

今後都心集中が地方圏でも加速 高齢者も地方圏ほど中心的な都市に集中

政策調査部主任研究員

岡田豊

03-3591-1318

yutaka.okada@mizuho-ri.co.jp

- 2045年までの地域別将来推計人口によると、東京圏の人口減少が他の地域よりも緩慢なため、全国における東京圏の「人口集中度」（全国に占める東京圏の人口割合）は緩やかながら上昇する
- その一方、市区町村別に見ると、多くの都道府県庁所在地で人口集中度（都道府県に占める市区町村別人口の割合）が大きく上昇するなど、今後都心集中は全国で加速する
- 高齢者の集中度は多くの都道府県庁所在地で今後大きく上昇する。集中度の上昇度合いは総じて地方圏の道・県庁所在地の方が東京圏よりも大きく、それらの都市での高齢者対策が急務であろう

1. 都道府県別に見た人口集中度

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年推計）』¹によると、2010年から2015年にかけて人口が減少した39道府県では、今後人口が反転上昇するところはない。また、2010年から2015年にかけて人口が増加していた8都県も、その後次々と減少に転じ、2030年まで転入超過が目立つ東京都と全国随一の出生率を誇る沖縄県の人口が共に減少し始めることで、ついに47道府県全てが人口減少社会に突入する。

2015年と2045年の人口を比較すると、2045年に2015年の水準を上回るのは東京都だけであり、次いで沖縄県は若干の減少にとどまるが、それ以外は2015年から2045年にかけて、かなり大きく減少する（図表1）。特に、大阪圏の4府県の人口減少率は東京圏の4都県や愛知県、福岡県だけでなく、岡山県、広島県より大きい²。また、大阪圏全体の人口増減率（2045年は2015年比で▲18%）は東京圏（同▲6%）や名古屋圏（同▲13%）より下げが大きく、北陸地方（同▲21%）、中国地方（同▲18%）、九州地方（同▲19%）と似たような水準になっている³。

大都市圏の中で東京圏に次いで大きい大阪圏で今後人口減少が大いに進むこともあって、今後の地域別人口動向の特徴の一つは東京一極集中といわれている。都市圏別の人口集中度（全国に占める都市圏の人口割合）を見ると、東京圏は2015年の28.4%から2045年の31.9%に上昇する。一方、名古屋圏は微増（2015年8.9%、2045年9.3%）、大阪圏は微減（2015年14.4%、2045年14.1%）で、東京一極集中が進行する。

2. 今後都心に人口が集中

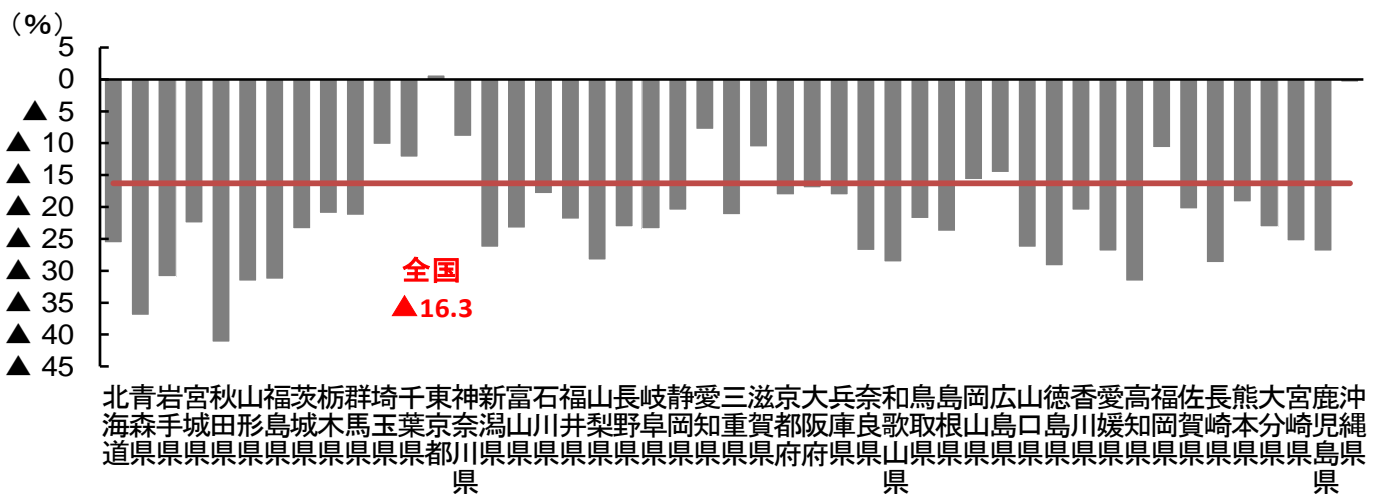
約1,700⁴におよぶ市区町村別の人口動向をみると、2045年の人口が2015年の水準を上回る場所はわずかに90超にとどまる。そのうち東京圏の市区町村が38で約4割を占めており、ここでも東京一極集中を見ることができる。一方、2045年の人口が2015年の水準を上回る市町村が全くない道府県は多く、たとえば、大阪圏では大阪府、兵庫県、奈良県は皆無で、京都府も増加は京田辺市の1つにとどまる。

大都市も同様で、東京都区部の人口が2015年から2045年にかけて4.6%増加であるのに対し、政令指定都市で2045年の人口が2015年の水準を上回る場所は福岡市、川崎市、さいたま市の3つだけである（図表2）。また、図表2で2015年人口のランキング上位10位までの政令指定都市をみると、大阪圏にある大阪市、京都市、神戸市は上位10位までの他の政令指定都市に比べて大きく人口が減少する。

しかし、政令指定都市内の区を見ると、様相は一変する。東京都の区部と今回の推計対象となった12⁵の政令指定都市内の区における人口増加率（2015～2045年）では、大阪市の区が上位10のうち半分を占め、大阪圏にある神戸市の中央区も上位20位内にある（図表3）。その大阪市の区別人口増加率（2015～2045年）を見ると、JR大阪環状線の内側とその周辺に位置する区の増加率が極めて高く、そうでない区では人口減少がかなり進む（図表4）。つまり、大阪市の今後の人口動向の特徴は都心集中といえる。

こうした現象は他の政令指定都市でも見て取れる（図表5）。たとえば、札幌市は2015年から2045年にかけて人口が減少するが、同市の都心で札幌駅、大通り公園、すすきのが含まれる中央区だけ人口が大きく増加する。12の政令指定都市のうち都心の区が周辺の区に比べて人口増加率が低いところは横浜市と川崎市であるが、これは東京圏という大きな経済圏の中では横浜市や川崎市は東京圏の中心とはいえ、横浜市や川崎市では東京圏の都心（千代田区など東京都の都心にある区部）への交通の便が良い区で人口増加が進むためである。

図表1 都道府県別人口増加率（2015年～2045年）



（資料）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年推計）』より、みずほ総合研究所作成

図表2 政令指定都市の今後の人口動向（2015年～2045年）

	指定年	人口 (万人、2015年)	2015～2045年の人口増加率(%)
横浜市	1956	372	▲ 7.5
大阪市	1956	269	▲ 10.4
名古屋市	1956	230	▲ 5.3
札幌市	1972	195	▲ 7.5
福岡市	1972	154	7.5
神戸市	1956	154	▲ 15.7
川崎市	1972	148	5.1
京都市	1956	148	▲ 12.1
さいたま市	2003	126	1.7
広島市	1980	119	▲ 6.0
仙台市	1989	108	▲ 14.7
千葉市	1992	97	▲ 6.9
北九州市	1963	96	▲ 19.8
堺市	2006	84	▲ 15.7
新潟市	2007	81	▲ 15.0
浜松市	2007	80	▲ 11.7
熊本市	2012	74	▲ 6.8
相模原市	2010	72	▲ 11.6
岡山市	2009	72	▲ 4.9
静岡市	2005	70	▲ 19.5
(参考)東京都区部		927	4.6

(注) 網掛けは人口が10%以上減少する政令指定都市。

(資料) 総務省統計局『国勢調査報告』（2015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（2018年推計）』より、みずほ総合研究所作成

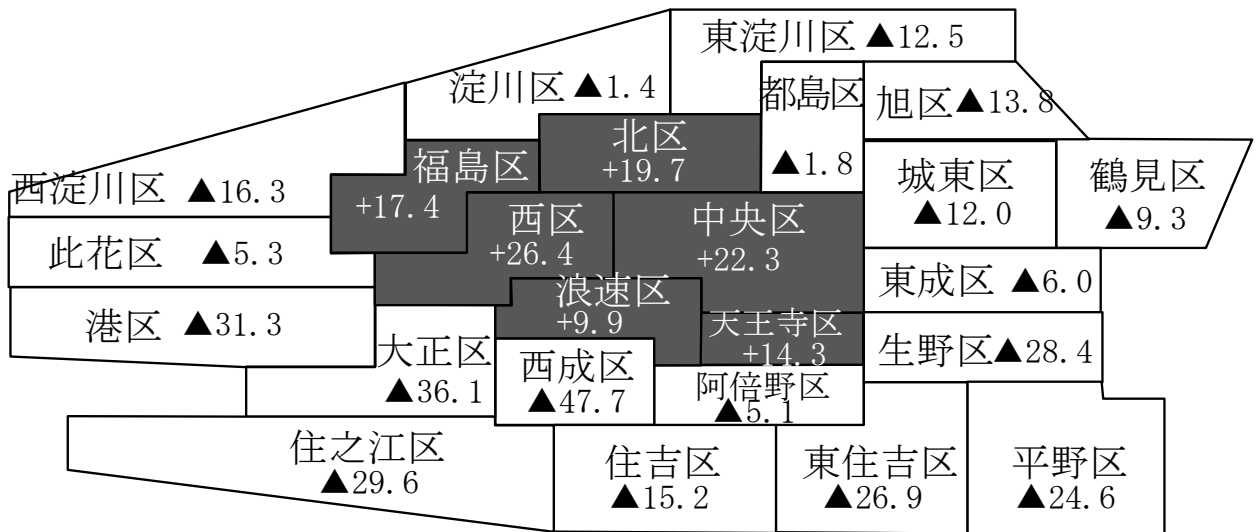
図表3 東京都区部および政令指定都市の区別の人口増加率（2015年～2045年）ランキング

順位	区名	人口増加率(%)	順位	区名	人口増加率(%)
1	東京都中央区	34.9	11	福岡市中央区	14.3
2	東京都港区	34.4	12	東京都品川区	14.2
3	東京都千代田区	32.8	13	東京都文京区	13.3
4	大阪市西区	26.4	14	福岡市西区	12.8
5	大阪市中央区	22.3	15	福岡市博多区	12.1
6	大阪市北区	19.7	16	名古屋市中区	11.7
7	大阪市福島区	17.4	17	川崎市中原区	11.7
8	東京都江東区	16.7	18	神戸市中央区	10.2
9	東京都台東区	16.4	19	名古屋市東区	10.2
10	大阪市天王寺区	14.3	20	札幌市中央区	10.1

(資料) 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年推計）』より、みずほ総合研究所作成

図表4 大阪市の区別人口増加率（2015年～2045年）

（単位：％）



（注）網掛け部が2045年人口が2015年比で増加する区。

（資料）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年推計）』より、みずほ総合研究所作成

図表5 主な政令指定都市とその区別の人口増加率（2015年～2045年）の動向

（単位：％）

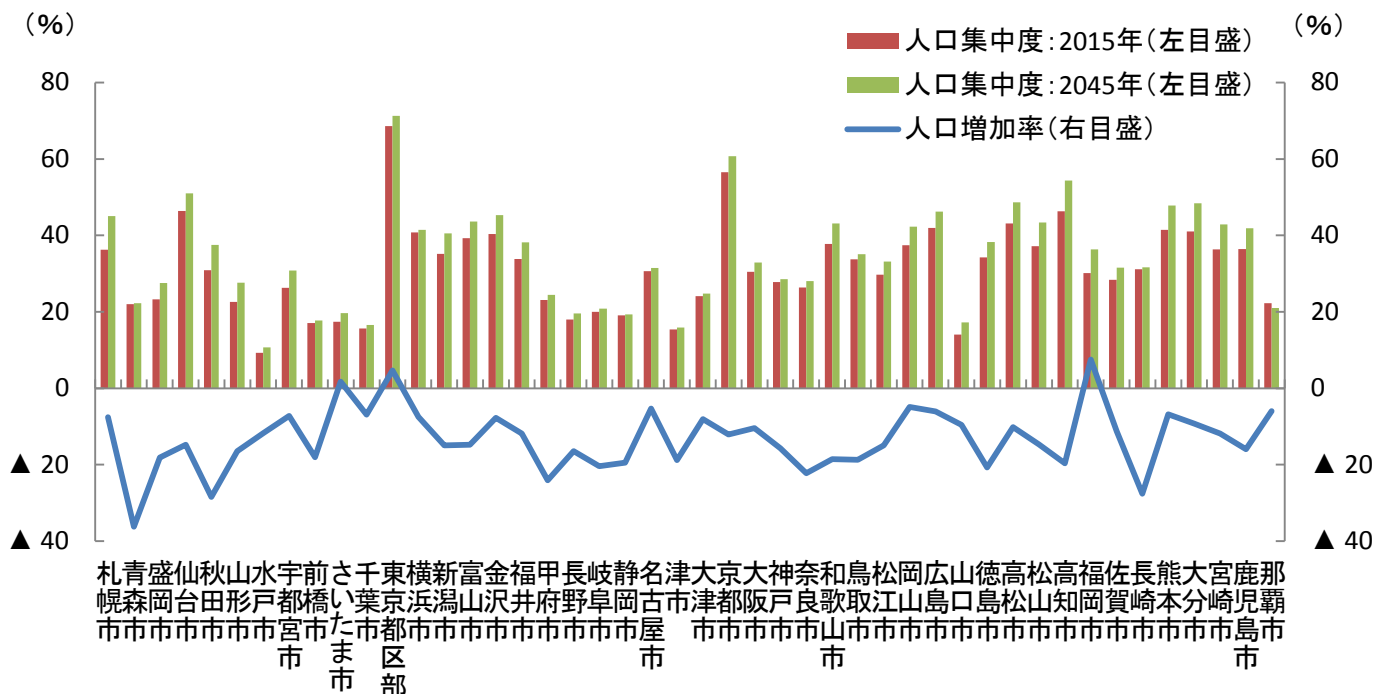
政令指定都市 （増加率：％）	増加率トップの区 （増加率：％）	増加率トップの区以外で 増加する区	市内の 区の数
札幌市（▲7.5）	中央区（10.1）	なし	10区
仙台市（▲14.7）	青葉区（▲13.5）	なし	5区
千葉市（▲6.9）	緑区（7.1）	中央区	6区
横浜市（▲7.5）	鶴見区（9.2）	神奈川区、西区、港北区、都筑区	18区
川崎市（5.1）	中原区（11.7）	川崎区、幸区、高津区、宮前区、麻生区	7区
名古屋市（▲5.3）	中区（11.7）	千種区、東区、緑区	16区
京都市（▲12.1）	下京区（7.1）	中京区	11区
大阪市（▲10.4）	西区（26.4）	福島区、天王寺区、浪速区、北区、中央区	24区
神戸市（▲15.7）	中央区（10.2）	なし	9区
広島市（▲6.0）	中区（6.4）	安佐南区	8区
北九州市 （▲19.8）	小倉北区 （▲12.1）	なし	7区
福岡市（7.5）	中央区（14.3）	東区、博多区、南区、西区、早良区	7区
（参考） 東京都区部（4.6）	中央区（34.9）	千代田区、港区、新宿区、文京区、台東区、 墨田区、江東区、品川区、目黒区、大田区、 世田谷区、渋谷区、杉並区、豊島区、荒川 区、板橋区、練馬区	23区

（資料）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年推計）』より、みずほ総合研究所作成

地域別将来推計人口は基本的に市区町村単位で推計されるため、各都道府県における都心集中は都道府県庁所在地⁶や都道府県内随一の経済都市への人口集中度（当該都道府県に占める当該市の人口割合）の高まりという形で表れる。道府県単位では今後多くで人口が大きく減少するが、道府県庁所在地や道府県内随一の経済都市では人口減少はそれほど進まない。たとえば、都道府県で2045年にかけて最も大きな人口減少率となる秋田県では、県庁所在地の秋田市の今後の人口減少は緩慢である。そのため、秋田市の人口集中度（秋田県に占める秋田市の人口）は2015年の31%から2045年の38%まで高まる見通しである。そのほかの都道府県庁所在地の2015年から2045年にかけての人口集中度の変化を見ると、沖縄県的那覇市以外は上昇する（図表6）。しかも、人口集中度の高まり（%ポイント）で見ると、東京都区部（2015年の68.6%から2045年の71.3%に2.7%ポイント上昇）以上に大きく上昇する道府県庁所在地が多い⁷。

前述のように、全国における東京圏の人口集中度（全国に占める東京圏の人口の割合）が2015年の28.4%から2045年の31.9%へ3.5%ポイント上昇するが、地方圏⁸を中心に県庁所在地への人口集中は東京圏の人口集中度の高まり以上に加速しており、今後の地域別人口の最も大きな特徴の一つは全国各地での都心集中の進行といえよう。

図表6 都道府県庁所在地別の人口集中度（2015年、2045年）と人口増加率（2015年～2045年）



(注) 国立社会保障・人口問題研究所（2018年）では東日本大震災等により福島県内の市町村の人口の将来推計が行われなかったため、このグラフでは福島市のデータは算出できない。以下、本稿では同じ。

(資料) 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年推計）』より、みずほ総合研究所作成

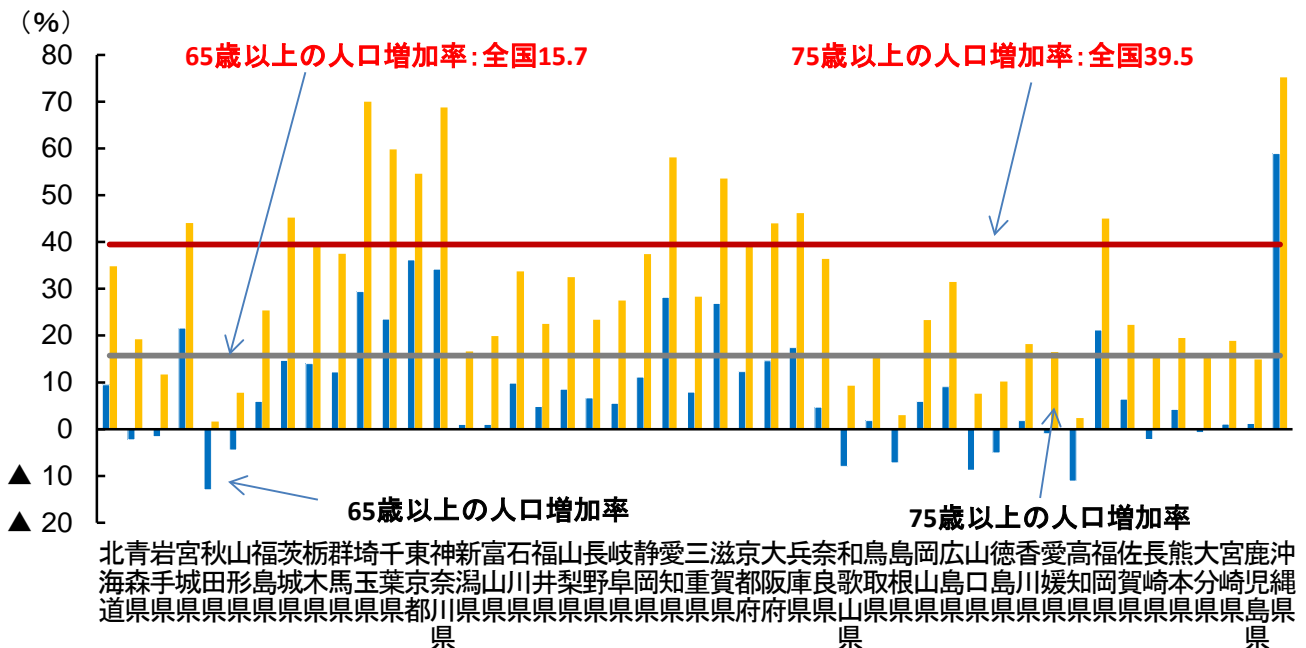
3. 高齢者でも地方圏を中心に都心集中が進行

高齢者の人口増加率を都道府県別に見ると、三大都市圏や地域経済の中心となる政令指定都市を抱える都道府県が大きく（図表7）、特に東京圏での増加率が際立って高いことから、高齢者も東京一極集中が進むとみられている。たとえば、65歳以上人口における全国に占める東京圏の割合（高齢者の人口集中度）は2015年の25.6%から2045年の29.1%に高まる。また、75歳以上の人口で見ても、東京圏の集中度は2015年の24.2%から2045年の28.1%に高まる。同じ高齢者の人口集中度を他の大都市圏について確認すると、名古屋圏（65歳以上：2015年8.4%→2045年8.8%、75歳以上：2015年8.2%→2045年8.6%）、大阪圏（65歳以上：2015年14.6%→2045年14.4%、75歳以上：2015年13.9%→2045年14.3%）共にあまり変わらず、高齢者においても東京一極集中が進んでいく。

しかし、高齢者における市区町村別の人口集中度（高齢者人口における当該都道府県に占める市区町村の割合）で見ると違う側面が見て取れる。図表8、9は都道府県庁所在地のその都道府県における65歳以上と75歳以上の人口集中度を見たものである。多くの都道府県庁所在地で高齢者の人口集中度が高まっており、北海道、東北地方、中国地方、四国地方、九州地方の道・県庁所在地で高齢者の人口集中度が大きく上昇する。一方、東京都区部で見ると、年齢計人口の人口集中度は68.6%（2015年）から71.3%（2045年）に上昇するが、65歳以上では66.5%（2015年）から67.1%（2045年）と微増で、75歳以上では66.8%（2015年）から65.3%（2045年）に微減となる。

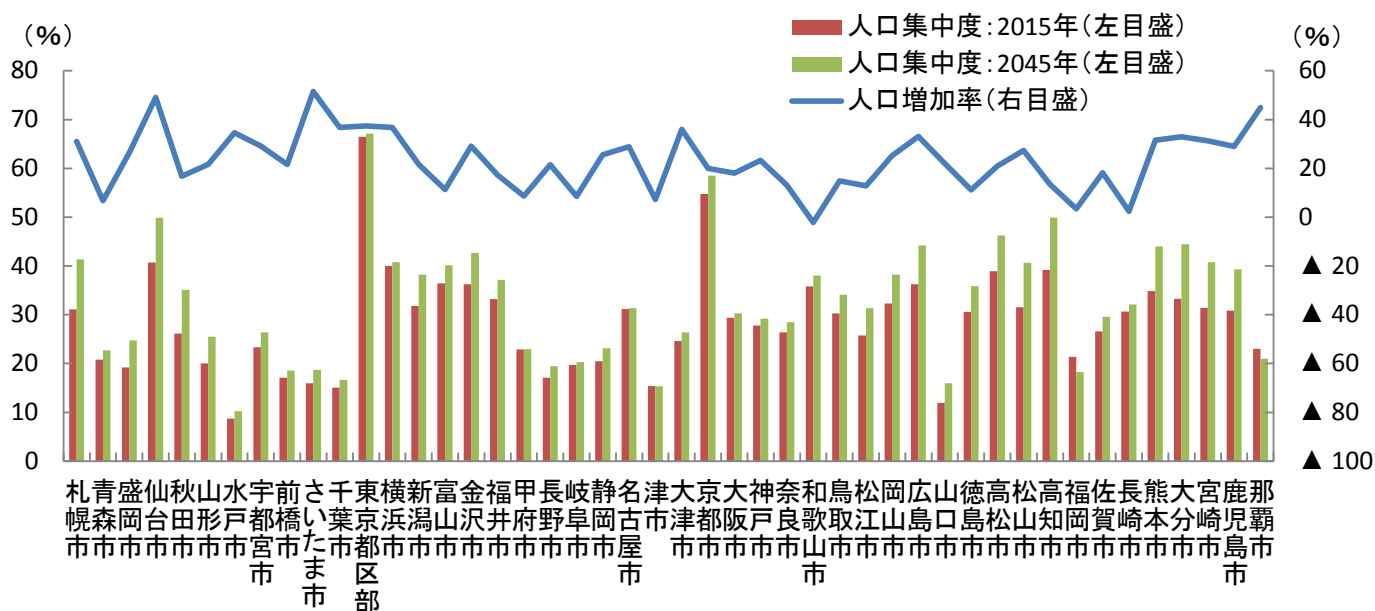
つまり、高齢者における人口集中度の高まりは東京都区部以上に地方圏の道・県庁所在地で今後加速していく。それは、年齢計人口、65歳以上人口、75歳以上人口について人口集中度の上昇度合い（2015年と2045年の人口割合の差：%ポイント）を都道府県庁所在地別に見たグラフで明確になっている（図表10）。

図表7 都道府県別の65歳以上、75歳以上の人口増加率（2015年～2045年）



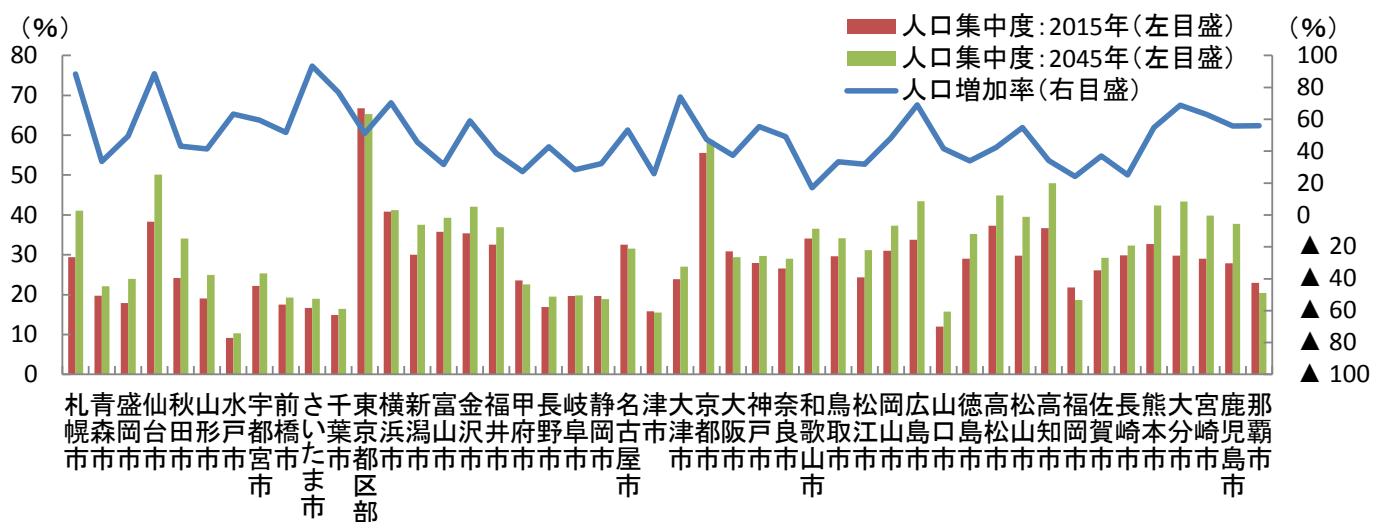
（資料）国立社会保障・人口問題研究所『日本の地域別将来推計人口（2018年推計）』より、みずほ総合研究所作成

図表8 65歳以上における都道府県庁所在地別の人口集中度（2015年、2045年）と人口増加率（2015年～2045年）



(資料) 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年推計）』より、みずほ総合研究所作成

図表9 75歳以上における都道府県庁所在地別の人口集中度（2015年、2045年）と人口増加率（2015年～2045年）



(資料) 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年推計）』より、みずほ総合研究所作成

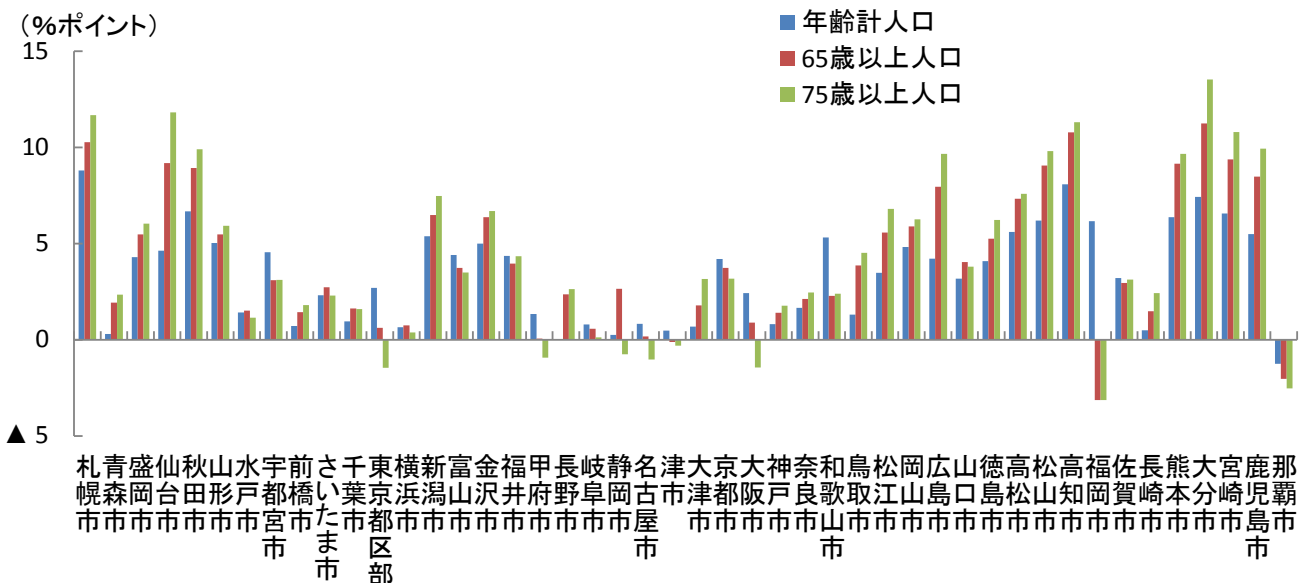
4. おわりに

本稿で見てきたように、今後の地域別人口の大きな特徴は各道府県における道府県庁所在地や地域経済の中心都市への集中、また政令指定都市内の都心の区への集中であり、都心集中が全国で進んでいくといえる。そのため、今後の人口増加が期待できる、もしくは人口減少が緩慢にとどまる都市は、三大都市圏や出生率が高い沖縄県を除けば道府県庁所在地や地域経済の中心都市、そしてその都心へのアクセスの良い周辺都市にほぼ限定される(図表11)。それ以外の市区町村では、かなりの人口減少率を前提とした地域社会の構築を優先せざるをえないであろう。

また、高齢化への対応でも人口集中度を考慮していくべきだ。医療、公共交通、買い物、バリアフリーといった高齢者の生活環境は、郊外よりも都心の方がより充実している面があり、また介護人材についても働く者の都心集中を踏まえれば都心部にアドバンテージがある。高齢者の人口増加率が高い大都市ではその増加への対応について大きな危機感も示されているが、高齢者の生活環境を考えれば今後の高齢者の都心集中は歓迎できる潮流ともいえよう。

ただし、人口集中度からみれば東京圏をはじめとする大都市圏以上に地方圏の道・県庁所在地で、今後高齢化への危機感が高まるであろう。2045年まではより広域から働く世代の流入が期待できる大都市圏よりも、周辺人口の減少の影響で働く世代の流入が減少する地方圏の道・県庁所在地の方が、人手不足により高齢化への対応が厳しくなるからだ。このため、高齢者の一層の都心集中に備えて、外国人材だけでなく健康な高齢者の介護等への労働参加が強く望まれるであろう。また、日本全体の人口の減少が2045年以降も一層進行すれば、働く世代の大都市圏への人口流入も減少していくことになる。そのため、大都市でも高齢化への備えを進めなければならないであろう。

図表10 年齢計人口、65歳以上人口、75歳以上人口における都道府県庁所在地別の人口集中度の上昇度合い(2015年~2045年)



(資料) 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年推計)』より、みずほ総合研究所作成

図表11 地方圏の道・県庁所在地別人口増加率と、人口が増加、もしくは人口増加率で道・県庁所在地を上回る道・県内の市町村（2015年～2045年の増加率、%）

道・県	道・県庁所在地	人口が増加する、もしくは道・県庁所在地の人口増加率を上回る市町村
北海道	札幌市 (▲7.5)	千歳市 (▲6.3)、ニセコ町 (▲7.3)
青森県	青森市 (▲36.2)	弘前市 (▲31.8)、八戸市 (▲29.9)、十和田市 (▲33.9)、三沢市 (▲28.5)、むつ市 (▲35.3)、六戸町 (▲20.6)、六ヶ所村 (▲34.0)、おいらせ町 (▲16.3)、階上町 (▲36.0)
岩手県	盛岡市 (▲18.1)	北上市 (▲16.3)、滝沢市 (▲10.2)、矢巾町 (▲12.6)
宮城県	仙台市 (▲14.7)	名取市 (▲0.1)、富谷市 (10.1)、利府町 (▲2.2)、大和町 (▲11.6)
秋田県	秋田市 (▲28.5)	なし
山形県	山形市 (▲16.4)	天童市 (▲15.1)、東根市 (▲6.3)
茨城県	水戸市 (▲11.7)	牛久市 (▲4.1)、つくば市 (7.0)、鹿嶋市 (▲9.0)、守谷市 (▲0.1)、つくばみらい市 (7.6)
栃木県	宇都宮市 (▲7.2)	なし
群馬県	前橋市 (▲18.0)	高崎市 (▲12.3)、伊勢崎市 (▲9.7)、太田市 (▲9.0)、榛東村 (▲16.9)、吉岡町 (11.8)、大泉町 (17.0)
新潟県	新潟市 (▲15.0)	聖籠町 (▲7.2)
富山県	富山市 (▲14.8)	舟橋村 (▲12.2)
石川県	金沢市 (▲7.7)	野々市市 (10.5)、川北町 (0.5)
福井県	福井市 (▲11.9)	鯖江市 (▲6.4)
山梨県	甲府市 (▲24.1)	南アルプス市 (▲24.0)、甲斐市 (▲12.1)、笛吹市 (▲21.4)、中央市 (▲20.8)、昭和町 (▲7.9)、忍野村 (▲5.0)、鳴沢村 (▲14.4)、富士河口湖町 (▲16.6)
長野県	長野市 (▲16.4)	松本市 (▲11.6)、塩尻市 (▲14.3)、佐久市 (▲15.4)、軽井沢町 (▲14.3)、御代田町 (▲0.6)、南箕輪村 (▲1.8)、山形村 (▲11.4)
静岡県	静岡市 (▲19.5)	浜松市 (▲11.7)、磐田市 (▲14.4)、掛川市 (▲18.0)、藤枝市 (▲9.7)、御殿場市 (▲18.2)、袋井市 (▲6.1)、湖西市 (▲13.7)、菊川市 (▲12.5)、長泉町 (▲3.0)
滋賀県	大津市 (▲8.1)	彦根市 (▲5.8)、草津市 (6.2)、守山市 (5.4)、栗東市 (5.6)、愛荘町 (3.4)
和歌山県	和歌山市 (▲18.6)	岩出市 (▲6.2)、有田川町 (▲17.5)、日高町 (▲5.8)、上富田町 (▲14.6)
鳥取県	鳥取市 (▲18.7)	米子市 (▲6.9)、日吉津村 (2.1)
島根県	松江市 (▲14.9)	出雲市 (▲8.0)
岡山県	岡山市 (▲4.9)	なし
広島県	広島市 (▲6.0)	東広島市 (▲5.5)、坂町 (▲5.6)
山口県	山口市 (▲9.6)	なし
徳島県	徳島市 (▲20.7)	松茂町 (▲13.5)、北島町 (0.5)、藍住町 (▲2.7)
香川県	高松市 (▲10.1)	宇多津町 (▲1.5)
愛媛県	松山市 (▲14.7)	なし
高知県	高知市 (▲19.6)	なし
福岡県	福岡市 (7.5)	粕屋町 (20.4)、大野城市 (6.8)、志免町 (3.7)、須恵町 (3.8)、新宮町 (3.3)、久山町 (2.5)
佐賀県	佐賀市 (▲11.3)	鳥栖市 (2.2)、上峰町 (▲6.8)、江北町 (▲7.9)
長崎県	長崎市 (▲27.6)	佐世保市 (▲20.9)、諫早市 (▲22.8)、大村市 (▲4.5)、長与町 (▲18.7)、時津町 (▲24.1)、波佐見町 (▲23.7)、佐々町 (▲15.8)
熊本県	熊本市 (▲6.8)	合志市 (13.3)、大津町 (16.0)、菊陽町 (20.3)
大分県	大分市 (▲9.2)	なし
宮崎県	宮崎市 (▲11.8)	三股町 (▲8.9)
鹿児島県	鹿児島市 (▲15.9)	姪良市 (▲13.2)
沖縄県	那覇市 (▲6.0)	宜野湾市 (6.6)、石垣市 (▲4.5)、浦添市 (2.8)、名護市 (▲0.2)、糸満市 (▲2.2)、沖縄市 (6.8)、豊見城市 (14.0)、うるま市 (▲0.8)、南城市 (6.9)、恩納村 (12.0)、宜野座村 (16.0)、金武町 (0.2)、読谷村 (2.4)、北谷町 (5.8)、北中城村 (0.2)、中城村 (29.4)、与那原町 (1.7)、南風原町 (13.6)、八重瀬町 (11.2)

(注) () 内は各市町村の人口増加率 (%)。

(資料) 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年推計)』より、みずほ総合研究所作成

¹ 国立社会保障・人口問題研究所による人口や世帯数の将来推計は5年ごとの国勢調査を元に行われる。今回は2010年から2015年にかけての人口移動の傾向が今後も続くという前提で、東京都区部を含む市区町村単位で将来の人口が推計されている。また、古くからの政令指定都市である、札幌市、仙台市、千葉市、横浜市、川崎市、名古屋市、京都市、大阪市、神戸市、広島市、北九州市、福岡市については区単位で推計されている。なお、福島県については、原発事故の影響で市町村単位の推計が難しいため、県単位の推計にとどまっている。そのため、本稿では都道府県庁所在地の比較において福島市は除かれている。

² 本稿における三大都市圏は以下の通り。

東京圏：東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県

名古屋圏：愛知県、岐阜県、三重県

大阪圏：大阪府、兵庫県、京都府、奈良県

³ 北陸地方：富山県、石川県、福井県。中国地方：鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県。九州地方：福岡県、佐賀県、長崎県、熊本県、大分県、宮崎県、鹿児島県。

⁴ ここでは全ての政令指定都市は一つの市という扱いとなっており、人口の将来推計が行われていない福島県内の市町村を除く1,682市区町村（778市、東京23区、713町、168村）が対象とされている。

⁵ 政令指定都市の指定年が古く、人口移動のデータが過去にわたって得られるということから、札幌市、仙台市、千葉市、横浜市、川崎市、名古屋市、京都市、大阪市、神戸市、広島市、北九州市、福岡市の12について区別の将来推計人口が推計されている。

⁶ 本稿では東京都の都庁所在地は新宿区ではなく東京都区部としている。

⁷ 以下のような背景から、今後人口集中度があまり上昇しない都道府県庁所在地も散見される。

- ・ 県内で他にライバルとなる大きな人口を抱える都市がある：青森市、前橋市、長野市、津市、長崎市など
- ・ 県内で他に製造業の大きな拠点ある：静岡市、名古屋市など
- ・ 三大都市圏のような複数の都府県を抱える巨大経済圏にあって、その中心ではない：さいたま市、千葉市、横浜市、岐阜市、大津市、神戸市、奈良市など

⁸ 本稿では地方圏は非三大都市圏を示す。

●当レポートは情報提供のみを目的として作成されたものであり、取引の勧誘を目的としたものではありません。本資料は、当社が信頼できると判断した各種データに基づき作成されておりますが、その正確性、確実性を保証するものではありません。本資料のご利用に際しては、ご自身の判断にてなされますようお願い申し上げます。また、本資料に記載された内容は予告なしに変更されることもあります。なお、当社は本情報を無償でのみ提供しております。当社からの無償の情報提供をお望みにならない場合には、配信停止を希望する旨をお知らせ願います。
