

人口減少時代の日本経済・地域

2025年2月7日

大正大学地域構想研究所客員教授

地域戦略人材塾 塾長

小峰隆夫

地域戦略人材塾のねらい

多様な地域の創生策は、個々の地域ごとに自らが考えることが必要。そのために、

① 経済社会の大きな流れを掴むこと

(例) 人口動態の変化、働き方の変化、男女共同参画社会への動き、脱炭素など

② 戦略を練るための多様な道具を知ること

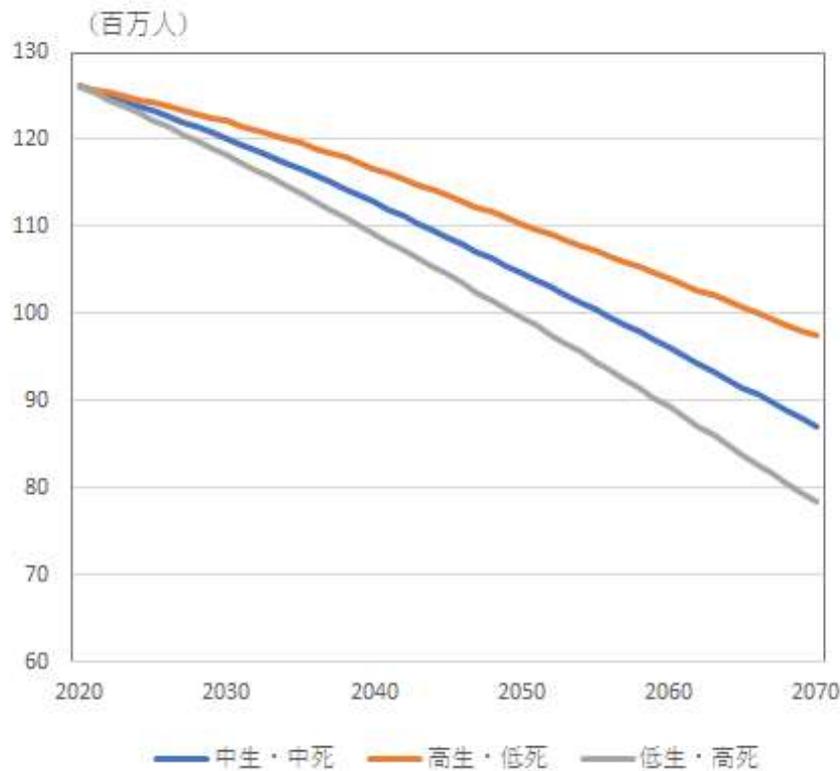
を目指す (例) ナッジ、フューチャーデザイン、マーケットデザイン、デジタル化など

日本の人口展望

—日本の人口減少を止めるのは非常に難しい—

最新の国立社会保障・人口問題研究所の推計では、出生率の仮定にかかわらず、人口減少は続く

総人口の将来推計（令和5年）



(百万人)

西暦	中生・中死	高生・低死	低生・高死
2020	126	126	126
2030	120	122	118
2040	113	117	109
2050	105	110	100
2060	96	104	89
2070	87	97	78

(出所) 国立社会保障・人口問題研究所

コロナショックで約20年も 早くなった人口動態の変化

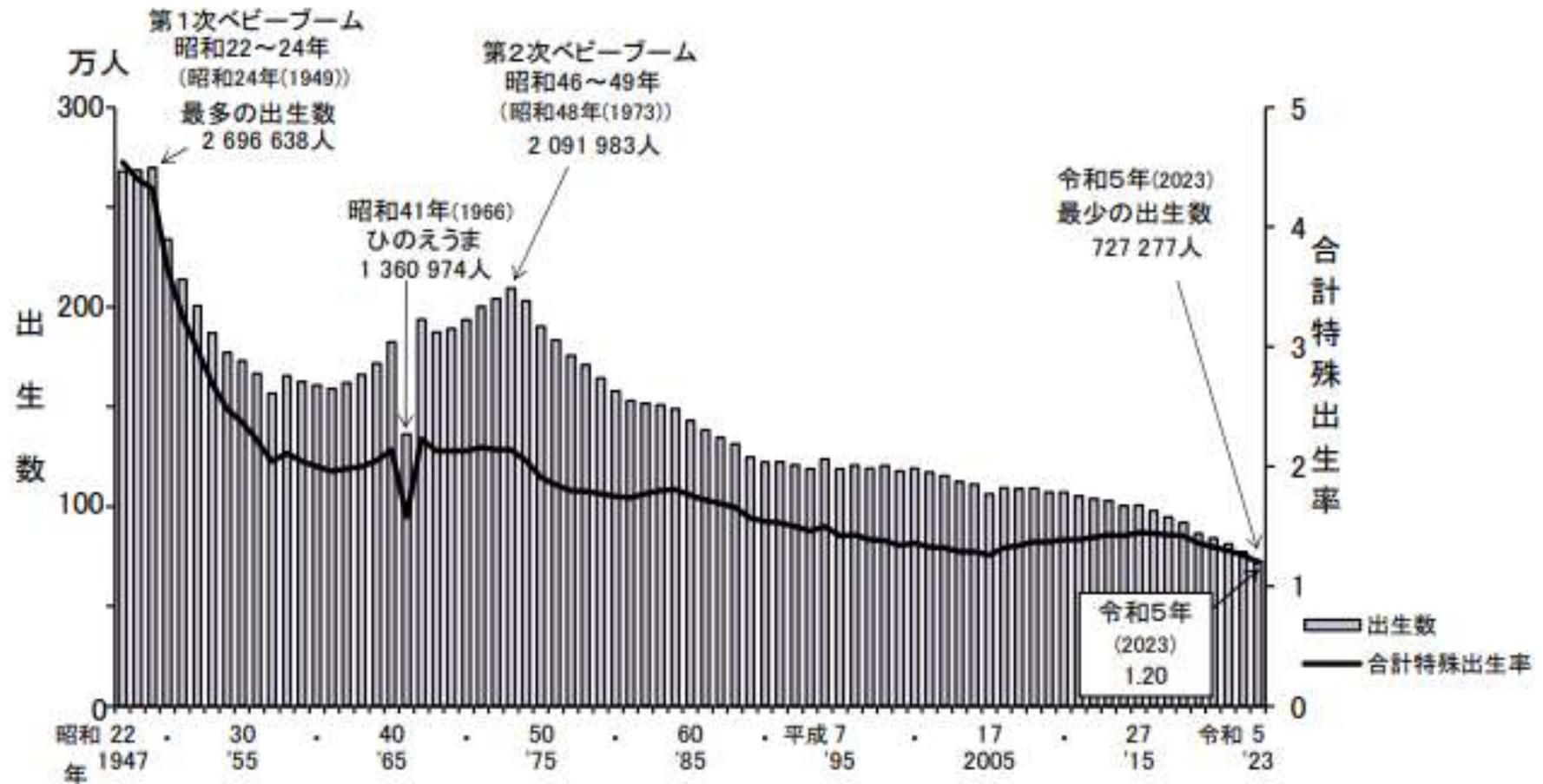
- ①出生数の減少 2021年の出生者数は81.2万人。2023年は、さらに減って72.7万人(24年は70万人を割りそう)
- ②合計特殊出生率の低下 2021年の出生率は1.30。2023年はさらに低下して1.20
- ③婚姻件数の減少 2021年の婚姻件数は50.1万組、23年はさらに減って49万組(戦後最低水準、24年はさらに減りそう)
- ④結婚予定者割合の低下 2021年調査では、18~34歳の未婚者のうちで、「いずれ結婚するつもり」と答えた女性の割合は、前回(2015年)の89.3%から84.3%に大きく低下。

人口の将来展望（旧推計）と実績の比較

	出生数(万人)				合計特殊出生率			
	実績	低位	中位	高位	実績	低位	中位	高位
2015		100.6				1.5		
2016	97.2	95.9	99.2	102.7	1.44	1.40	1.44	1.49
2017	94.6	91.9	96.8	101.9	1.43	1.37	1.44	1.52
2018	91.8	87.8	94.4	101.5	1.42	1.33	1.44	1.54
2019	86.5	83.6	92.1	101.3	1.36	1.30	1.43	1.57
2020	84.1	80.0	90.2	101.6	1.33	1.27	1.43	1.60
2021	81.2	77.1	88.6	101.6	1.30	1.24	1.42	1.63
2022	77.1	74.8	87.2	101.2	1.26	1.22	1.42	1.65
2023	72.3	73.3	86.0	100.5	1.20	1.21	1.42	1.65
(参考) 2042			72.5					

(出所) 国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」(2017年)、厚生労働省「人口動態統計(2024年)」

さらに低下した出生率



厚生労働省「人口動態統計」(2023年)

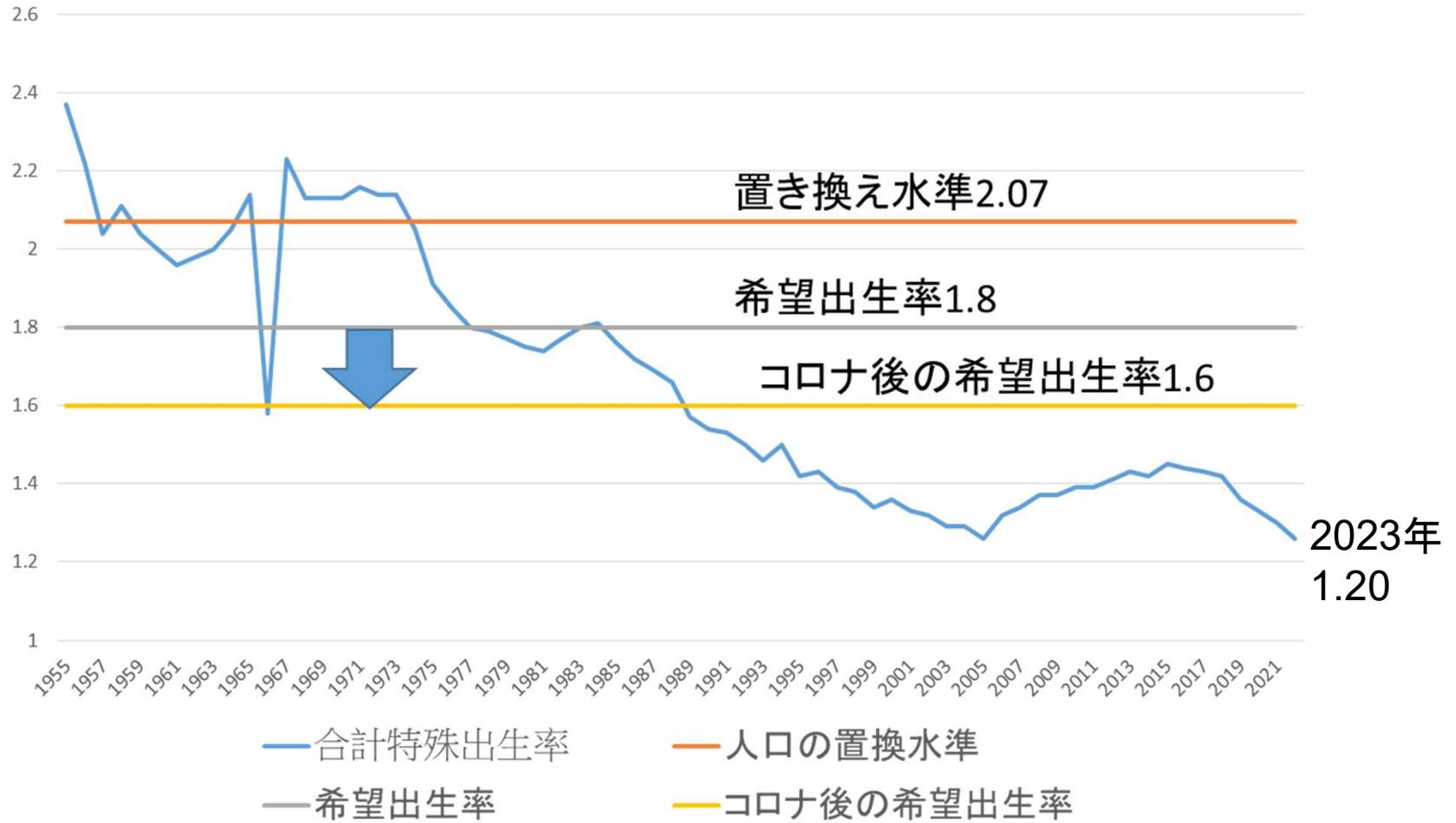
合計特殊出生率のチェックポイント

- ① 置き換え水準…人口が減らないための出生率…2.07
- ② 希望出生率（コロナ前）…結婚したい人がすべて結婚し、産みたい子供をすべて産んだとした場合の出生率
…1.8

政府の少子化対策の目標値となっていた

- ③ 希望出生率（コロナ後）…1.6に低下
- ④ 現実の出生率…2023年1.20

出生率の推移



見直し必至の人口政策

- ① 人口1億人目標は絶望的、出生率1.8も難しい
- ② 10年程度の短期的目標としては、希望出生率1.6を目指す
- ③ 20～30年程度の長期的目標としては、結婚・子育てにやさしい社会を作り、希望出生率を1.8程度に引き上げることを目指す
- ④ それでも人口減少は不可避なので、人口が減っても国民福祉が損なわれないような「スマートシュリンク」を目指す

スマートシュリンクについての留意点 (その1)

- ① 「シュリンク（縮む）」には負のイメージが伴いやすいが、人口減でも経済が縮むわけではないことは、日本経済の動きから明らか（2010年以降、日本の人口は減っているが、経済は成長している）
- ② やがて世界的に人口減少局面に入ることを見るとスマートシュリンクは人口先進国である日本が世界をリードする道である

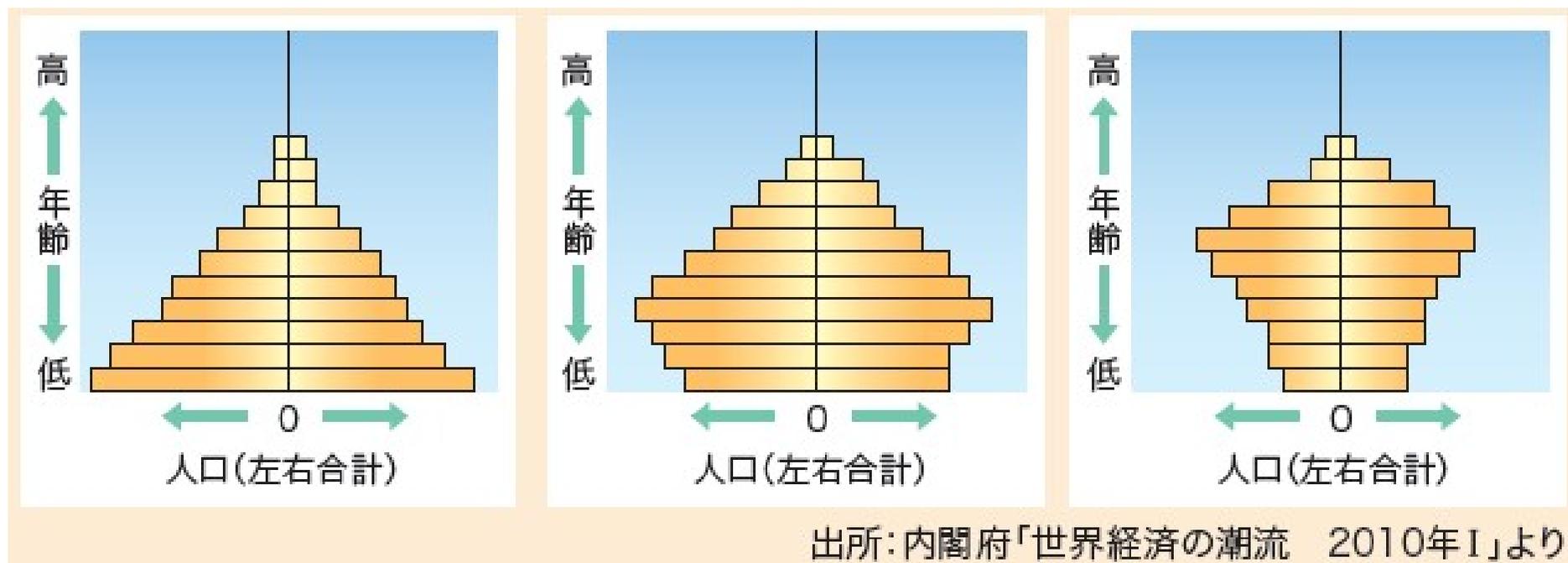
スマートシュリンクについての留意点 (その2)

- ③ スマートシュリンクは、既に各方面で実践されている（生産性向上への動き、人手不足への対応、社会保障制度の見直し、地域におけるコンパクト化など）
- ④ 無理に人口に歯止めをかけようとしたら、人口維持を前提にした制度設計を続けていると、無駄な政策資源の配分を招く
- ⑤ スマートシュリンクを日本の経済社会のあり方を変革していくきっかけにすべきである

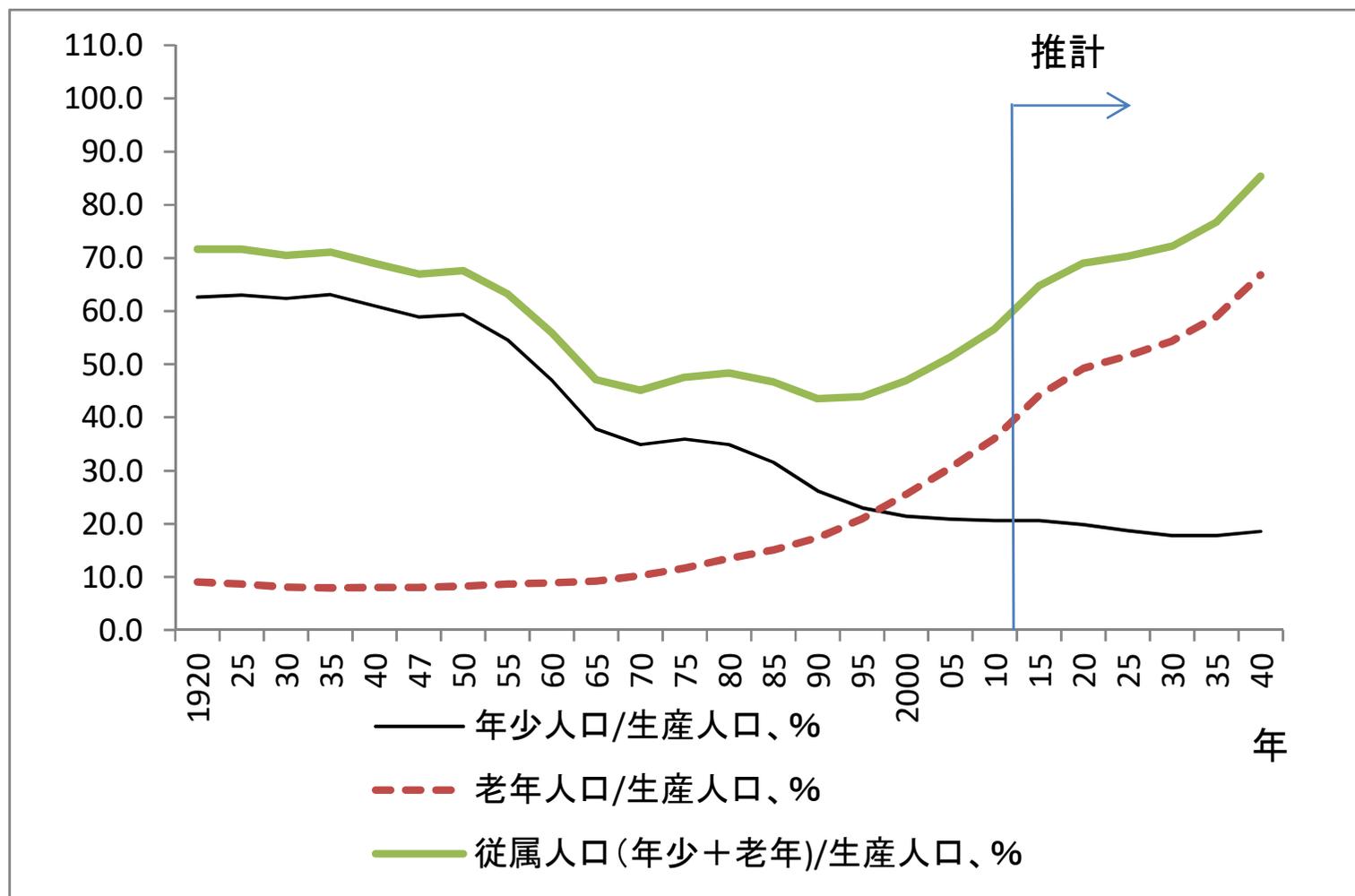
人口減少と共存する スマートシュリンク (日本経済のスマートシュリンク)

人口ピラミッドの変化

「人口ボーナス」から「人口オーナス」へ



「人口ボーナスから人口オーナスへ」



国立社会保障・人口問題研究所「人口推計」(2012年1月)の中位推計
2005年以前は、同所Webサイト掲載の「人口統計資料集」2013年版

人口減少に伴う経済的困難は全て人口オーナスが原因

1. 強まる労働制約→生産性向上、労働力の流動化
2. 低下する貯蓄率と資金制約→貯蓄から投資へ
3. 行き詰る社会保障→持続的な社会保障制度の確立
4. 疲弊する地域経済→地方創生2.0

人口減少下でも経済は拡大している

	2010年	2023年	伸び率
GDP（実質）	512.1兆円	558.6兆円	9.1%
GDP（名目）	505.5兆円	591.8兆円	17.1%
個人消費（実質）	291.4兆円	297.7兆円	2.1%
個人消費（名目）	287.5兆円	322.4兆円	12.1%
国民総所得	519.0兆円	626.1兆円	20.6%
企業経常利益	50.8兆円	107.7兆円	112.2%
国の税収	41.4兆円	69.6兆円	67.8%

表 人口と経済成長の関係

	実質 GDP 成 長率	総人口変 化率	一人当た り GDP 変化率	「生産年 齢人口/ 総人口」 の変化率	生産年齢 人口当た り GDP 変化率	生産年齢 人口変化 率	就業者数 変化率
2010 ~ 2019 年	0.9	-0.1	1.0	-0.7	1.8	-0.9	0.8
2020 ~ 2030 年	(0.9)	-0.5	1.4	-0.1	(1.5)	-0.1	
2030 ~ 2050 年	(0.3)	-0.7	1.5	-0.5	(1.5)	-0.5	

(注) 1. 2010~2019 としたのは、2020 年がコロナの影響で大きく落ち込んだ特殊な年だったからである。

2. 変化率の計算は、各年の変化率の平均ではなく、出発点から平均何%で変化すれば終着点のレベルになるかという方法で計算している。

3. () 内は、仮に 2020 年以降の生産年齢当たり生産性の上昇率が 1.5%とした場合の数字。

第2のルイス転換点が来る

ルイス転換点…経済発展が始まった当初は、当初は生産性の低い農村の余剰労働力が、生産性の高い都市の工業部門に異動することによって経済が成長する。やがてその余剰労働力が枯渇すると、低賃金に依存した発展は転換を迫られる。

日本は第2のルイスの転換点を迎えつつある

これまで人手不足を補うのに女性や高齢者の労働力率を引き上げてきたのだが、その労働力率の引き上げが限界に達しつつある。

生産年齢人口の減少を 非正規労働で補ってきた日本経済

2010年と2023年の比較（単位万人）

	総人口	生産年齢人口	就業者人口	女性非正規	男性高齢者 非正規
2010年	12,806	8,174	6,298	1,245	105
2023年	12,435	7,395	6,747	1,441	211
変化分	-373	-779	+459	+196	+106

人口減少と共存する スマートシュリンク (地域のスマートシュリンク)

スマートシュリンクは既に国の方針

令和6年12月24日 新しい地方経済・生活環境創生本部決定

地方創生 2.0 の「基本的な考え方」

今後、人口減少のペースが緩まるとしても、当面は人口・生産年齢人口が減少するという事態を正面から受け止めた上で、人口規模が縮小しても経済成長し、社会を機能させる適応策を講じていく。

人口減少地域の一人当たり生産性の伸びは高い

	名目県内総生産 伸び率	実質県内総生産 伸び率	人口一人当たり 生産性の伸び率	人口一人当たり 県民所得	人口変化率
人口減少上位5県					
秋田県	7.4	3.4	15.5	15.5	▲12.1
青森県	2.0	▲2.7	7.7	19.2	▲10.4
高知県	5.8	▲0.4	9.3	17.2	▲9.7
山形県	13.6	11.8	21.0	17.1	▲9.2
岩手県	14.0	8.5	17.5	13.3	▲9.0
人口増加上位5都県					
東京都	11.5	7.3	1.1	10.4	6.2
沖縄県	16.8	10.1	5.4	11.0	4.7
神奈川県	8.0	2.3	0.4	4.2	1.9
埼玉県	10.4	6.2	4.4	10.5	1.8
愛知県	9.9	4.7	3.4	6.8	1.3

内閣府「県民経済計算」より

地域のスマートシュリンク

人口が減っても集積の利益が失われないようにするための方策

① 居住者にこだわらない人口を考える

関係人口、2地域居住など

② 「疎」をできるだけ「密」にする

コンパクト化

③ 対面なしのサービスの提供

デジタル化によるオンライン診療、オンライン教育など

スマートシュリンクを構造転換のきっかけに

- ①旧来型のメンバーシップ型の働き方をジョブ型に転換する
- ②依然として低い男性の家事・育児参加を進め、女性に負担が偏らないような男女共同参画社会を形成していく
- ③旧来型の家族観、男女の役割分担意識などの社会的規範を積極的に是正していく