

II 日本人人口

1 人口及び対前年増減率

日本人人口は 13,264,486 人で、前年に比べ 3,933 人(0.03%)増加し、3年ぶりの増加となっている。

男女別にみると、男性 6,507,674 人、女性 6,756,812 人となっている。前年に比べ男性は 2,220 人(Δ 0.03%)の減少、女性は 6,153 人(0.09%)の増加となっている。

地域別にみると、区部は 9,100,160 人、市部は 4,087,157 人、町村部は 77,169 人となっている。前年に比べ区部は 16,393 人(0.18%)の増加、市部は 11,523 人(Δ 0.28%)、町村部は 937 人(Δ 1.20%)減少している。
(表 10、11、図 12、統計表 2、6、7)

図 12 日本人人口及び対前年増減率の推移 (昭和 32～令和 6 年) 各年 1 月 1 日現在

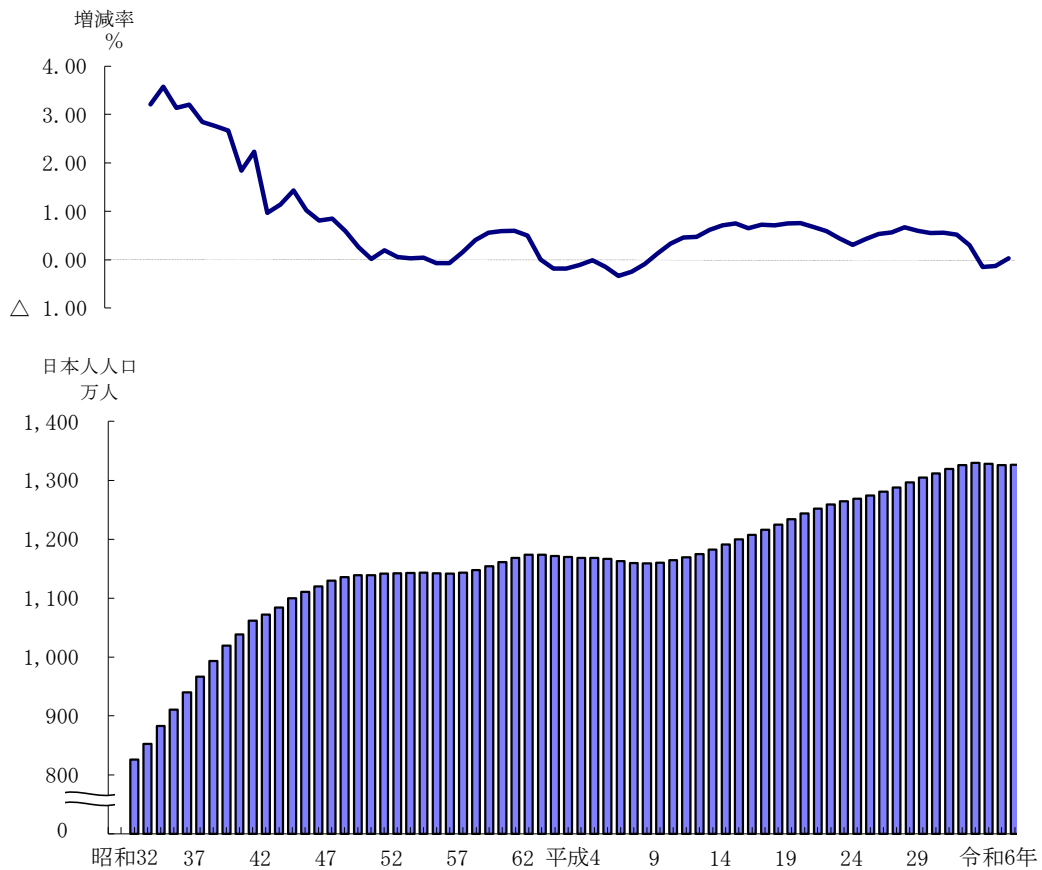


表 10 男女別日本人人口の推移 (平成 26～令和 6 年) 各年1月1日現在

(単位：人、%)

年次	総数			男			女		
	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率
平成26年	12,807,631	67,543	0.53	6,335,735	28,876	0.46	6,471,896	38,667	0.60
27	12,880,144	72,513	0.57	6,366,590	30,855	0.49	6,513,554	41,658	0.64
28	12,966,307	86,163	0.67	6,404,647	38,057	0.60	6,561,660	48,106	0.74
29	13,043,707	77,400	0.60	6,438,100	33,453	0.52	6,605,607	43,947	0.67
30	13,115,848	72,141	0.55	6,466,115	28,015	0.44	6,649,733	44,126	0.67
31	13,189,049	73,201	0.56	6,495,215	29,100	0.45	6,693,834	44,101	0.66
令和2年	13,257,596	68,547	0.52	6,522,813	27,598	0.42	6,734,783	40,949	0.61
3	13,297,089	39,493	0.30	6,537,442	14,629	0.22	6,759,647	24,864	0.37
4	13,277,052	△ 20,037	△ 0.15	6,522,919	△ 14,523	△ 0.22	6,754,133	△ 5,514	△ 0.08
5	13,260,553	△ 16,499	△ 0.12	6,509,894	△ 13,025	△ 0.20	6,750,659	△ 3,474	△ 0.05
6	13,264,486	3,933	0.03	6,507,674	△ 2,220	△ 0.03	6,756,812	6,153	0.09

表 11 地域別日本人人口の推移 (平成 26～令和 6 年) 各年1月1日現在

(単位：人、%)

年次	区 部			市 部			町 村 部		
	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率
平成26年	8,685,756	61,447	0.71	4,036,448	6,841	0.17	85,427	△ 745	△ 0.86
27	8,751,735	65,979	0.76	4,043,532	7,084	0.18	84,877	△ 550	△ 0.64
28	8,827,070	75,335	0.86	4,054,848	11,316	0.28	84,389	△ 488	△ 0.57
29	8,892,312	65,242	0.74	4,067,867	13,019	0.32	83,528	△ 861	△ 1.02
30	8,956,636	64,324	0.72	4,076,373	8,506	0.21	82,839	△ 689	△ 0.82
31	9,021,427	64,791	0.72	4,085,767	9,394	0.23	81,855	△ 984	△ 1.19
令和2年	9,084,642	63,215	0.70	4,092,190	6,423	0.16	80,764	△ 1,091	△ 1.33
3	9,115,890	31,248	0.34	4,101,271	9,081	0.22	79,928	△ 836	△ 1.04
4	9,092,428	△ 23,462	△ 0.26	4,105,528	4,257	0.10	79,096	△ 832	△ 1.04
5	9,083,767	△ 8,661	△ 0.10	4,098,680	△ 6,848	△ 0.17	78,106	△ 990	△ 1.25
6	9,100,160	16,393	0.18	4,087,157	△ 11,523	△ 0.28	77,169	△ 937	△ 1.20

2 平均年齢

日本人人口の平均年齢は 46.23 歳で、前年に比べ 0.17 歳高くなっている。

男女別にみると、男性は 44.91 歳、女性は 47.49 歳で、女性の方が 2.58 歳高くなっている。

地域別にみると、町村部の 51.54 歳が最も高く、次いで市部 47.31 歳、区部 45.70 歳となっている。

また、20 年前の平成 16 年と比べ、すべての地域で男女共に平均年齢が上昇しており、20 年間で男性は 4.04 歳、女性は 3.93 歳上昇している。(表 12)

表 12 地域、男女別日本人人口の平均年齢の推移（平成 16、26、30～令和6年）各年1月1日現在

(単位：歳)

地域・男女		平成 16年	26年	30年	31年	令和 2年	3年	4年	5年	6年
総 数	総 数	42.22	44.52	45.16	45.30	45.46	45.65	45.87	46.06	46.23
	区 部	42.63	44.49	44.90	44.98	45.08	45.23	45.43	45.58	45.70
	市 部	41.28	44.51	45.65	45.91	46.20	46.48	46.75	47.02	47.31
	町村部	45.13	48.48	49.65	49.99	50.36	50.64	50.96	51.28	51.54
	郡部	43.95	47.67	49.14	49.54	50.02	50.33	50.68	51.06	51.42
	島部	47.50	50.23	50.80	50.99	51.10	51.35	51.59	51.77	51.81
男	総 数	40.87	43.17	43.84	43.99	44.15	44.35	44.57	44.75	44.91
	区 部	41.24	43.13	43.60	43.70	43.81	43.96	44.16	44.31	44.42
	市 部	40.03	43.18	44.28	44.54	44.83	45.10	45.37	45.63	45.90
	町村部	43.49	46.75	47.89	48.25	48.59	48.93	49.25	49.59	49.85
	郡部	42.35	46.02	47.38	47.83	48.30	48.64	48.99	49.37	49.72
	島部	45.80	48.29	48.99	49.18	49.19	49.55	49.81	50.05	50.13
女	総 数	43.56	45.84	46.45	46.58	46.72	46.90	47.13	47.32	47.49
	区 部	44.00	45.81	46.16	46.23	46.31	46.45	46.66	46.80	46.92
	市 部	42.55	45.82	46.98	47.25	47.54	47.82	48.09	48.37	48.67
	町村部	46.79	50.25	51.47	51.77	52.18	52.41	52.73	53.02	53.29
	郡部	45.57	49.34	50.92	51.27	51.76	52.03	52.39	52.76	53.14
	島部	49.22	52.26	52.72	52.92	53.16	53.30	53.50	53.62	53.63

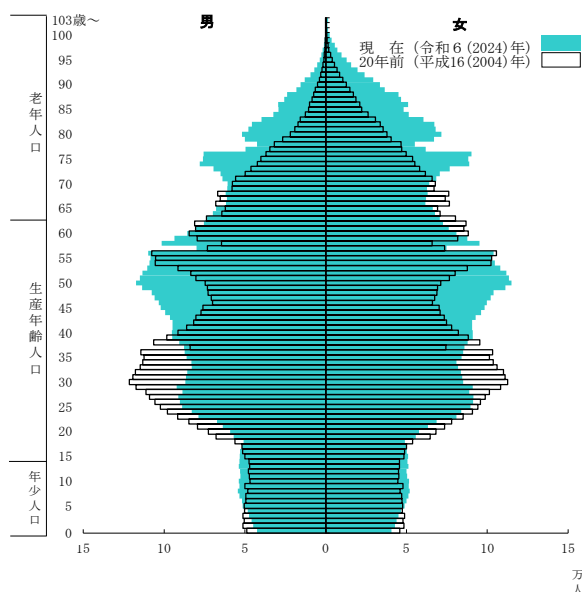
注) 平均年齢は、各年齢に人口を乗じた値を合計し、人口総数(年齢不詳者を除く)で除して求めている。
 平均年齢=年齢(各歳)×各歳別人口÷各歳別人口の合計+0.5

3 年齢(各歳)別人口

日本人人口の年齢(各歳)別人口を人口ピラミッドで見ると、20年前の平成16年と比べ、20代30代の人口は男女共に大きく減少しているが、40代は男女共に大きく増加している。

また、65歳以上の老年人口についても大幅に増加している。(図13、統計表2、6)

図13 東京都の日本人における人口ピラミッド(平成16、令和6年)各年1月1日現在



4 年齢3区分別人口

日本人人口を年齢3区分別にみると、令和6年の年少人口(0～14歳)は1,485,981人で、前年に比べ25,149人(△1.66%)減少している。日本人人口に占める年少人口の割合は11.20%で、前年に比べ0.20ポイント低下している。

生産年齢人口(15～64歳)は8,668,292人で、前年に比べ26,095人(0.30%)増加している。日本人人口に占める生産年齢人口の割合は65.35%で、前年に比べ0.18ポイント上昇している。また、10年前の平成26年の生産年齢人口割合66.09%と比べ、0.74ポイント低下している。

老年人口(65歳以上)は3,110,213人で、前年に比べ2,987人(0.10%)増加している。日本人人口に占める老年人口の割合は23.45%で、前年に比べ0.02ポイント上昇している。また、10年前の平成26年の老年人口割合22.07%と比べ、1.38ポイント上昇している。

老年人口のうち、70歳以上の人口は2,481,170人で、前年に比べ1,876人(0.08%)増加し、日本人人口に占める割合は18.71%となっている。75歳以上の人口は1,775,557人で、前年に比べ55,415人(3.22%)増加し、日本人人口に占める割合は13.39%となっている。さらに、80歳以上の人口は1,119,344人で、前年に比べ32,156人(2.96%)増加し、日本人人口に占める割合は8.44%となっている。

(表13-1、13-2、図14、15、統計表3-2)

表13-1 年齢3区分別日本人人口の推移 (平成26～令和6年) 各年1月1日現在

(単位：人、%)									
年次	年少人口(0～14歳)			生産年齢人口(15～64歳)			老年人口(65歳以上)		
	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率
平成26年	1,516,430	7,002	0.46	8,464,583	△32,320	△0.38	2,826,618	92,861	3.40
27	1,525,911	9,481	0.63	8,436,570	△28,013	△0.33	2,917,663	91,045	3.22
28	1,535,808	9,897	0.65	8,451,603	15,033	0.18	2,978,895	61,232	2.10
29	1,544,180	8,372	0.55	8,475,913	24,310	0.29	3,023,613	44,718	1.50
30	1,549,223	5,043	0.33	8,508,232	32,319	0.38	3,058,392	34,779	1.15
31	1,554,908	5,685	0.37	8,554,346	46,114	0.54	3,079,794	21,402	0.70
令和2年	1,553,841	△1,067	△0.07	8,607,359	53,013	0.62	3,096,395	16,601	0.54
3	1,552,954	△887	△0.06	8,632,547	25,188	0.29	3,111,587	15,192	0.49
4	1,534,477	△18,477	△1.19	8,627,364	△5,183	△0.06	3,115,210	3,623	0.12
5	1,511,130	△23,347	△1.52	8,642,197	14,833	0.17	3,107,226	△7,984	△0.26
6	1,485,981	△25,149	△1.66	8,668,292	26,095	0.30	3,110,213	2,987	0.10
年次	(再掲) 老年人口のうち 70歳以上			(再掲) 老年人口のうち 75歳以上			(再掲) 老年人口のうち 80歳以上		
	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率	人口	増減数	増減率
平成26年	2,046,094	65,346	3.30	1,344,510	34,972	2.67	777,277	36,269	4.89
27	2,098,742	52,648	2.57	1,381,468	36,958	2.75	811,552	34,275	4.41
28	2,120,793	22,051	1.05	1,430,654	49,186	3.56	855,983	44,431	5.47
29	2,154,300	33,507	1.58	1,487,935	57,281	4.00	894,379	38,396	4.49
30	2,241,635	87,335	4.05	1,538,980	51,045	3.43	932,211	37,832	4.23
31	2,319,713	78,078	3.48	1,590,669	51,689	3.36	956,006	23,795	2.55
令和2年	2,394,666	74,953	3.23	1,629,109	38,440	2.42	980,654	24,648	2.58
3	2,442,571	47,905	2.00	1,641,498	12,389	0.76	1,018,319	37,665	3.84
4	2,469,047	26,476	1.08	1,659,310	17,812	1.09	1,058,419	40,100	3.94
5	2,479,294	10,247	0.42	1,720,142	60,832	3.67	1,087,188	28,769	2.72
6	2,481,170	1,876	0.08	1,775,557	55,415	3.22	1,119,344	32,156	2.96

表 13-2 年齢3区分別日本人人口及び構成比の推移（平成 26～令和 6 年）各年1月1日現在

(単位：人、%)

年次	年少人口 (0～14歳)		生産年齢人口 (15～64歳)		老年人口 (65歳以上)		(再掲) 老年人口の うち70歳以上		(再掲) 老年人口の うち75歳以上		(再掲) 老年人口の うち80歳以上	
	人口	構成比	人口	構成比	人口	構成比	人口	構成比	人口	構成比	人口	構成比
	平成26年	1,516,430	11.84	8,464,583	66.09	2,826,618	22.07	2,046,094	15.98	1,344,510	10.50	777,277
27	1,525,911	11.85	8,436,570	65.50	2,917,663	22.65	2,098,742	16.29	1,381,468	10.73	811,552	6.30
28	1,535,808	11.84	8,451,603	65.18	2,978,895	22.97	2,120,793	16.36	1,430,654	11.03	855,983	6.60
29	1,544,180	11.84	8,475,913	64.98	3,023,613	23.18	2,154,300	16.52	1,487,935	11.41	894,379	6.86
30	1,549,223	11.81	8,508,232	64.87	3,058,392	23.32	2,241,635	17.09	1,538,980	11.73	932,211	7.11
31	1,554,908	11.79	8,554,346	64.86	3,079,794	23.35	2,319,713	17.59	1,590,669	12.06	956,006	7.25
令和2年	1,553,841	11.72	8,607,359	64.92	3,096,395	23.36	2,394,666	18.06	1,629,109	12.29	980,654	7.40
3	1,552,954	11.68	8,632,547	64.92	3,111,587	23.40	2,442,571	18.37	1,641,498	12.34	1,018,319	7.66
4	1,534,477	11.56	8,627,364	64.98	3,115,210	23.46	2,469,047	18.60	1,659,310	12.50	1,058,419	7.97
5	1,511,130	11.40	8,642,197	65.17	3,107,226	23.43	2,479,294	18.70	1,720,142	12.97	1,087,188	8.20
6	1,485,981	11.20	8,668,292	65.35	3,110,213	23.45	2,481,170	18.71	1,775,557	13.39	1,119,344	8.44

注) 構成比 (%) = 各年齢3区分別日本人人口 ÷ 日本人人口の総数 (年齢不詳者を含む) × 100

図 14 年齢3区分別日本人人口の推移（昭和 32～令和 6 年）各年 1 月 1 日現在

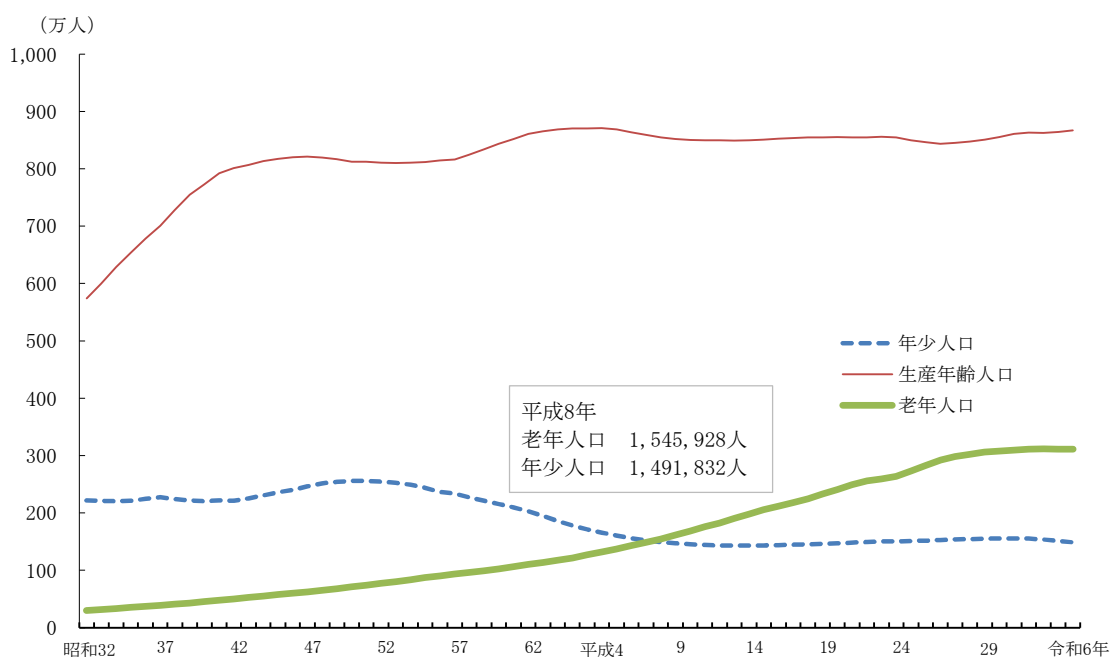
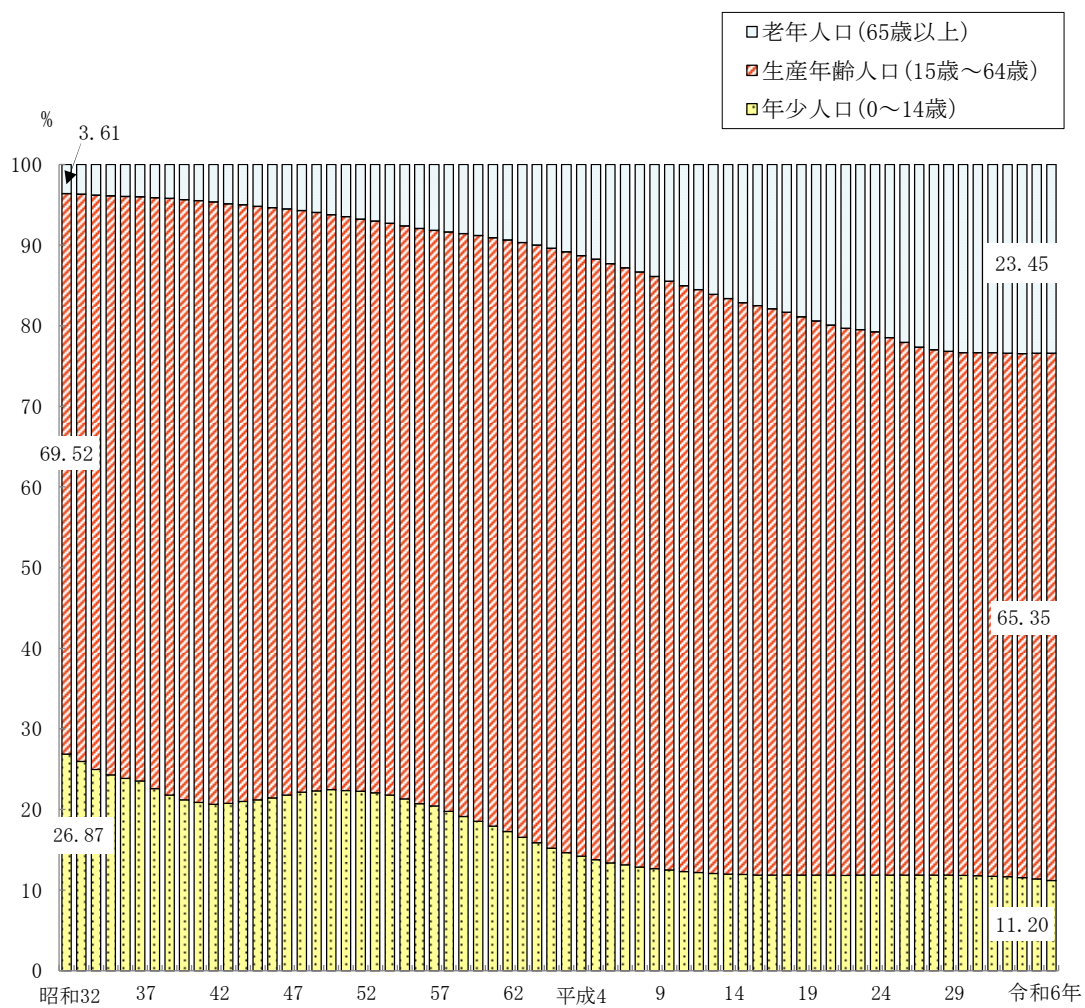


図 15 日本人人口の年齢3区分別構成比の推移（昭和32～令和6年）各年1月1日現在



5 年齢構造指数

日本人人口の年齢構造指数¹⁾をみると、年少(従属)人口指数は 17.1(生産年齢人口を働き手とみた場合、働き手 5.8 人で年少者1人を支える²⁾)で、前年に比べ 0.4 ポイント低下し、老年(従属)人口指数は 35.9(働き手 2.8 人で高齢者1人を支える³⁾)で、前年に比べ 0.1 ポイント低下している。年少(従属)人口指数と老年(従属)人口指数との差は 18.8 ポイントと前年の差 18.5 ポイントからさらに拡大している。

従属人口指数は 53.0 で前年に比べ 0.4 ポイント低下し、20 年前の平成 16 年と比べ約 1.3 倍に上昇している。また、年少人口及び老年人口を被扶養層とみた場合、20 年前は被扶養層1人に対し働き手⁴⁾ 2.4 人で支えていたことになるが、1.9 人に減少している。

また、老年化指数は 209.3 となり、20 年前の平成 16 年と比べ約 1.4 倍に上昇し、さらに高齢化が進展している。(表 14、図 16-1、16-2)

表 14 日本人人口の年齢構造指数の推移 (平成 16、21、26、31～令和6年) 各年1月1日現在

年齢構造指数 1)	平成16	21	26	31	令和2	3	4	5	6
年少(従属)人口指数	16.8	17.3	17.9	18.2	18.1	18.0	17.8	17.5	17.1
老年(従属)人口指数	24.8	29.2	33.4	36.0	36.0	36.0	36.1	36.0	35.9
従属人口指数	41.7	46.5	51.3	54.2	54.0	54.0	53.9	53.4	53.0
老年化指数	147.4	168.0	186.4	198.1	199.3	200.4	203.0	205.6	209.3

注1) 「年齢構造指数」は次の指数の総称であり、以下により算出している。

$$\text{年少(従属)人口指数} = \text{年少人口} \div \text{生産年齢人口} \times 100$$

$$\text{老年(従属)人口指数} = \text{老年人口} \div \text{生産年齢人口} \times 100$$

$$\text{従属人口指数} = (\text{年少人口} + \text{老年人口}) \div \text{生産年齢人口} \times 100$$

$$\text{老年化指数} = \text{老年人口} \div \text{年少人口} \times 100$$

$$2) \text{ 年少者1人を支える働き手の人数} = 100 \div \text{年少(従属)人口指数}$$

$$3) \text{ 老年者1人を支える働き手の人数} = 100 \div \text{老年(従属)人口指数}$$

$$4) \text{ 被扶養層1人に対する働き手の人数} = \text{生産年齢人口} \div (\text{年少人口} + \text{老年人口}) \\ = 100 \div \text{従属人口指数}$$

図 16-1 日本人人口の年齢構造指数の推移 (昭和 32~令和 6 年)

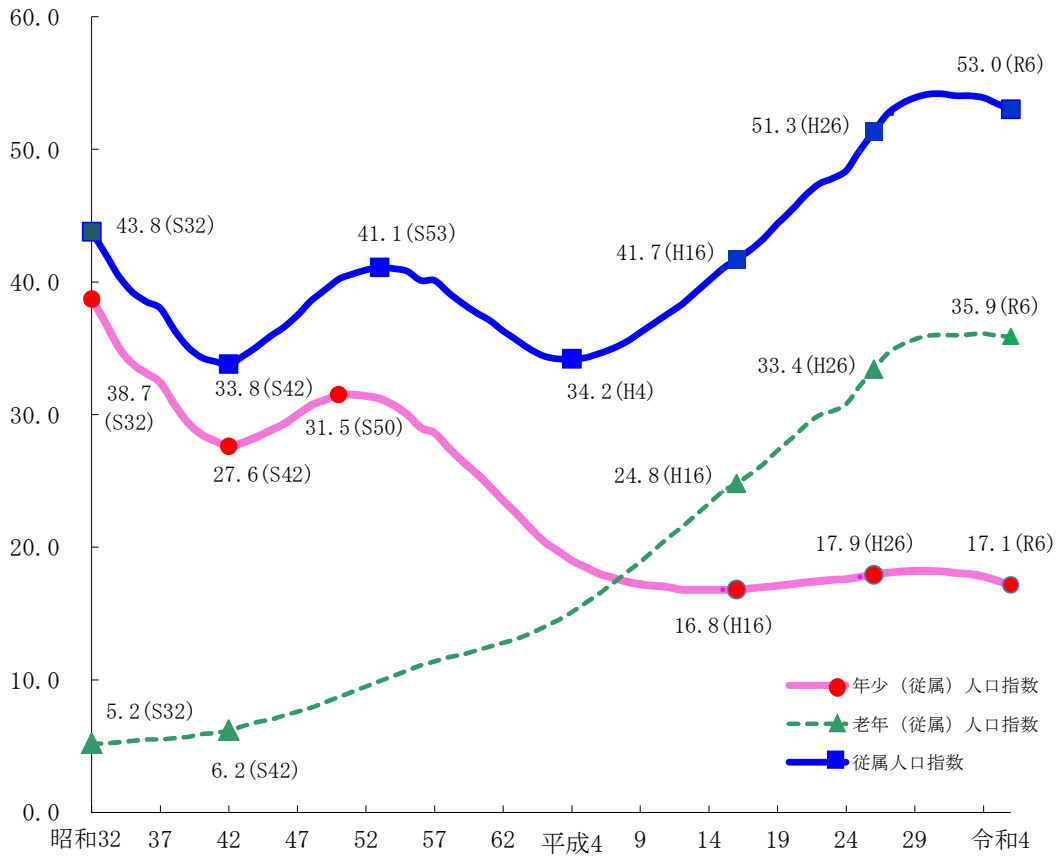
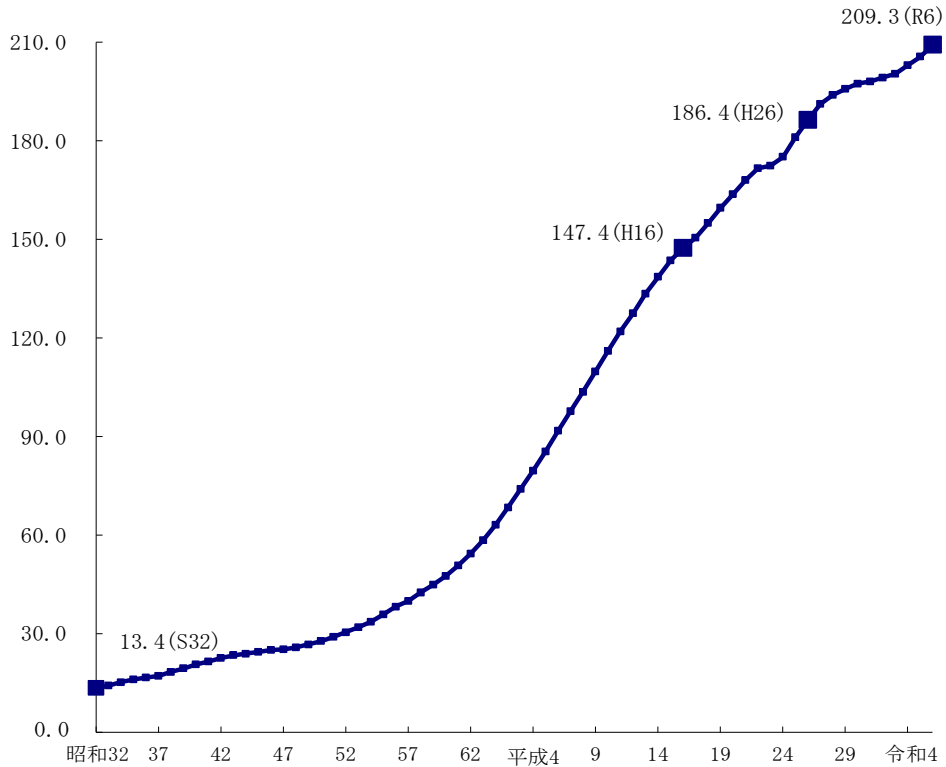


図 16-2 日本人人口の老年化指数の推移 (昭和 32~令和 6 年)



<参考> 東京都と全国の人口比較 (令和5年1月1日現在)

総務省自治行政局「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数」の直近の公表数値は、令和5年1月1日現在であるため、令和5年1月1日現在の数値で比較している。

令和5年1月1日現在における東京都と全国の人口総数を比較すると、東京都は 13,841,665 人、全国は 125,416,877 人で、東京都の人口総数が全国の人口総数に占める割合は 11.04% となっている。

人口総数の年齢3区分別構成比をみると、東京都の年少人口は 11.28% で全国より 0.47 ポイント低く、生産年齢人口は 66.05% で全国より 6.41 ポイント高く、老年人口は 22.67% で全国より 5.95 ポイント低くなっている。

日本人は、東京都が 13,260,553 人、全国が 122,423,038 人で、全国の日本人に占める東京都の割合は 10.83% となっている。

日本人の年齢3区分別構成比をみると、東京都の年少人口は 11.40% で全国より 0.42 ポイント低く、生産年齢人口は 65.17% で全国より 6.14 ポイント高く、老年人口は 23.43% で全国より 5.72 ポイント低くなっている。

また、外国人は、東京都が 581,112 人、全国が 2,993,839 人で、全国の外国人に占める東京都の割合は 19.41% となっている。

外国人の年齢3区分別構成比をみると、東京都の年少人口は 8.64% で全国より 0.08 ポイント高く、生産年齢人口は 86.08% で全国より 1.44 ポイント高く、老年人口は 5.27% で全国より 1.53 ポイント低くなっている。

表 年齢3区分別人口 令和5年1月1日現在

(単位：人、%)

区 分	東京都		全国		全国に占める東京都の割合
	人口	構成比	人口	構成比	
人口総数	13,841,665	100.00	125,416,877	100.00	11.04
年少人口(0～14歳)	1,561,365	11.28	14,731,822	11.75	10.60
生産年齢人口(15～64歳)	9,142,443	66.05	74,796,061	59.64	12.22
老年人口(65歳以上)	3,137,857	22.67	35,888,947	28.62	8.74
日本人人口	13,260,553	100.00	122,423,038	100.00	10.83
年少人口(0～14歳)	1,511,130	11.40	14,475,473	11.82	10.44
生産年齢人口(15～64歳)	8,642,197	65.17	72,262,175	59.03	11.96
老年人口(65歳以上)	3,107,226	23.43	35,685,383	29.15	8.71
外国人人口	581,112	100.00	2,993,839	100.00	19.41
年少人口(0～14歳)	50,235	8.64	256,349	8.56	19.60
生産年齢人口(15～64歳)	500,246	86.08	2,533,886	84.64	19.74
老年人口(65歳以上)	30,631	5.27	203,564	6.80	15.05

注1) 全国の人口は、総務省自治行政局「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数」(令和5年1月1日現在)より引用
 2) 人口総数、日本人及び外国人の各総数には年齢不詳者を含む。