

2023年の国内人口移動

—問われるべき東京圏転出入均衡目標の妥当性—

主席研究員 木下 茂

目次

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1. 「東京圏一極集中」の構図が復活 | 4. 東京圏の転入超過数反転の背景 |
| 2. 東京圏の年齢階層別動向 | 5. 外国人移動者の動向 |
| 3. 市町村の動向 | 6. 問われるべき東京圏転出入均衡目標の妥当性 |

1. 「東京圏一極集中」の構図が復活

長らく「東京圏一極集中」の構図が続いてきた国内人口移動において、コロナ禍の影響から2021年にかけて東京都の転入超過数が大きく減少するなどの変化が生じたが、2022年に入るとこうした流れは反転した。23年もこの動きは継続し、同年の東京都の転入超過数は21年の0.5万人、22年の3.8万人から大幅に増加して6.8万人となった。

改めて22年以降の東京都の転入超過数の月次推移を振り返ると、22年中は概ね転入超過で推移し、23年に入ると転入超過の基調が定着した。また、埼玉・千葉・神奈川を含む東京圏でみてもほぼ同様の推移を辿っている（図表1）。「東京圏一極集中」の構図が復活しているといえよう。

ここで、東京都の動きを、転入・転出に分けて季節変動の影響を除いたデータでみると、転入については、22年春にかけて月間3.5万人程度で横ばい気味の推移となっていたものの、その後はやや水準を切り上げる動きとなっている。一方、転出は21年末あたりまで月間3.5万人程度で推移した後、直近ではやや水準を切り下げているようである。この結果、20年春から21年末までは月によっては転入がバランスする局面もあったが、22年に入ると明確に転入超過傾向が定着し、その幅も拡大しているようである（図表2）。

（図表1）東京都、東京圏の転入超過数の推移

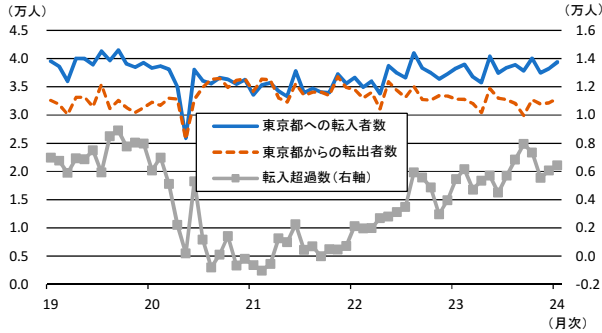
	東京都		東京圏	
	前年比増減		前年比増減	
2019年	82,982	208	148,783	13,183
2020年	31,125	-51,857	99,243	-49,540
2021年	5,433	-25,692	81,699	-17,544
2022年	38,023	32,590	99,519	17,820
2023年	68,285	30,262	126,515	26,996
2022年1月	491	1,981	3,347	2,637
2月	624	2,462	3,618	2,054
3月	33,171	5,368	60,406	2,436
4月	4,374	2,026	15,740	1,174
5月	720	1,381	3,535	-349
6月	289	872	460	-2,646
7月	-506	2,458	-270	1,559
8月	370	3,733	2,334	1,534
9月	758	4,291	3,859	3,626
10月	222	3,484	3,521	2,499
11月	-1,196	2,058	2,243	1,856
12月	-1,294	2,476	726	1,440
2023年1月	2,887	2,396	5,044	1,697
2月	3,902	3,278	6,149	2,531
3月	39,305	6,134	68,987	8,581
4月	8,825	4,451	19,058	3,318
5月	3,244	2,524	6,419	2,884
6月	1,439	1,150	3,186	2,726
7月	1,286	1,792	1,618	1,888
8月	1,433	1,063	2,919	585
9月	2,796	2,038	4,080	221
10月	2,132	1,910	3,924	403
11月	729	1,925	3,321	1,078
12月	307	1,601	1,810	1,084
2024年1月	3,572	685	6,137	1,093

（注1） マイナスは転出超過を示す

（注2） 東京圏：埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県

（注3） 総務省のデータより作成

(図表 2) 東京都をめぐる転出入者数の推移 (季調値)

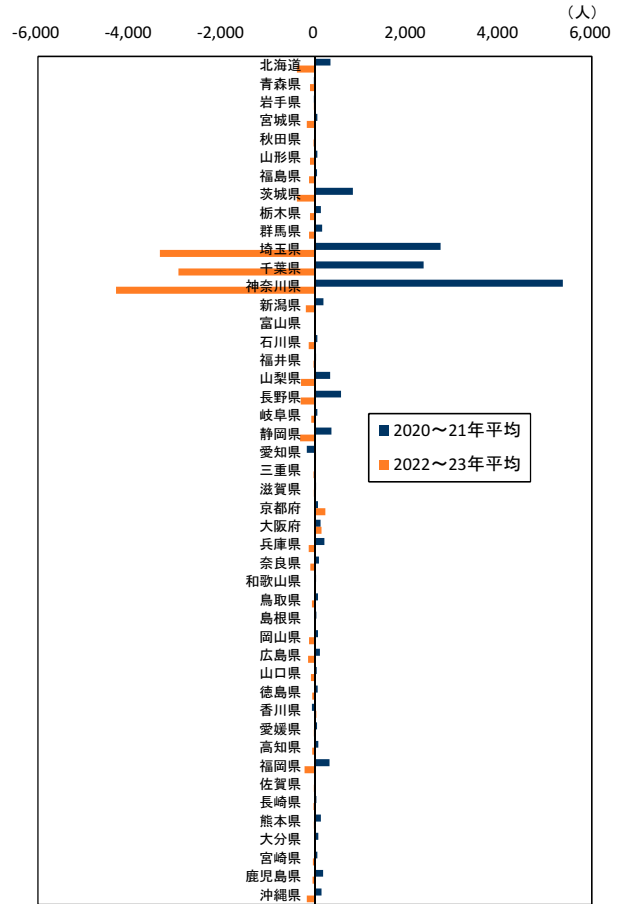


(注 1) 季節調整は J A 共済総研
(注 2) 総務省のデータより作成

次に、東京都からの転出者数の増減を道府県別に確認しよう。20~21年においては、神奈川、埼玉、千葉、茨城などの増加が目立ったが、22~23年にはいずれも減少に転じている点が目を引く(図表 3)。20~21年にみられた関東及びその周辺県への転出増加は、コロナ禍以降テレワークが拡大する中、一定の交通利便性を確保しつつ在宅勤務常態化を前提に良好な居住環境を求めて移住する人が増えた結果と考えられるが、22年に入るとこうした「郊外(近郊)移住」の増加は一巡し、23年には都心回帰の動きが強まったようである。

このような東京都を中心とした東京圏の動きもあり、3大都市圏全体の転入超過も21年の6.4万人から22年は7.7万人、23年は10.1万人まで回復した。もっとも、19年の13.0万人に比べれば2.9万人少ない水準にとどまっており、人口の都市部集中が量的な点で全面的に復活しているわけではない(図表 4)。

(図表 3) 東京都からの転出者数増減(対前年、道府県別)



(注) 総務省のデータより作成

(図表 4) 3大都市圏の転入者数、転出者数、転入超過数の推移 (日本人移動者)

	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	(単位:人)	
						前年比	2019年比
3 大都市圏							
転入者数	816,306	767,651	751,990	766,689	777,968	11,279	-38,338
転出者数	686,102	683,039	688,293	689,620	676,517	-13,103	-9,585
転入超過数	130,204	84,612	63,697	77,069	101,451	24,382	-28,753
東京圏							
転入者数	497,660	459,096	446,808	459,077	468,064	8,987	-29,596
転出者数	352,084	361,091	366,367	364,666	353,262	-11,404	1,178
転入超過数	145,576	98,005	80,441	94,411	114,802	20,391	-30,774
名古屋圏							
転入者数	116,168	111,015	110,481	110,642	110,286	-356	-5,882
転出者数	127,683	123,290	121,718	124,351	123,872	-479	-3,811
転入超過数	-11,515	-12,275	-11,237	-13,709	-13,586	123	-2,071
大阪圏							
転入者数	202,478	197,540	194,701	196,970	199,618	2,648	-2,860
転出者数	206,335	198,658	200,208	200,603	199,383	-1,220	-6,952
転入超過数	-3,857	-1,118	-5,507	-3,633	235	3,868	4,092

(注 1) マイナスは転出超過を示す
(注 2) 東京圏: 東京都、神奈川、埼玉、千葉
名古屋圏: 愛知、岐阜、三重
大阪圏: 大阪府、兵庫、京都、奈良
(注 3) 総務省のデータより作成

2. 東京圏の年齢階層別動向

次に、東京圏をめぐる転出入の動きを年齢階層別統計から眺めてみよう。18～19年と20～21年、22～23年を比べてみると、転入超過の大部分が10・20歳台の若年層である点が変わらないが、その人数は20～21年において減少した後、22年に入ると増加に転じている。一方、その他の年齢階層については、30歳台が23年に転入超過幅を拡大したものの、40歳台以上の層は小幅ながら転出超過が続いている（図表5）。

これについて、転入・転出別のデータをみてみよう。東京圏への転入者数は20年において若年層中心に大きく減少した後、22年には増加に転じ、23年も同様の動きが持続した（図表6）。一方転出側をみると、若年層中心に22年まで続いた転出増加の動きは23年に至ってようやく反転したものの、50歳代以上の層では依然増加が続いたことがわかる（図表7）。

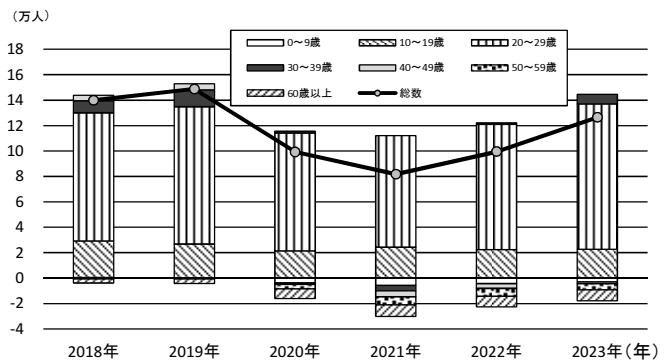
以上、コロナ禍前（19年）と比較した年齢階層別転出入変化としては、若年層がコロナ禍の局面において転入減少・転出増加となったことが全体の転入超過減少につながったが、その後はそうした動きは反転し、23年にかけて転入は増加、転出は減少となったことが直近にかけての全体の転入超過増をもたらしている、といえるだろう。一方、シニア層においては転出の増加が依然続いており、全体の転入超過数の回復を抑制する要因となっている。

3. 市町村の動向

前節までの内容を踏まえつつ本節では市町村の動向をみることにしよう。

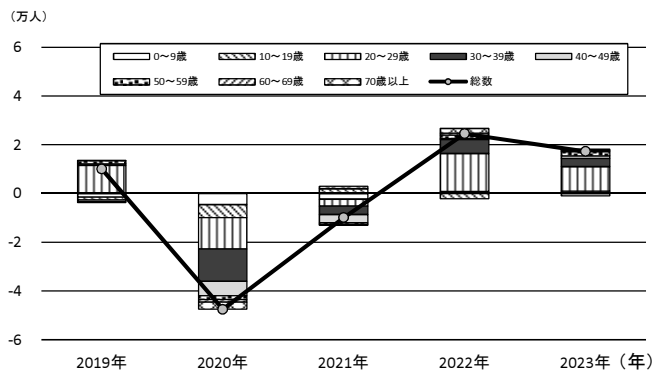
まず、全体の動きを確認するため、転入超過となっている市町村数をまとめた図表8をみると、転入超過市町村数の全国合計（ここでは3大都市圏を除くベースに注目する）は

（図表5）東京圏・年齢階層別転入超過数の推移



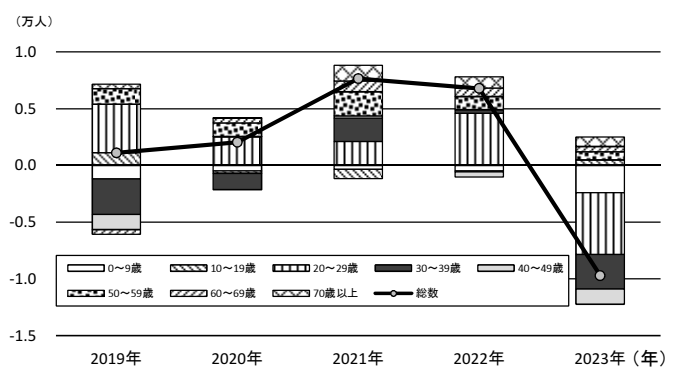
（注）総務省のデータより作成

（図表6）東京圏・年齢階層別転入数（前年差）の推移



（注）総務省のデータより作成

（図表7）東京圏・年齢階層別転出数（前年差）の推移



（注）総務省のデータより作成

20年に262、21年に296と増加した後、22年は274、23年は253と減少に転じている。もっとも、19年の水準（197）に比べれば高めの水準を維持しているといえる。

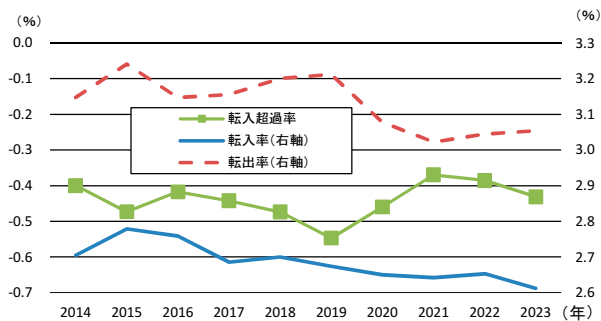
(図表8) 都道府県別・転入超過市町村数
(日本人移動者)

	2020年		2021年		2022年		2023年	
	数	割合(%)	数	割合(%)	数	割合(%)	数	割合(%)
北海道	25	14.0	29	16.2	28	15.6	25	14.0
青森県	1	2.5	5	12.5	5	12.5	4	10.0
岩手県	5	15.2	5	15.2	4	12.1	3	9.1
宮城県	9	25.7	9	25.7	6	17.1	11	31.4
秋田県	2	8.0	2	8.0	2	8.0	5	20.0
山形県	3	8.6	3	8.6	1	2.9	2	5.7
福島県	8	13.6	11	18.6	10	16.9	11	18.6
茨城県	11	25.0	11	25.0	11	25.0	10	22.7
栃木県	9	36.0	8	32.0	9	36.0	7	28.0
群馬県	6	17.1	9	25.7	6	17.1	7	20.0
埼玉県	34	54.0	42	66.7	43	68.3	42	66.7
千葉県	24	44.4	23	42.6	24	44.4	24	44.4
東京都	27	67.5	31	77.5	27	67.5	30	75.0
神奈川県	16	48.5	22	66.7	27	81.8	22	66.7
新潟県	5	16.7	4	13.3	4	13.3	1	3.3
富山県	2	13.3	3	20.0	1	6.7	4	26.7
石川県	6	31.6	6	31.6	5	26.3	4	21.1
福井県	2	11.8	2	11.8	1	5.9	1	5.9
山梨県	8	29.6	8	29.6	10	37.0	6	22.2
長野県	24	31.2	28	36.4	31	40.3	22	28.6
岐阜県	6	14.3	7	16.7	6	14.3	7	16.7
静岡県	3	8.6	7	20.0	6	17.1	4	11.4
愛知県	15	27.8	22	40.7	16	29.6	16	29.6
三重県	6	20.7	8	27.6	5	17.2	4	13.8
滋賀県	7	36.8	4	21.1	4	21.1	7	36.8
京都府	3	11.5	7	26.9	6	23.1	5	19.2
大阪府	12	27.9	10	23.3	14	32.6	13	30.2
兵庫県	7	17.1	9	22.0	9	22.0	8	19.5
奈良県	10	25.6	13	33.3	8	20.5	8	20.5
和歌山県	4	13.3	6	20.0	6	20.0	6	20.0
鳥取県	2	10.5	5	26.3	3	15.8	2	10.5
島根県	3	15.8	6	31.6	2	10.5	2	10.5
岡山県	9	33.3	5	18.5	6	22.2	6	22.2
広島県	5	21.7	6	26.1	5	21.7	4	17.4
山口県	4	21.1	3	15.8	4	21.1	2	10.5
徳島県	5	20.8	3	12.5	4	16.7	5	20.8
香川県	2	11.8	2	11.8	2	11.8	2	11.8
愛媛県	3	15.0	5	25.0	5	25.0	4	20.0
高知県	7	20.6	10	29.4	12	35.3	9	26.5
福岡県	26	43.3	24	40.0	24	40.0	26	43.3
佐賀県	5	25.0	8	40.0	5	25.0	7	35.0
長崎県	4	19.0	2	9.5	3	14.3	2	9.5
熊本県	11	24.4	11	24.4	15	33.3	10	22.2
大分県	4	22.2	5	27.8	4	22.2	2	11.1
宮崎県	2	7.7	5	19.2	5	19.2	3	11.5
鹿児島県	9	20.9	12	27.9	9	20.9	11	25.6
沖縄県	21	51.2	24	58.5	16	39.0	16	39.0
合計	422	24.5	490	28.5	459	26.7	432	25.1
(3大都市圏を除く)	262	20.9	296	23.6	274	21.8	253	20.2

(注1) 2021~2023年欄の太字表示は前年に比べ転入超過市町村数が増加したことを示す
(注2) 総務省のデータより作成

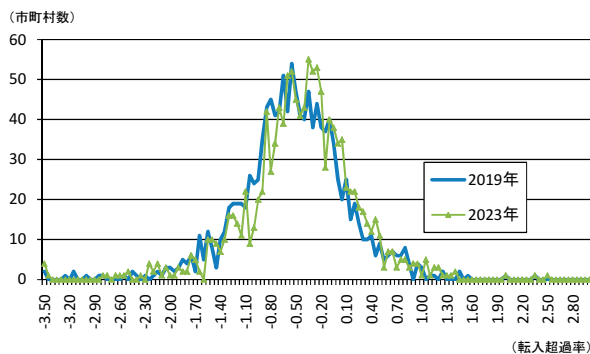
さらに、市町村別に転入超過率(転入超過数/人口)を計算し、その集計値の時系列推移を示した図表9をみると、19年にかけて低下傾向で推移していたものが、20・21年と2年連続で上昇し、22年もほぼ横ばいとなったが、23年も大きくは低下していないことがわ

(図表9) 市町村の転入超過率、転入率、転出率の推移



(注1) 各数値は市町村データの中央値
(注2) 集計対象は3大都市圏以外の市町村
(注3) 転入超過率=転入超過数/人口、転入率=転入者数/人口、転出率=転出者数/人口
(注4) 日本人移動者ベース
(注5) 総務省のデータより作成

(図表10) 転入超過率毎の市町村数の分布



(注1) 集計対象は3大都市圏以外の市町村
(注2) 転入超過率=転入超過数/人口
(注3) 日本人移動者ベース
(注4) 総務省のデータより作成

かる。続いて、転入超過率の水準毎の市町村数分布を図表10でみてみよう。非都市部の市町村で広範に人口流入が生じていれば、グラフは右寄りに膨らみつつシフトすることになるが、19年と23年の比較では分布が右側にシフトしているようである。

こうした市町村での動きは、先にみた東京圏での一極集中の構図復活と一見矛盾するように見える。ただ、東京圏への一極集中はマクロ的な人口ベースの話であり、ここでみて

いる市町村の動きは、個々の自治体の転入超過率の変動である。この点から、図表10で示されている変化は、転入超過率が上昇している自治体が一定程度広がりを見せている点を反映したものといえよう。

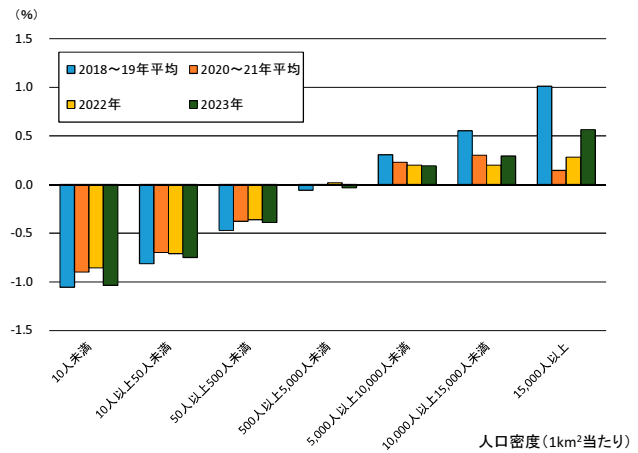
このような非都市部における転入超過率の底上げは転出入いずれの要因により生じているのだろうか。前掲の図表9で、転入率（転入者数／人口）、転出率（転出者数／人口）の動きをみると、コロナ以降目立つのは転出率の低下であり、20年以降の転入超過率の上昇は主として転出の手控えにより生じたものであることがわかる。こうした動きは23年に入っても続いている。

さて、ここまでみてきた市町村レベルの人口移動の変化は、どのような属性を持つ地域で生じているのだろうか。ここでは、人口密度が高い地域ほど新型コロナウイルス感染者数が多くなっていたという状況を踏まえ、人口密度階層別に転入超過率と転入超過数を集計（対象は3大都市圏を含む全国）してその変化を確認した。すると、人口密度が1万人以上の地域で転入超過率・数が20～21年にかけて低下・減少していたこと、22・23年においてはその動きが反転し、特に人口密度1万5千人以上の地域では転入超過率・数の明確な回復がみられたこと、とはいえ転入超過率・数とも18～19年の水準を回復しているわけではないこと、がわかった（図表11、12）。この結果は、コロナ禍において人々は人口密集地域を敬遠した後、23年にかけてこうした動きは解消したものの、コロナ禍以前の状態に全面的に復帰しているわけではないことを示している。

4. 東京圏の転入超過数反転の背景

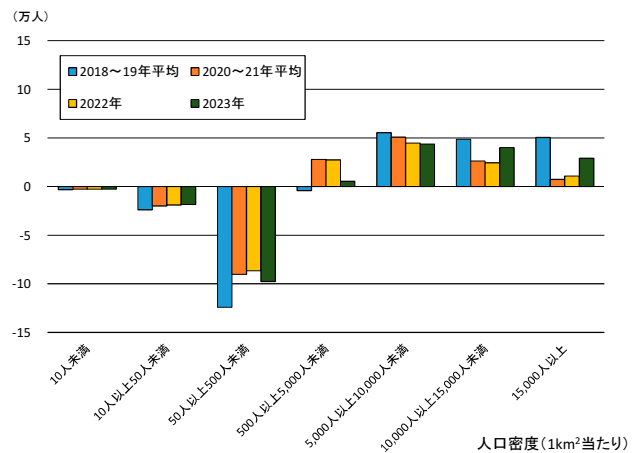
本節では22年以降の東京圏の転入超過数反転の背景について改めて考えてみる。ここ

（図表11）人口密度別にみた転入超過率



- (注1) 集計対象は全国
- (注2) 人口密度は2015年時点
- (注3) 転入超過率は人口密度階層毎の単純平均
- (注4) 日本人移動者ベース
- (注5) 総務省のデータより作成

（図表12）人口密度別にみた転入超過数



- (注1) 集計対象は全国
- (注2) 人口密度は2015年時点
- (注3) 転入超過率は人口密度階層毎の単純平均
- (注4) 日本人移動者ベース
- (注5) 総務省のデータより作成

では、人口移動を規定する基本的な要因として雇用・所得環境を確認する。具体的には東京圏とその他の地域における有効求人倍率格差と賃金上昇率格差に注目しよう。

有効求人倍率格差の近年の動きを振り返ってみると、16年をピークとして縮小が始ま

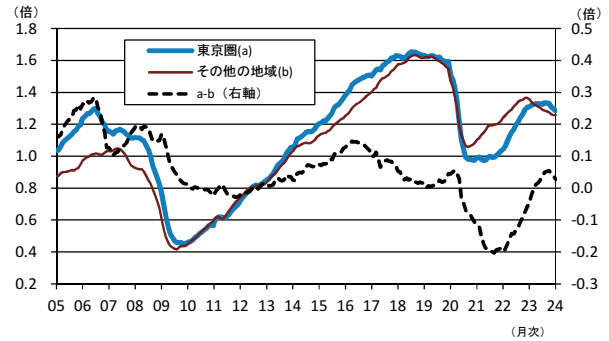
っていたものの、19年までは依然東京圏優位の状態が続いていた。20年に入るとコロナ禍の影響から雇用情勢は全国的に悪化した、その程度は東京圏の方が大きく、相対的にその他の地域が優位化することとなった。その後20年末からその他の地域の有効求人倍率が改善に転じる一方、東京圏は底這いが続いたため、同格差は21年秋まで拡大し続けた。もっとも、22年に入ると東京圏の有効求人倍率も上昇し始めたことから、同格差は23年末にかけて縮小している(図表13)。また、賃金上昇率格差も、近年東京圏が優位であったものが20~21年に逆転した後、22年にはわずかではあるが東京圏の不利度合いが縮小し、23年も同様の動きが続いた。ただ、同格差はコロナ禍前に比べれば依然低い水準にとどまっており、このことが転入超過数抑制要因になっているように思われる(図表14)。

5. 外国人移動者の動向

最後に、近年規模を拡大している外国人移動者¹の動向についてもみておこう。まず、国内人口移動における「外国人」は20~21年にやや落ち込んだものの、基調としては増加傾向が続き、国内人口移動全体に占める割合も上昇してきている(図表15)。

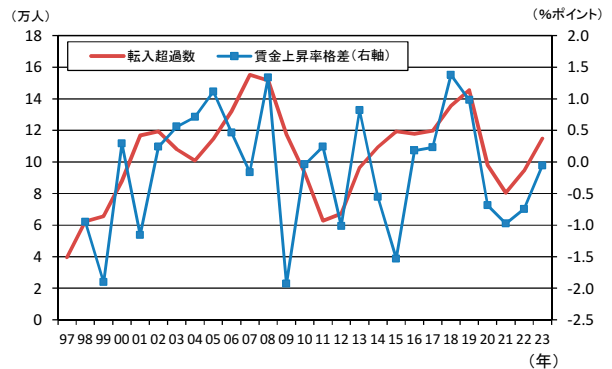
一方、20年から公表が開始された統計数値として、国境を越える転出入者数データがある(「国外からの転入」と「国外への転出」、日本人・外国人別)。同データにより過去4年間の外国人の動きをみると(図表16)、特に国外からの転入が22・23年と明確に増加しており、転入超過数も拡大している(22年：34.6

(図表13) 東京圏とその他の地域の有効求人倍率と格差の推移



(注1) 季節調整値
(注2) 厚生労働省のデータより作成

(図表14) 東京圏への転入超過数と賃金上昇率格差



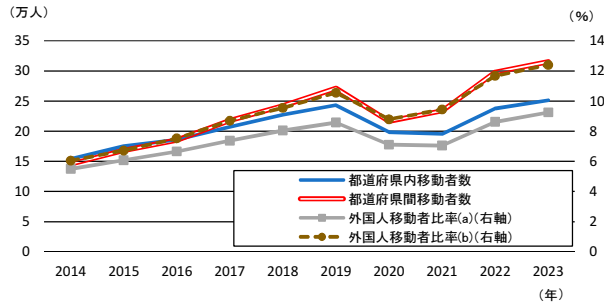
(注1) 賃金上昇率格差=東京圏の賃金上昇率-その他の地域の賃金上昇率
(注2) 賃金上昇率=毎勤地方調査の時間あたり現金給与総額前年比
(注3) 賃金上昇率の直近は23年1~9月
(注4) 総務省、厚生労働省のデータより作成

万人、23年：37.9万人)。

こうした国外からの「人口流入」は、地域における人口の社会増減²にも大きく影響を与えている。図表17は都道府県別に23年の転入・転出超過数をみたものであるが、国内人

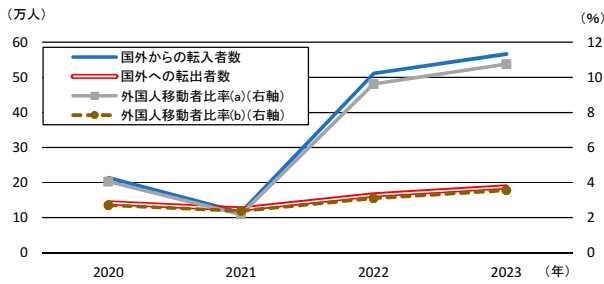
1 本稿で多くを依拠している「住民基本台帳人口移動報告」における「外国人移動者」の定義は以下のとおり。
日本国籍を有しない者のうち、観光などの短期滞在者等を除き適法に3か月を超える在留資格と住所を有する者が移動者となった場合をいう。
2 人口の流出数と流入数の差による変動を「社会増減」と称する。これに対して死亡数と出生数の差による変動を「自然増減」と呼ぶ。

(図表15) 外国人移動者の動向



- (注1) 外国人移動者比率(a)=都道府県内移動者数合計に占める外国人の割合
- (注2) 外国人移動者比率(b)=都道府県間移動者数合計に占める外国人の割合
- (注3) 総務省のデータより作成

(図表16) 国境を越える外国人移動者の動向



- (注1) 外国人移動者比率(a)=国内移動者数合計に対する国外からの外国人転入者数の割合
- (注2) 外国人移動者比率(b)=国内移動者数合計に対する国外への外国人転出者数の割合
- (注3) 総務省のデータより作成

口移動の範囲では転出超過となっている地域でも、国外からの転入超過を加えると転入超過となる例が散見される。こうした「外国人移住者」の拡大は、各地域における「移住者動向の認識」にも影響を及ぼすとみられるほか、各自治体が移住者誘致策を実施していく場合にも意識する必要がある点ではないかと思われる。

なお、国内人口移動における都道府県別にみた転出入パターンについては賃金水準との相関が比較的高いが(図表18)、国境を越える転出入についても調べてみたところ、同様の

(図表17) 2023年の都道府県別転入超過数

(－は転出超過)(人)

	国内移動者(a)	入国超過数(国外からの転入－国外への転出)(b)		a+b
		日本人	外国人	
北海道	-5,238	-752	9,178	3,188
青森県	-5,656	-133	1,392	-4,397
岩手県	-4,623	-91	1,840	-2,874
宮城県	-1,452	-261	838	-875
秋田県	-2,909	-48	707	-2,250
山形県	-3,853	-99	1,073	-2,879
福島県	-6,579	-174	2,288	-4,465
茨城県	-1,863	-273	13,794	11,658
栃木県	-1,500	-163	5,915	4,252
群馬県	-941	-75	8,474	7,458
埼玉県	24,839	-1,182	22,186	45,843
千葉県	4,785	-960	38,916	42,741
東京都	68,285	-6,394	71,225	133,116
神奈川県	28,606	-2,563	20,695	46,738
新潟県	-5,850	-220	2,660	-3,410
富山県	-1,862	-187	2,754	705
石川県	-2,461	-147	3,135	527
福井県	-3,408	-88	2,255	-1,241
山梨県	-586	-111	1,784	1,087
長野県	-1,928	-423	4,943	2,592
岐阜県	-4,516	-359	7,163	2,288
静岡県	-6,154	-653	9,965	3,158
愛知県	-7,408	-1,499	31,669	22,762
三重県	-6,397	-412	6,959	150
滋賀県	12	-509	3,506	3,009
京都府	-2,635	-155	8,598	5,808
大阪府	10,792	-2,376	13,063	21,479
兵庫県	-7,397	-1,294	10,913	2,222
奈良県	-1,319	-208	1,718	191
和歌山県	-2,123	-101	924	-1,300
鳥取県	-1,756	-54	565	-1,245
島根県	-1,889	-60	544	-1,405
岡山県	-5,621	-346	5,230	-737
広島県	-11,409	-401	12,165	355
山口県	-3,718	-123	2,495	-1,346
徳島県	-2,557	-62	1,423	-1,196
香川県	-2,784	-113	3,511	614
愛媛県	-4,779	-146	3,104	-1,821
高知県	-1,835	-56	795	-1,096
福岡県	4,387	-748	17,771	21,410
佐賀県	-1,176	-117	1,728	435
長崎県	-6,439	-126	2,851	-3,714
熊本県	-1,624	-203	4,463	2,636
大分県	-3,108	-116	3,783	559
宮崎県	-1,111	-96	1,141	-66
鹿児島県	-2,752	-147	2,402	-497
沖縄県	-490	-426	4,197	3,281

(注) 総務省のデータより作成

傾向があることがわかった(図表19)。この点は興味深い結果といえよう。

6. 問われるべき東京圏転出入均衡目標の妥当性

今後については、23年同様景気循環的な東京圏の雇用環境改善が続くと考えるとすれば、この面から東京圏の転入超過数の回復につながると予想できる。もっとも、3. で述べたように、23年に至ってなお非都市部からの転出を控える動きは一部継続しているようである。このことは、コロナ禍をきっかけとして人々の働き方についての考え方や移住行動様式に何らかの変化が生じている可能性を示唆しており、この点が東京圏の転入超過数回復のペースに一定程度影響を与えていく可能性もあるだろう。

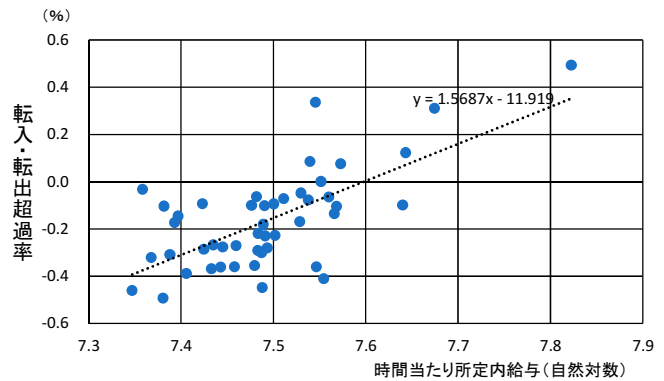
一方で、本稿で述べてきた23年までの国内人口移動の動向からすれば、政府の掲げる東京圏の転出入均衡目標の妥当性について改めて検討する必要が生じているのではないと思われる。22年末に閣議決定された「デジタル田園都市国家構想総合戦略」は、以前の「まち・ひと・しごと創生総合戦略」を受け継ぐものであるが、取組方針の一つとして「人の流れをつくる」が掲げられている。また、これに対応した評価指標として「地方と東京圏との転入・転出均衡(2027年度)」が設定されている。

しかしながら、テレワーク拡大を契機とした「郊外(近郊)移住」の動きは既に一巡し、直近では都市部回帰の動きが明確となっている。今後についても、雇用・所得環境格差からみれば東京圏の転入超過数は増加を続ける可能性が高い。この点で27年度の転出入均衡目標は現実的とは言い難いだろう。また、5. でみたように、人口移動において外国人移動者の影響が大きくなってきており、日本人も

しくは国内移動者だけでは人口移動の全体像を捉え切れなくなりつつある。この点で日本人移動者数をベースにしたとみられる政府の転出入均衡目標は現実との乖離が生じている。これらを踏まえると、政府の掲げている東京圏の転出入均衡目標についてはその妥当性を改めて考え直すべきではないかと思われる。

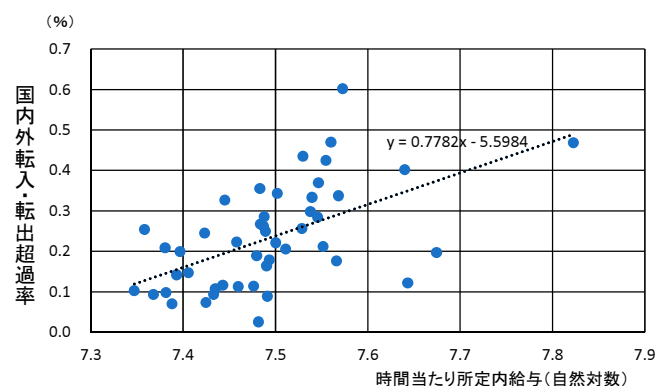
(3月21日 記)

(図表18) 転入・転出超過率と賃金水準の関係(都道府県別)



- (注1) 転入・転出超過率=転入・転出超過数/人口
- (注2) 転入・転出超過率は23年、所定内給与は23年1～9月
- (注3) 総務省、厚生労働省のデータより作成

(図表19) 国内外の転入・転出超過率と賃金水準の関係(都道府県別)



- (注1) 転入・転出超過率=転入・転出超過数/人口
- (注2) 転入・転出超過率は23年、所定内給与は23年1～9月
- (注3) 総務省、厚生労働省のデータより作成