# 長野県　人口等の現況

| 長　野　県 | | R4/1/1現在<br>人口 | R3/1/1現在<br>人口 | R2/1/1現在<br>人口 | R4/1/1現在<br>面積(km$^2$) | R4/1/1現在<br>人口密度(人/km$^2$) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| （県合計） | | 2,056,970 | 2,072,219 | 2,087,307 | 13,561.56 | 151.7 |
| 長野市 | | 371,651 | 374,038 | 375,884 | 834.81 | 445.2 |
| 松本市 | | 236,968 | 237,970 | 238,737 | 978.47 | 242.2 |
| 上田市 | | 154,615 | 155,595 | 156,810 | 552.04 | 280.1 |
| 岡谷市 | | 48,095 | 48,825 | 49,413 | 85.10 | 565.2 |
| 飯田市 | | 98,398 | 99,539 | 100,702 | 658.66 | 149.4 |
| 諏訪市 | | 48,636 | 49,193 | 49,452 | 109.17 | 445.5 |
| 須坂市 | | 50,062 | 50,340 | 50,524 | 149.67 | 334.5 |
| 小諸市 | | 41,756 | 41,988 | 42,230 | 98.55 | 423.7 |
| 伊那市 | | 66,528 | 67,084 | 67,724 | 667.93 | 99.6 |
| 駒ヶ根市 | | 32,189 | 32,418 | 32,736 | 165.86 | 194.1 |
| 中野市 | | 43,477 | 43,969 | 44,344 | 112.18 | 387.6 |
| 大町市 | | 26,425 | 26,872 | 27,249 | 565.15 | 46.8 |
| 飯山市 | | 20,059 | 20,332 | 20,750 | 202.43 | 99.1 |
| 茅野市 | | 55,108 | 55,332 | 55,672 | 266.59 | 206.7 |
| 塩尻市 | | 66,329 | 66,730 | 67,035 | 289.98 | 228.7 |
| 佐久市 | | 98,439 | 98,661 | 98,921 | 423.51 | 232.4 |
| 千曲市 | | 59,833 | 60,097 | 60,421 | 119.79 | 499.5 |
| 東御市 | | 29,677 | 29,929 | 30,078 | 112.37 | 264.1 |
| 安曇野市 | | 96,752 | 97,152 | 97,494 | 331.78 | 291.6 |
| 南佐久郡 | 小海町 | 4,414 | 4,503 | 4,577 | 114.20 | 38.7 |
| | 佐久穂町 | 10,605 | 10,756 | 10,969 | 188.15 | 56.4 |
| | 川上村 | 3,844 | 3,947 | 3,963 | 209.61 | 18.3 |
| | 南牧村 | 3,065 | 3,162 | 3,113 | 133.09 | 23.0 |
| | 南相木村 | 969 | 996 | 984 | 66.05 | 14.7 |
| | 北相木村 | 690 | 719 | 746 | 56.32 | 12.3 |
| 北佐久郡 | 軽井沢町 | 21,231 | 20,922 | 20,420 | 156.03 | 136.1 |
| | 御代田町 | 16,052 | 15,880 | 15,774 | 58.79 | 273.0 |
| | 立科町 | 6,970 | 7,063 | 7,166 | 66.87 | 104.2 |
| 小県郡 | 長和町 | 5,815 | 5,887 | 5,995 | 183.86 | 31.6 |
| | 青木村 | 4,293 | 4,333 | 4,351 | 57.10 | 75.2 |
| 諏訪郡 | 下諏訪町 | 19,332 | 19,559 | 19,859 | 66.87 | 289.1 |
| | 富士見町 | 14,326 | 14,392 | 14,469 | 144.76 | 99.0 |
| | 原村 | 8,041 | 8,036 | 8,035 | 43.26 | 185.9 |
| 上伊那郡 | 辰野町 | 18,864 | 19,144 | 19,405 | 169.20 | 111.5 |
| | 箕輪町 | 24,681 | 24,819 | 25,024 | 85.91 | 287.3 |
| | 飯島町 | 9,268 | 9,318 | 9,356 | 86.96 | 106.6 |
| | 南箕輪村 | 15,833 | 15,754 | 15,647 | 40.99 | 386.3 |
| | 中川村 | 4,767 | 4,818 | 4,876 | 77.05 | 61.9 |
| | 宮田村 | 8,908 | 8,980 | 9,017 | 54.50 | 163.4 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 下伊那郡 | 松川町 | 12,843 | 12,975 | 13,157 | 72.79 | 176.4 |
| | 高森町 | 12,916 | 12,987 | 13,030 | 45.36 | 284.7 |
| | 阿南町 | 4,321 | 4,398 | 4,518 | 123.07 | 35.1 |
| | 阿智村 | 6,150 | 6,233 | 6,359 | 214.43 | 28.7 |
| | 平谷村 | 389 | 394 | 401 | 77.37 | 5.0 |
| | 根羽村 | 883 | 873 | 895 | 89.97 | 9.8 |
| | 下條村 | 3,606 | 3,690 | 3,730 | 38.12 | 94.6 |
| | 売木村 | 507 | 517 | 544 | 43.43 | 11.7 |
| | 天龍村 | 1,167 | 1,204 | 1,246 | 109.44 | 10.7 |
| | 泰阜村 | 1,558 | 1,586 | 1,616 | 64.59 | 24.1 |
| | 喬木村 | 6,107 | 6,247 | 6,341 | 66.61 | 91.7 |
| | 豊丘村 | 6,687 | 6,708 | 6,707 | 76.79 | 87.1 |
| | 大鹿村 | 941 | 977 | 1,000 | 248.28 | 3.8 |
| 木曽郡 | 上松町 | 4,160 | 4,276 | 4,361 | 168.42 | 24.7 |
| | 南木曽町 | 3,970 | 4,013 | 4,092 | 215.93 | 18.4 |
| | 木曽町 | 10,425 | 10,628 | 10,928 | 476.03 | 21.9 |
| | 木祖村 | 2,716 | 2,771 | 2,830 | 140.50 | 19.3 |
| | 王滝村 | 713 | 732 | 737 | 310.82 | 2.3 |
| | 大桑村 | 3,487 | 3,569 | 3,636 | 234.47 | 14.9 |
| 東筑摩郡 | 麻績村 | 2,581 | 2,668 | 2,707 | 34.38 | 75.1 |
| | 生坂村 | 1,705 | 1,724 | 1,740 | 39.05 | 43.7 |
| | 山形村 | 8,587 | 8,663 | 8,709 | 24.98 | 343.8 |
| | 朝日村 | 4,405 | 4,478 | 4,574 | 70.62 | 62.4 |
| | 筑北村 | 4,270 | 4,328 | 4,432 | 99.47 | 42.9 |
| 北安曇郡 | 池田町 | 9,557 | 9,690 | 9,785 | 40.16 | 238.0 |
| | 松川村 | 9,670 | 9,705 | 9,663 | 47.07 | 205.4 |
| | 白馬村 | 8,513 | 8,655 | 9,484 | 189.36 | 45.0 |
| | 小谷村 | 2,697 | 2,769 | 2,965 | 267.91 | 10.1 |
| 埴科郡 | 坂城町 | 14,407 | 14,679 | 14,931 | 53.64 | 268.6 |
| 上高井郡 | 小布施町 | 11,020 | 11,029 | 11,030 | 19.12 | 576.4 |
| | 高山村 | 6,720 | 6,857 | 7,014 | 98.56 | 68.2 |
| 下高井郡 | 山ノ内町 | 11,680 | 11,958 | 12,346 | 265.90 | 43.9 |
| | 木島平村 | 4,508 | 4,579 | 4,669 | 99.32 | 45.4 |
| | 野沢温泉村 | 3,454 | 3,517 | 3,746 | 57.96 | 59.6 |
| 上水内郡 | 信濃町 | 7,923 | 8,100 | 8,210 | 149.30 | 53.1 |
| | 飯綱町 | 10,713 | 10,854 | 11,016 | 75.00 | 142.8 |
| | 小川村 | 2,357 | 2,390 | 2,438 | 58.11 | 40.6 |
| 下水内郡 | 栄村 | 1,692 | 1,746 | 1,798 | 271.66 | 6.2 |

※ 「全国市区町村別面積調」（国土地理院）・「住民基本台帳」（総務省）
なお人口異動により、総人口合計と各市町村人口が異なる場合がある。