

令和7年国勢調査結果（令和2年および平成27年との比較）

市町村	人口総数 (令和7年 10月1日) (人)	人口増減(令和7年VS令和2年)		人口総数 (令和2年10 月1日) (人)	人口増減(令和2年VS平成27年)		人口総数 (平成27年 10月1日) (人)
		増減数 (人)	増減率 (%)		増減数 (人)	増減率 (%)	
県計	1,954,950	△ 93,061	△ 4.5	2,048,011	△ 50,793	△ 2.4	2,098,804
市計	1,574,436	△ 70,026	△ 4.3	1,644,462	△ 30,862	△ 1.8	1,675,324
郡計	380,514	△ 23,035	△ 5.7	403,549	△ 19,931	△ 4.7	423,480
佐久地域	201,175	△ 3,241	△ 1.6	204,416	△ 4,600	△ 2.2	209,016
上小地域	181,856	△ 12,042	△ 6.2	193,898	△ 3,545	△ 1.8	197,443
諏訪地域	184,203	△ 9,635	△ 5.0	193,838	△ 4,637	△ 2.3	198,475
上伊那地域	172,342	△ 7,550	△ 4.2	179,892	△ 4,413	△ 2.4	184,305
飯伊地域	143,772	△ 11,574	△ 7.5	155,346	△ 6,854	△ 4.2	162,200
木曽地域	22,642	△ 2,834	△ 11.1	25,476	△ 2,923	△ 10.3	28,399
松本地域	409,423	△ 14,245	△ 3.4	423,668	△ 4,260	△ 1.0	427,928
大北地域	52,814	△ 3,418	△ 6.1	56,232	△ 3,516	△ 5.9	59,748
長野地域	510,193	△ 22,509	△ 4.2	532,702	△ 10,722	△ 2.0	543,424
北信地域	76,530	△ 6,013	△ 7.3	82,543	△ 5,323	△ 6.1	87,866
長野市	357,112	△ 15,648	△ 4.2	372,760	△ 4,838	△ 1.3	377,598
松本市	232,347	△ 8,798	△ 3.6	241,145	△ 2,148	△ 0.9	243,293
上田市	144,350	△ 9,705	△ 6.3	154,055	△ 2,772	△ 1.8	156,827
岡谷市	44,535	△ 3,255	△ 6.8	47,790	△ 2,338	△ 4.7	50,128
飯田市	90,652	△ 7,512	△ 7.7	98,164	△ 3,417	△ 3.4	101,581
諏訪市	46,402	△ 2,327	△ 4.8	48,729	△ 1,411	△ 2.8	50,140
須坂市	47,799	△ 1,760	△ 3.6	49,559	△ 1,166	△ 2.3	50,725
小諸市	40,217	△ 774	△ 1.9	40,991	△ 1,521	△ 3.6	42,512
伊那市	63,597	△ 2,528	△ 3.8	66,125	△ 2,146	△ 3.1	68,271
駒ヶ根市	30,890	△ 1,312	△ 4.1	32,202	△ 557	△ 1.7	32,759
中野市	40,248	△ 2,090	△ 4.9	42,338	△ 1,571	△ 3.6	43,909
大町市	23,950	△ 2,079	△ 8.0	26,029	△ 2,012	△ 7.2	28,041
飯山市	17,700	△ 1,839	△ 9.4	19,539	△ 1,899	△ 8.9	21,438
茅野市	54,467	△ 1,933	△ 3.4	56,400	488	0.9	55,912
塩尻市	65,496	△ 1,745	△ 2.6	67,241	106	0.2	67,135
佐久市	97,070	△ 1,129	△ 1.1	98,199	△ 1,169	△ 1.2	99,368
千曲市	57,161	△ 1,691	△ 2.9	58,852	△ 1,446	△ 2.4	60,298
東御市	28,582	△ 1,540	△ 5.1	30,122	15	0.0	30,107
安曇野市	91,861	△ 2,361	△ 2.5	94,222	△ 1,060	△ 1.1	95,282
南佐久郡	22,649	△ 1,222	△ 5.1	23,871	△ 1,822	△ 7.1	25,693
小海町	4,056	△ 297	△ 6.8	4,353	△ 360	△ 7.6	4,713
佐久穂町	9,577	△ 641	△ 6.3	10,218	△ 968	△ 8.7	11,186
川上村	4,191	△ 153	△ 3.5	4,344	△ 263	△ 5.7	4,607

南 牧 村	3,342	100	3.1	3,242	△ 166	△ 4.9	3,408
南 相 木 村	868	△ 94	△ 9.8	962	△ 43	△ 4.3	1,005
北 相 木 村	615	△ 137	△ 18.2	752	△ 22	△ 2.8	774
北 佐 久 郡	41,239	△ 116	△ 0.3	41,355	△ 88	△ 0.2	41,443
軽 井 沢 町	18,465	△ 723	△ 3.8	19,188	194	1.0	18,994
御 代 田 町	16,555	1,000	6.4	15,555	371	2.4	15,184
立 科 町	6,219	△ 393	△ 5.9	6,612	△ 653	△ 9.0	7,265
小 県 郡	8,924	△ 797	△ 8.2	9,721	△ 788	△ 7.5	10,509
長 和 町	5,143	△ 457	△ 8.2	5,600	△ 566	△ 9.2	6,166
青 木 村	3,781	△ 340	△ 8.3	4,121	△ 222	△ 5.1	4,343
諏 訪 郡	38,799	△ 2,120	△ 5.2	40,919	△ 1,376	△ 3.3	42,295
下 諏 訪 町	17,636	△ 1,519	△ 7.9	19,155	△ 1,081	△ 5.3	20,236
富 士 見 町	13,370	△ 714	△ 5.1	14,084	△ 409	△ 2.8	14,493
原 村	7,793	113	1.5	7,680	114	1.5	7,566
上 伊 那 郡	77,855	△ 3,710	△ 4.5	81,565	△ 1,710	△ 2.1	83,275
辰 野 町	17,048	△ 1,507	△ 8.1	18,555	△ 1,215	△ 6.1	19,770
箕 輪 町	23,858	△ 1,131	△ 4.5	24,989	△ 252	△ 1.0	25,241
飯 島 町	8,498	△ 506	△ 5.6	9,004	△ 526	△ 5.5	9,530
南 箕 輪 村	16,000	203	1.3	15,797	734	4.9	15,063
中 川 村	4,354	△ 297	△ 6.4	4,651	△ 199	△ 4.1	4,850
宮 田 村	8,097	△ 472	△ 5.5	8,569	△ 252	△ 2.9	8,821
下 伊 那 郡	53,120	△ 4,062	△ 7.1	57,182	△ 3,437	△ 5.7	60,619
松 川 町	11,833	△ 697	△ 5.6	12,530	△ 637	△ 4.8	13,167
高 森 町	12,146	△ 665	△ 5.2	12,811	△ 269	△ 2.1	13,080
阿 南 町	3,674	△ 625	△ 14.5	4,299	△ 663	△ 13.4	4,962
阿 智 村	5,720	△ 348	△ 5.7	6,068	△ 470	△ 7.2	6,538
平 谷 村	353	△ 34	△ 8.8	387	△ 97	△ 20.0	484
根 羽 村	785	△ 67	△ 7.9	852	△ 118	△ 12.2	970
下 條 村	3,138	△ 407	△ 11.5	3,545	△ 306	△ 7.9	3,851
売 木 村	452	△ 96	△ 17.5	548	△ 27	△ 4.7	575
天 龍 村	965	△ 213	△ 18.1	1,178	△ 187	△ 13.7	1,365
泰 阜 村	1,377	△ 165	△ 10.7	1,542	△ 160	△ 9.4	1,702
喬 木 村	5,518	△ 455	△ 7.6	5,973	△ 337	△ 5.3	6,310
豊 丘 村	6,214	△ 212	△ 3.3	6,426	△ 166	△ 2.5	6,592
大 鹿 村	945	△ 78	△ 7.6	1,023	0	0.0	1,023
木 曽 郡	22,642	△ 2,834	△ 11.1	25,476	△ 2,923	△ 10.3	28,399
上 松 町	3,653	△ 478	△ 11.6	4,131	△ 539	△ 11.5	4,670
南 木 曽 町	3,541	△ 374	△ 9.6	3,915	△ 398	△ 9.2	4,313
木 曽 町	9,528	△ 1,056	△ 10.0	10,584	△ 1,242	△ 10.5	11,826

木 祖 村	2,351	△ 341	△ 12.7	2,692	△ 234	△ 8.0	2,926
王 滝 村	586	△ 129	△ 18.0	715	△ 124	△ 14.8	839
大 桑 村	2,983	△ 456	△ 13.3	3,439	△ 386	△ 10.1	3,825
東 筑 摩 郡	19,719	△ 1,341	△ 6.4	21,060	△ 1,158	△ 5.2	22,218
麻 績 村	2,315	△ 278	△ 10.7	2,593	△ 195	△ 7.0	2,788
生 坂 村	1,497	△ 142	△ 8.7	1,639	△ 204	△ 11.1	1,843
山 形 村	8,111	△ 289	△ 3.4	8,400	5	0.1	8,395
朝 日 村	4,050	△ 229	△ 5.4	4,279	△ 183	△ 4.1	4,462
筑 北 村	3,746	△ 403	△ 9.7	4,149	△ 581	△ 12.3	4,730
北 安 曇 郡	28,864	△ 1,339	△ 4.4	30,203	△ 1,504	△ 4.7	31,707
池 田 町	8,622	△ 760	△ 8.1	9,382	△ 544	△ 5.5	9,926
松 川 村	9,431	△ 168	△ 1.8	9,599	△ 349	△ 3.5	9,948
白 馬 村	8,391	△ 184	△ 2.1	8,575	△ 354	△ 4.0	8,929
小 谷 村	2,420	△ 227	△ 8.6	2,647	△ 257	△ 8.8	2,904
埴 科 郡	12,902	△ 1,102	△ 7.9	14,004	△ 867	△ 5.8	14,871
坂 城 町	12,902	△ 1,102	△ 7.9	14,004	△ 867	△ 5.8	14,871
上 高 井 郡	16,643	△ 634	△ 3.7	17,277	△ 458	△ 2.6	17,735
小 布 施 町	10,474	△ 186	△ 1.7	10,660	△ 42	△ 0.4	10,702
高 山 村	6,169	△ 448	△ 6.8	6,617	△ 416	△ 5.9	7,033
下 高 井 郡	17,115	△ 1,891	△ 9.9	19,006	△ 1,560	△ 7.6	20,566
山 ノ 内 町	10,290	△ 1,062	△ 9.4	11,352	△ 1,077	△ 8.7	12,429
木 島 平 村	3,912	△ 463	△ 10.6	4,375	△ 283	△ 6.1	4,658
野 沢 温 泉 村	2,913	△ 366	△ 11.2	3,279	△ 200	△ 5.7	3,479
上 水 内 郡	18,576	△ 1,674	△ 8.3	20,250	△ 1,947	△ 8.8	22,197
信 濃 町	6,898	△ 841	△ 10.9	7,739	△ 730	△ 8.6	8,469
飯 綱 町	9,668	△ 628	△ 6.1	10,296	△ 767	△ 6.9	11,063
小 川 村	2,010	△ 205	△ 9.3	2,215	△ 450	△ 16.9	2,665
下 水 内 郡	1,467	△ 193	△ 11.6	1,660	△ 293	△ 15.0	1,953
栄 村	1,467	△ 193	△ 11.6	1,660	△ 293	△ 15.0	1,953