

2022年3月31日

## Mizuho RT EXPRESS

# 東京都は転入の大幅減と転出の大幅増加 ～コロナ禍の人口移動①：東京一極集中に変化の兆し～

調査部経済調査チーム 上席主任研究員 岡田豊  
03-3591-1318 [yutaka.okada@mizuho-ir.co.jp](mailto:yutaka.okada@mizuho-ir.co.jp)

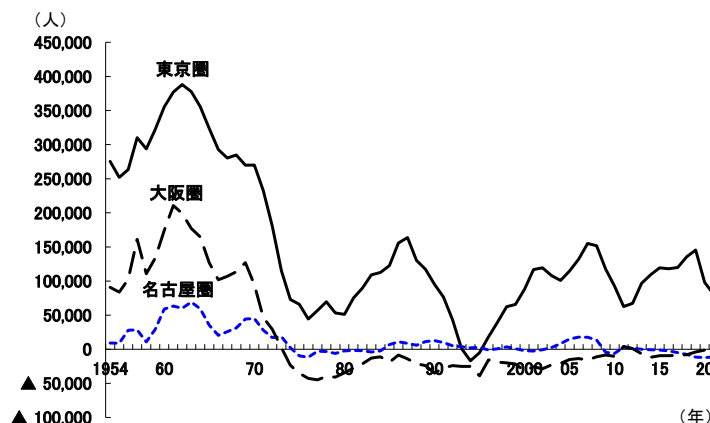
## ■ コロナ禍で東京圏の転入超過数は大幅減

コロナ禍の社会経済への影響の一つとして、2021年の人口移動が注目されている。既に岡田（2020年）では2020年4月の東京圏の転入超過数（転入数－転出数）が急減したことなど、人口移動へのコロナ禍の影響が大きいことが明らかになった。ただし、年単位のデータでは、2020年はコロナ禍前の1～3月期のデータが含まれ、そのうち3月は就学や就職による人口移動が多い時期である。実際に、2020年1～3月の東京圏の転入超過数は2019年1～3月よりも多く、2020年4月以降の動きと一致しない。

一方、2021年の人口移動では一年を通してのコロナ禍の影響が想定される。そこで、総務省統計局「2021年住民基本台帳人口移動報告」から、人口移動におけるコロナ禍の影響を年単位で分析する。分析対象データが多いことから、本稿では東京圏と東京都をめぐる人口移動の動向を取り上げ、東京都区部・政令指定都市等の大都市や移動者の年齢別の分析は別稿で考察する。なお、ここでは断りのない限り、日本国内の日本人の人口移動を対象にしている。

まず、東京圏（東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県）の2021年の転入超過数は80,441人で、コロナ禍前の2019年比で▲65,135人という大幅な減少を記録した（図表1）。東日本大震災が発生した2011年以降、三大都市圏の中で東京圏のみ転入超過数が増加基調であったが、コロナ禍では減少に転じている。

図表1 三大都市圏の転入超過数



(出所)総務省統計局「住民基本台帳人口移動報告」各年度版より、みずほリサーチ&テクノロジーズ作成

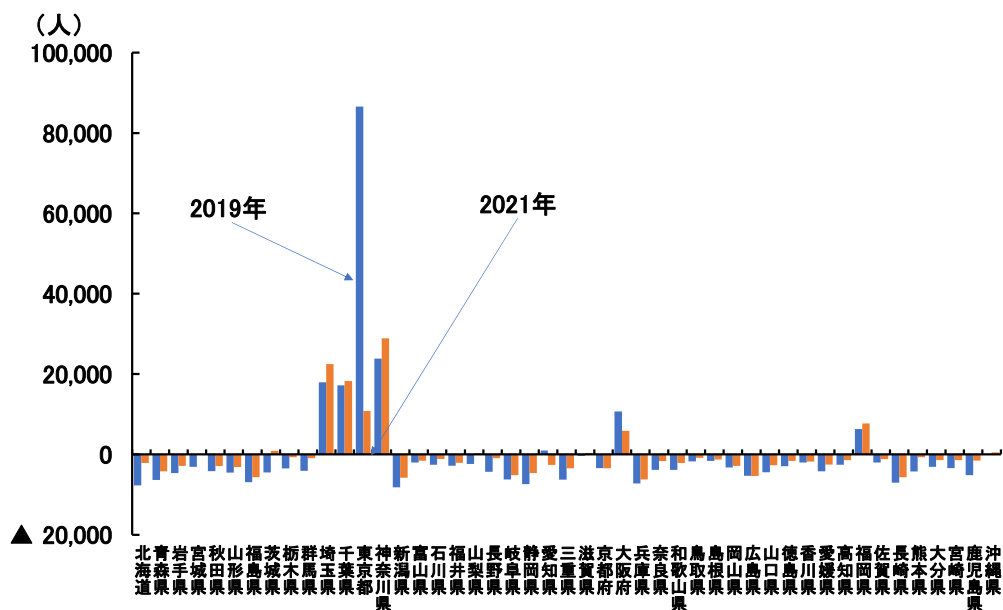
また、大阪圏（大阪府、京都府、兵庫県、奈良県）の2021年の転入超過数は▲5,507人で2019年比▲1,650人、名古屋圏（愛知県、岐阜県、三重県）が▲11,237人で2019年比+278人であり、大阪圏と名古屋圏の転入超過数は2019年比で大きな変化となっていない。これらから、コロナ禍での東京圏の転入超過数の大幅な減少は非三大都市圏への人口拡散につながっているといえる。

## ■ 東京都の転入超過数は激減

次に、2021年の転入超過数について都道府県別に見ると（図表2）、東京都は、コロナ禍前の2019年の転入超過数が86,573人であったが、2021年は10,815人と激減した。東京都以外の道府県で2021年の転入超過数が2019年の転入超過数より減少した（2021年転入超過数－2019年転入超過数がマイナスになった）のは、大阪府（▲4,810人）、愛知県（▲3,564人）、広島県（▲45人）、京都府（▲31人）の4つにとどまっており、多くの道府県で2021年の転入超過数が増加した（2021年転入超過数－2019年転入超過数がプラスになった）。東京都の隣県である神奈川県（+5,071人）、埼玉県（+4,516人）、千葉県（+1,038人）だけでなく、北関東（茨城県、栃木県、群馬県）や甲信越（山梨県、長野県、新潟県）、地域経済の中心となる大都市を抱える北海道、宮城県、熊本県などで増加が顕著である。また、宮城県、茨城県、山梨県、滋賀県では2019年の大幅な転出超過から2021年には転入超過に転じた。

このうちコロナ禍で転入超過数に最も大きな変化があった東京都では、2021年の転入者が2019年比で▲39,010人、2021年の転出者数が2019年比で+36,750人となっており、東京都では転入減少と転出増加の両面で他の道府県に人口が分散する形になっている。その結果、2021年（1月1日現在）の東京都の人口は前年比で26年ぶりに減少した（図表3）。

図表2 都道府県別転入超過数（2019年、2021年）



（出所）総務省統計局「住民基本台帳人口移動報告」各年度版より、みずほリサーチ&テクノロジーズ作成

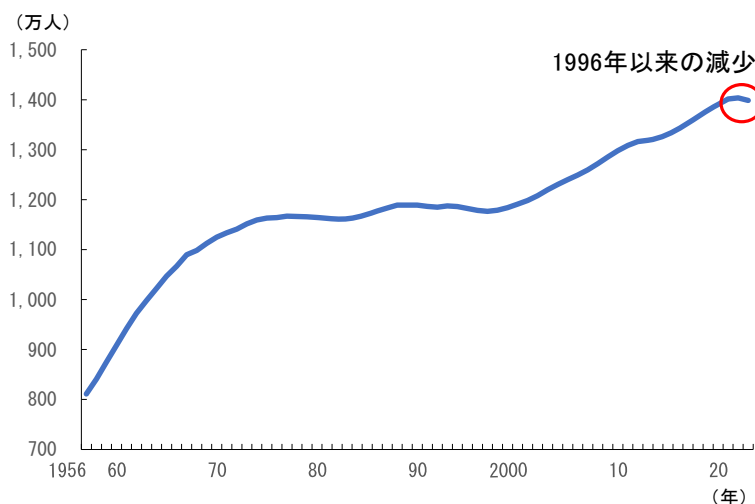
## ■ コロナ禍のリモートワークの進展で東京一極集中に変化の兆し

コロナ禍のリモートワークの浸透は、勤務地と住居地を切り離すことに成功しつつある。コロナ禍前は、仕事をもつ者にとって勤務地からの通勤できるエリアの中で、個人や家庭のライフスタイルや住宅費等のバランスで居住地が選ばれて、毎日の通勤が難しいエリアは居住地の選択肢から真っ先に除外されるほかなかった。しかし、週に1、2日の出勤であれば、勤務地からかなり遠いエリアも住居地の候補になりえる。実際に、東京隣県だけでなく北関東や甲信越でも転入超過数がコロナ禍で改善しており、こうしたエリアは今後も人口の流入増加が期待できる。

また、全国各地を居住地と認めるフルリモートワークも徐々に増えている。フルリモートワークなら「転職なき移住」が可能で、勤務先の立地に影響を受けずに全国各地が居住地の選択肢となりうる。そのため、東京圏の転入超過数の減少は全国各地に恩恵を与えている。

今後を見通すと、リモートワークは今や賃金と並ぶ就業条件となりつつあり、リモートワークを採用する企業はアフターコロナでも徐々に広まるため、東京圏の転入超過数はコロナ禍前に戻することは難しいであろう。

図表3 東京都の人口（毎年1月1日）



(出所)東京都「東京都の推計人口」より、みずほリサーチ&テクノロジーズ作成

### [参考文献]

岡田豊「みずほインサイト：コロナ禍で人口の地方分散の兆し」みずほリサーチ&テクノロジーズ、2020年

●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。