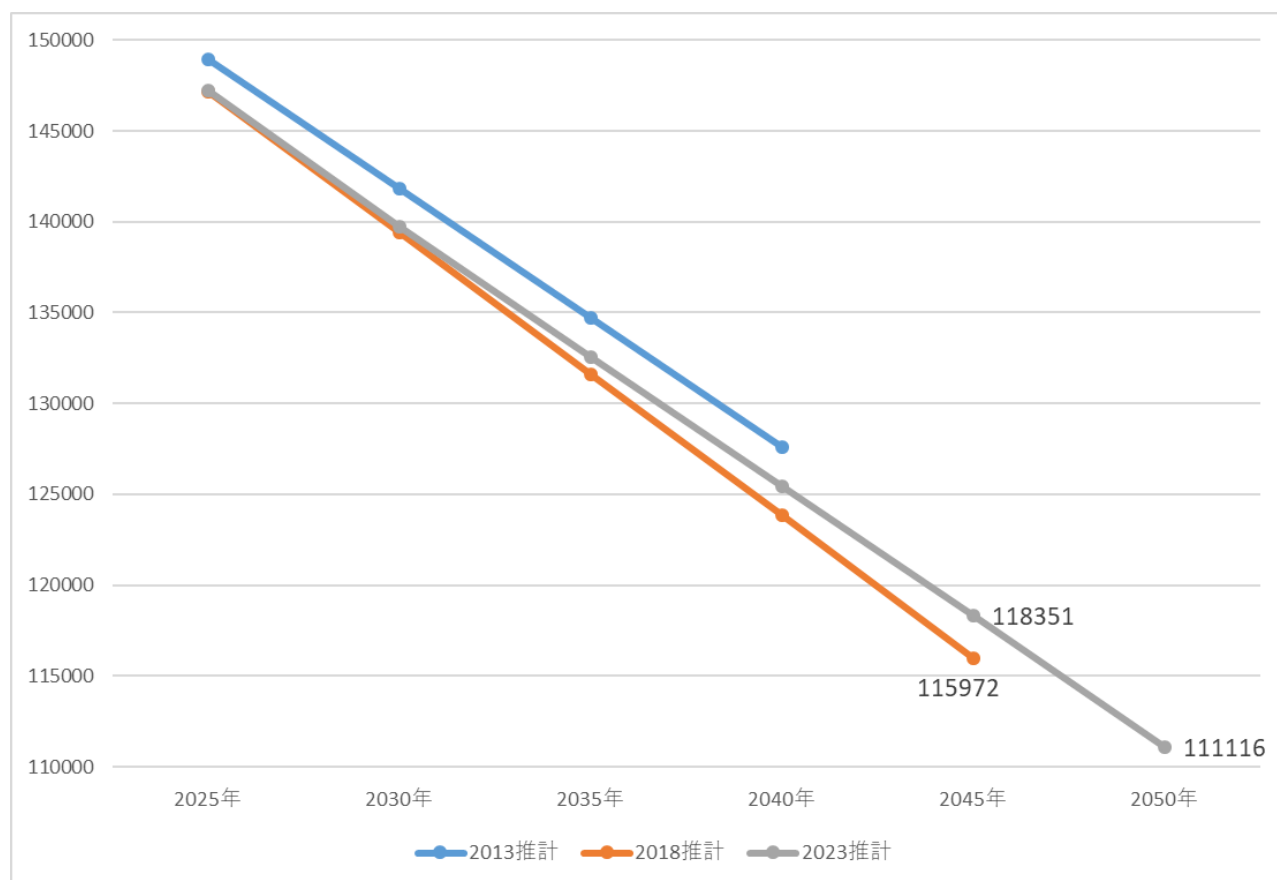
【図 4】飯田下伊那地域の人口ピラミッド（2020年と2050年推計）

出典：総務省「国勢調査」（2020年）

国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

5、将来推計人口の推計差（2018年推計と2023年推計との比較による）

飯田下伊那地域の将来推計人口の推計差を示したのが【図 5 - ①】である。2023年推計では、2018年推計を上回って推移しており、比較可能な2045年で2,379人上振れている。



【図 5 - ①】飯田下伊那地域の人口推計（2013年推計、2018年推計、2023年推計の比較）

出典：国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

飯田下伊那14市町村別に推計差を算出したのが【図5－②】である（2020年のみ、実績値との比較）。飯田下伊那の人口の6割超を占める飯田市を筆頭に、喬木村、豊丘村、大鹿村といった天竜川東側の村と、昼神温泉がある阿智村での上振れが目立つ。一方で、下條村、阿南町、平谷村といった飯田市の南側に位置する町村では100人超の下振れとなっている。

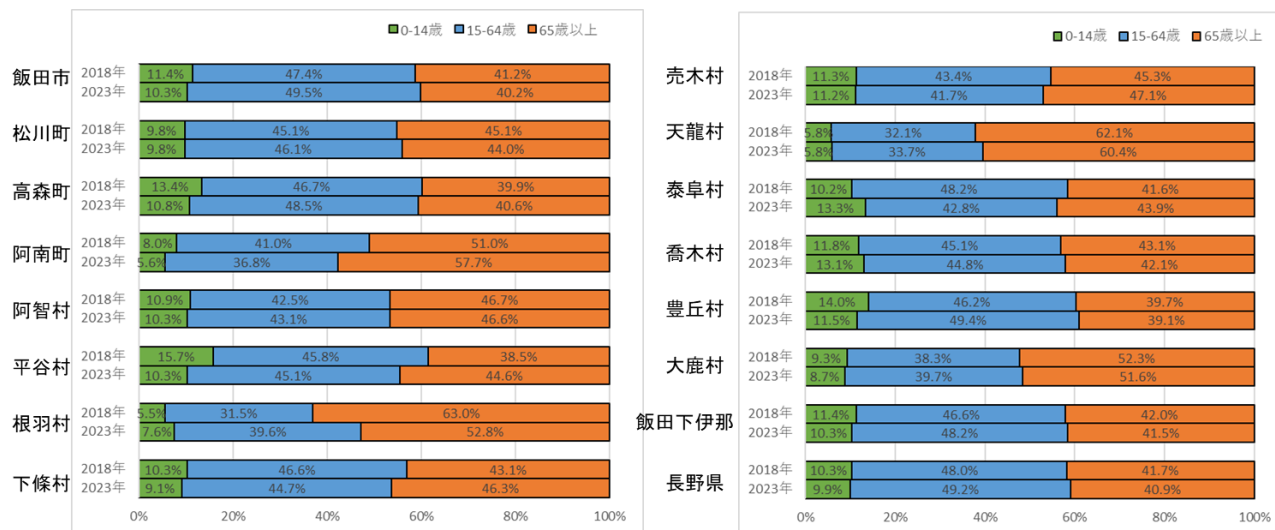
推計年	2020年				2025年			
	2018推計	実績	実績/推計	実績-推計	2018推計	2023推計	2023/2018	2023-2018
飯田市	97,696	98,164	100.5%	468	93,473	93,909	100.5%	436
松川町	12,603	12,530	99.4%	-73	12,004	11,928	99.4%	-76
高森町	12,868	12,811	99.6%	-57	12,539	12,346	98.5%	-193
阿南町	4,437	4,299	96.9%	-138	3,953	3,652	92.4%	-301
阿智村	6,052	6,068	100.3%	16	5,590	5,609	100.3%	19
平谷村	436	387	88.8%	-49	392	326	83.2%	-66
根羽村	831	852	102.5%	21	716	729	101.8%	13
下條村	3,625	3,545	97.8%	-80	3,404	3,296	96.8%	-108
売木村	520	548	105.4%	28	473	490	103.6%	17
天龍村	1,127	1,178	104.5%	51	920	911	99.0%	-9
泰阜村	1,530	1,542	100.8%	12	1,384	1,347	97.3%	-37
喬木村	5,904	5,973	101.2%	69	5,509	5,634	102.3%	125
豊丘村	6,299	6,426	102.0%	127	6,019	6,144	102.1%	125
大鹿村	885	1,023	115.6%	138	762	878	115.2%	116
飯田下伊那	154,813	155,346	100.3%	533	147,138	147,199	100.0%	61
推計年	2030年				2035年			
	2018推計	2023推計	2023/2018	2023-2018	2018推計	2023推計	2023/2018	2023-2018
飯田市	89,133	89,644	100.6%	511	84,651	85,490	101.0%	839
松川町	11,377	11,302	99.3%	-75	10,709	10,664	99.6%	-45
高森町	12,131	11,894	98.0%	-237	11,685	11,442	97.9%	-243
阿南町	3,517	3,295	93.7%	-222	3,132	2,951	94.2%	-181
阿智村	5,137	5,177	100.8%	40	4,690	4,751	101.3%	61
平谷村	354	273	77.1%	-81	329	241	73.3%	-88
根羽村	619	639	103.2%	20	525	560	106.7%	35
下條村	3,202	3,078	96.1%	-124	3,008	2,869	95.4%	-139
売木村	423	444	105.0%	21	386	409	106.0%	23
天龍村	742	779	105.0%	37	598	651	108.9%	53
泰阜村	1,250	1,258	100.6%	8	1,139	1,166	102.4%	27
喬木村	5,129	5,314	103.6%	185	4,754	5,009	105.4%	255
豊丘村	5,742	5,891	102.6%	149	5,457	5,645	103.4%	188
大鹿村	648	773	119.3%	125	560	680	121.4%	120
飯田下伊那	139,404	139,761	100.3%	357	131,623	132,528	100.7%	905
推計年	2040年				2045年			
	2018推計	2023推計	2023/2018	2023-2018	2018推計	2023推計	2023/2018	2023-2018
飯田市	80,056	81,330	101.6%	1,274	75,411	77,092	102.2%	1,681
松川町	10,028	10,019	99.9%	-9	9,320	9,379	100.6%	59
高森町	11,217	11,030	98.3%	-187	10,721	10,637	99.2%	-84
阿南町	2,780	2,622	94.3%	-158	2,439	2,305	94.5%	-134
阿智村	4,245	4,355	102.6%	110	3,802	3,961	104.2%	159
平谷村	307	209	68.1%	-98	286	175	61.2%	-111
根羽村	441	496	112.5%	55	362	434	119.9%	72
下條村	2,826	2,668	94.4%	-158	2,626	2,473	94.2%	-153
売木村	355	382	107.6%	27	327	357	109.2%	30
天龍村	480	538	112.1%	58	380	445	117.1%	65
泰阜村	1,039	1,074	103.4%	35	949	992	104.5%	43
喬木村	4,387	4,697	107.1%	310	4,040	4,406	109.1%	366
豊丘村	5,174	5,400	104.4%	226	4,881	5,133	105.2%	252
大鹿村	488	617	126.4%	129	428	562	131.3%	134
飯田下伊那	123,823	125,437	101.3%	1,614	115,972	118,351	102.1%	2,379

【図5－②】飯田下伊那14市町村の人口推計（2018年推計、2023年推計の比較）

※2020年のみ、実績値との比較

出典：国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

また、【図5－③】では2045年における年齢3区分別人口推計を2018年と2023年で比較している。これによると、飯田下伊那全体では年少人口割合が11.4%→10.3%（1.1ポイント低下）、生産年齢人口割合が46.6%→48.2%（1.6ポイント上昇）、老年人口割合が42.0%→41.5%（0.5ポイント低下）という結果になっている。



【図5－③】飯田下伊那14市町村の2045年の年齢3区分別人口推計（2018年推計、2023年推計の比較）

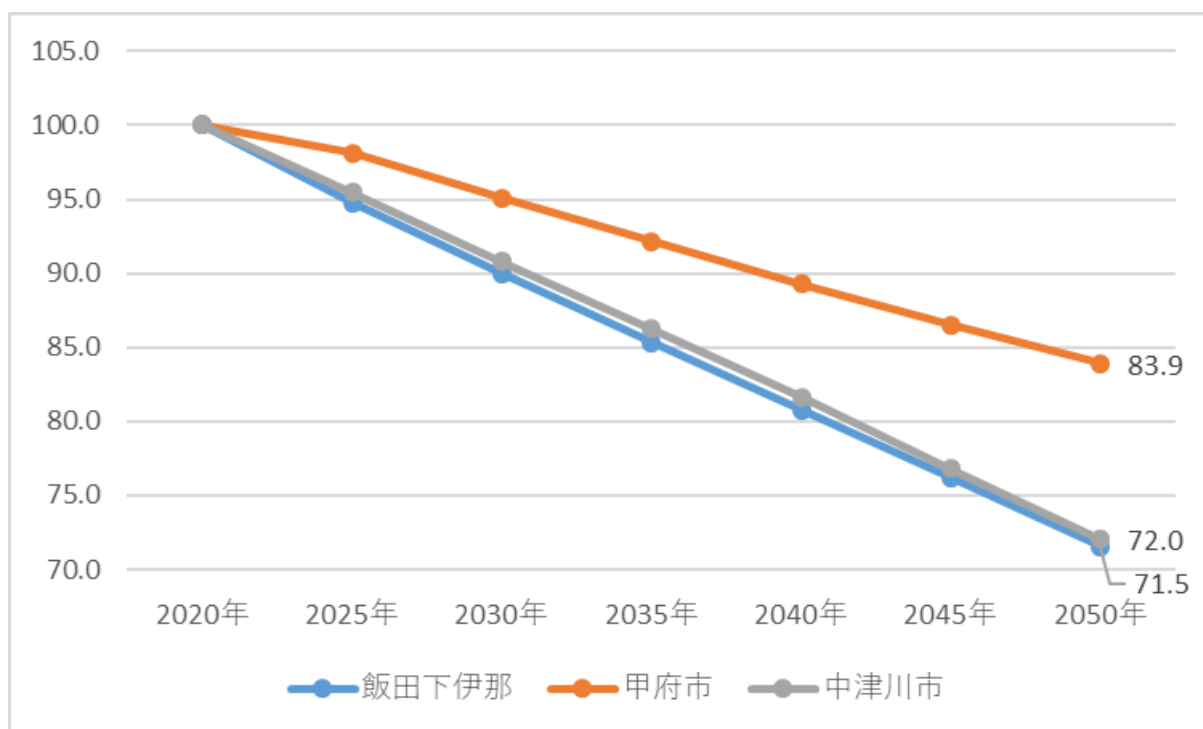
出典：国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

2018年の推計と比較して年少人口割合は低下しているため、出生率の改善期待により将来人口推計が上振れたとは考えにくく、特に下條村、阿南町、平谷村といった、人口推計が下振れした町村では年少人口割合、生産年齢人口割合ともに低下している。一方で、飯田下伊那全体の生産年齢人口割合が上昇していることから、若年層の地元回帰や移住への期待が評価されている可能性が考えられる。とはいえ、長野県全体と比較してみれば大きな差ではないため、長野県全体への期待も含めて考える必要があるかもしれない。

6、甲府市、中津川市との比較

飯田下伊那地域ではリニア中央新幹線長野県駅（仮称）が建設中であるが、同じリニア中央新幹線の中間駅である山梨県駅（仮称）と岐阜県駅（仮称）が建設される予定の山梨県甲府市、岐阜県中津川市の人口推計について、2023年推計で確認したのが【図6－①】である。

甲府市は、2020年時点での人口が約19万人と、中間駅建設予定地の中では最も多い。一方、中津川市は2020年時点での人口が約7.6万人であり、飯田下伊那地域と比較すれば約半分の人口である（ただ、当地域と同様に近隣市町村も含めた人口についても考える必要があるため、今後検討したい）。これを見ると、中津川市は、ほぼ飯田下伊那と同じような減少率となっているが、甲府市については、2020年を100とした場合、2050年時点で83.9となっており、減少の幅が小さい。これが人口規模によるものなのか、東京圏との近さによるものなのかは判然としませんが、今後の当地域のリニア調査において、考える材料としていきたい。



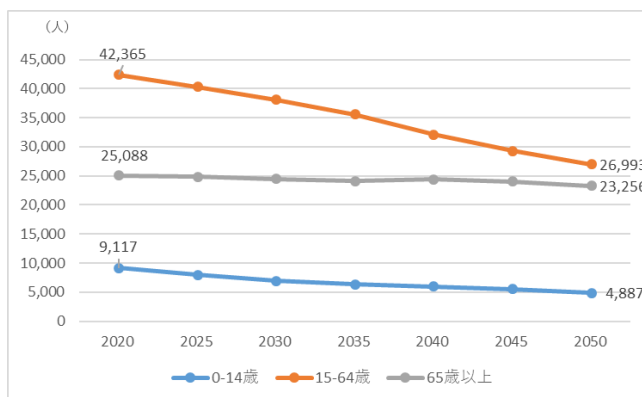
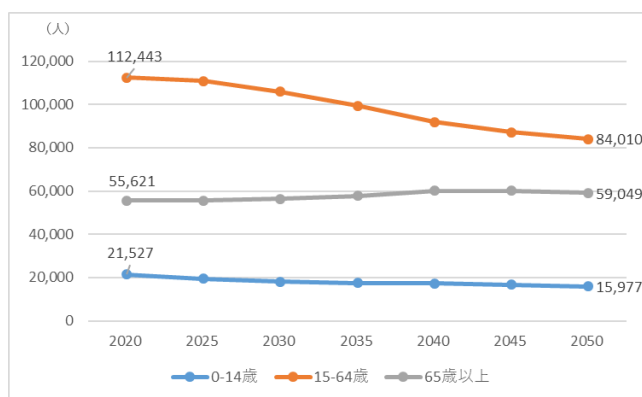
【図 6－①】山梨県甲府市、岐阜県中津川市（右）における年齢3区分別人口予測

出典：総務省「国勢調査」（2020年）

国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

甲府市の生産年齢人口（15-64歳）は、2020年と比較して2050年は28,433人減少し、率にして25.3%の減少が予測されている。減少数は飯田下伊那とほぼ同じであるが、減少率は小さい予測となっている。年少人口（0-14歳）は、2020年と比較して2050年は5,550人減少し、率にして25.8%の減少が予測されており、減少数、減少率ともに飯田下伊那よりも小さい。老年人口（65歳以上）は、2020年と比較して2050年は3,428人増加し、率にして6.2%の増加が予測されている。県庁所在地とはいえ、地方都市の老年人口の増加については若干意外な感じもあり、この点についても当地域との比較の中で、今後考えていくこととしたい。

中津川市の生産年齢人口は、2020年と比較して2050年は15,372人減少し、率にして36.3%の減少が予測されている。減少数は飯田下伊那より13,000人ほど少ないが、減少率は似通った数字となっている。年少人口は、2020年と比較して2050年は4,230人減少し、率にして46.4%の減少が予測されており、減少率では飯田下伊那よりも大きい。老年人口は、2020年と比較して2050年は1,832人減少し、率にして7.3%の減少が予測されており、減少数、減少率とも飯田下伊那よりも小さい。



【図 6－②】山梨県甲府市（左）、岐阜県中津川市（右）における年齢3区分別人口予測

出典：総務省「国勢調査」（2020年）

国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」

7、まとめ

将来人口推計を用いて、飯田下伊那地域の人口について分析してきた。従来、飯田下伊那地域は合計特殊出生率が比較的高く、年少人口が全国、長野県よりも高い割合となっていると説明してきたが、今回の2023年推計においては、2050年時点での年少人口割合が長野県と比較して0.4ポイント、全国との比較では0.1ポイント高いだけとなっており、もはや「中山間地域＝子どもの多い地域」とは言えない将来が現実のものとなろうとしている。

こうした状況を踏まえた上で、飯田下伊那地域が将来にわたり持続可能な地域であるためにどういった視点が必要か、2023年1月「南信州地域の人口」で上げた点も含めて、あらためて検討してみる。

①リニア中央新幹線開通を見据えた移住・定住策の促進

飯田下伊那地域が他の地域と大きく違うのは、リニア中央新幹線の長野県駅が作られる点にある。東京まで45分、名古屋まで25分でアクセスできる地域となることで、同じ人口規模の長野県佐久市（東京まで新幹線で80分）のように人口が流入する地域になる可能性を秘めている。ただ、佐久市では近年、教育方針に特徴のある学校が開設されたことによる「教育移住」が目立っており、また、同じ地域に全国でも名高い観光地である軽井沢町を有している強みもあり、このような特色ある地域だからこそ流入が起きているとも考えられる。

リニア中央新幹線の開業時期はまだ見通せない段階にはあるが、だからこそ今の時期に、飯田下伊那地域がどのようにして特色ある地域としてブランディングを行い、移住・定住を検討する人たちにアピールしていくかが重要であると思われる。コロナ禍が明け、近隣の木曽地域などにはインバウンドが押し寄せているとの話も耳にするが、飯田下伊那には今のところ目立った恩恵はない。リニア開通の効果を最大限に活かすためには、インバウンドを意識した取組も必要と考える。

また2024年現在、飯田下伊那地域においてもリモートワークによって東京圏で就業しているというケースを複数見聞きするようになってきている。リニアの開通によって、こういうケースが増加し、当地域に居住しながら仕事をする、もしくは通学するという形が増えてくれば、若年層の流出に一定の歯止めはかかるかもしれない。そのためには、通勤・通学による交通費の補助などが必要となると考えられる。

②生産年齢人口の減少を補うための労働生産性向上策の推進

上述の通り、飯田下伊那地域では、2050年には生産年齢人口が全体の半数を割り込むと予測されている。実数では2020年との比較で2.8万人以上減少するとされ、就業者の減少が経済活動の維持に大きな影響をもたらすことが懸念される。コロナ以後、飯田下伊那地域の有効求人倍率は1.0倍を上回る状況が続いており（2023年12月は1.55倍）、新たな人材の確保に苦心している企業は多いが、人口動態を見る限り、人手不足感は今後ますます深刻化していく可能性が高いと考えられる。

特効薬があるわけではないが、人材の確保が難しくなる以上はデジタルトランスフォーメーション（DX）や副業人材等を活用した労働生産性の向上について地道に取り組んでいくことが求められる。DXの推進のための人材育成についても、教育機関・行政・企業で連携して取り組んでいく必要があると思われる。

今後は、リニア中央新幹線の開通後に比較されるであろう、山梨県甲府市、岐阜県中津川市についても調査を実施し、飯田下伊那地域の今後のあり方について再度検討したいと考える。