

令和7年「敬老の日」にちなんだ東京都の高齢者人口（推計）

— 東京都の高齢者人口は312万人 都総人口の4.3人に1人が高齢者 —

*本推計は、住民基本台帳人口（日本人人口）を基に、令和7年9月15日時点の東京都の高齢者（65歳以上）の人口を推計したものである。過去の数値については平成元年から推計している。

- ◆ 東京都の高齢者人口は312万人で、前年と比べ3千人（対前年増減率0.1%）の増加となり、過去最多となった。
 高齢化率（総人口に占める高齢者人口の割合）は23.4%となり、令和元年から横ばいとなった。
 高齢者人口のうち、65歳から74歳までの人口は127万4千人で、前年と比べ2万8千人（対前年増減率△2.2%）の減少となった。一方、75歳以上の人口は184万6千人で、前年と比べ3万2千人（同1.8%）の増加となり、過去最多となった。高齢者人口のうち、75歳以上の人口の割合は59.2%となった。
 （表1、表3、表4、図1、図2）
- ◆ 東京都の高齢者人口を男女別にみると、男性は135万5千人、女性176万6千人となっており、女性が男性の1.3倍となっている。また、75歳以上人口では、女性が男性の1.5倍となっている。
 （表1、表3、図1）
- ◆ 地域別にみると、区部の高齢者人口は202万人で高齢化率は22.1%、市町村部の高齢者人口は110万人で高齢化率は26.5%となっており、高齢化率は、市町村部が区部を上回っている。
 （表1、表2、表3、表4、図3）
- ◆ 東京都の老年人口指数は35.7となっており、生産年齢人口（15～64歳人口）2.8人に対し1人の高齢者という割合になる。
 ※老年人口指数=65歳以上人口÷15～64歳人口×100
 （表2、表3）

表1 地域、男女別高齢者人口（令和7年9月15日時点推計）

地域、男女	総人口 〈万人〉	高齢者人口〈万人〉（）は総人口に占める割合（%）			対前年増減数〈万人〉（）は対前年増減率（%）			
		65歳以上	うち65～74歳	うち75歳以上	65歳以上	うち65～74歳	うち75歳以上	
東京都	男女計	1330.5	312.0 (23.4)	127.4 (9.6)	184.6 (13.9)	0.3 (0.1)	△ 2.8 (△ 2.2)	3.2 (1.8)
	男	652.2	135.5 (20.8)	62.4 (9.6)	73.0 (11.2)	0.2 (0.1)	△ 1.2 (△ 1.9)	1.4 (2.0)
	女	678.3	176.6 (26.0)	65.0 (9.6)	111.5 (16.4)	0.2 (0.1)	△ 1.6 (△ 2.4)	1.7 (1.5)
区部 (特別区)	男女計	915.2	202.0 (22.1)	83.0 (9.1)	118.9 (13.0)	△ 0.1 (△ 0.0)	△ 1.8 (△ 2.1)	1.6 (1.4)
	男	447.8	87.3 (19.5)	40.8 (9.1)	46.5 (10.4)	0.0 (0.0)	△ 0.8 (△ 1.9)	0.8 (1.8)
	女	467.4	114.6 (24.5)	42.2 (9.0)	72.4 (15.5)	△ 0.1 (△ 0.1)	△ 1.0 (△ 2.3)	0.9 (1.3)
市町村部 (多摩・島しょ)	男女計	415.3	110.0 (26.5)	44.4 (10.7)	65.7 (15.8)	0.4 (0.4)	△ 1.0 (△ 2.2)	1.6 (2.5)
	男	204.4	48.1 (23.5)	21.6 (10.6)	26.5 (13.0)	0.2 (0.4)	△ 0.4 (△ 1.8)	0.6 (2.3)
	女	211.0	61.9 (29.3)	22.8 (10.8)	39.1 (18.5)	0.3 (0.5)	△ 0.6 (△ 2.6)	0.9 (2.4)

注)数値は小数点第1位未満を四捨五入しているため、内訳の計は必ずしも合計の値に一致しない。

表2 地域、男女、年齢3区分別にみた人口割合（令和7年9月15日時点推計）

地域、男女		0～14歳 (%)	15～64歳 (%)	65歳以上 (%)	75歳以上 (%)	65歳以上のうち 75歳以上の割合 (%)	老年人口 指数
		東京都	男女計	10.9	65.7	23.4	13.9
	男	11.3	67.9	20.8	11.2	53.9	30.6
	女	10.4	63.6	26.0	16.4	63.1	41.0
区部 (特別区)	男女計	10.7	67.3	22.1	13.0	58.9	32.8
	男	11.1	69.4	19.5	10.4	53.3	28.1
	女	10.2	65.2	24.5	15.5	63.2	37.6
市町村部 (多摩・島しょ)	男女計	11.3	62.2	26.5	15.8	59.7	42.6
	男	11.8	64.6	23.5	13.0	55.1	36.4
	女	10.9	59.8	29.3	18.5	63.2	49.1

注1)数値は小数点第1位未満を四捨五入しているため、内訳の計は必ずしも100.0にならない。

2) 老年人口指数=65歳以上人口÷15～64歳人口×100

表3 地域、男女、年齢3区分別にみた人口の推移(各年9月15日時点推計)

(単位 万人)

地域、男女、年齢3区分		平成17年	22年	27年	令和2年	6年	7年
東京都	男女計	1223.4	1264.5	1295.6	1331.7	1329.5	1330.5
	0～14歳	145.2	150.0	153.5	155.7	147.1	144.6
	15～64歳	855.3	856.2	845.7	864.6	870.7	873.9
	65歳以上	223.0	258.3	296.4	311.4	311.7	312.0
	65～74歳	128.4	138.9	154.6	147.3	130.2	127.4
	75歳以上	94.5	119.4	141.8	164.2	181.4	184.6
	男	608.2	627.2	640.1	654.9	652.0	652.2
	0～14歳	74.4	76.9	78.6	79.7	75.3	73.9
	15～64歳	439.6	440.2	433.2	439.9	441.5	442.8
	65歳以上	94.2	110.1	128.3	135.3	135.3	135.5
	65～74歳	59.3	64.6	73.6	71.3	63.6	62.4
	75歳以上	35.0	45.5	54.7	64.0	71.6	73.0
	女	615.3	637.4	655.6	676.8	677.5	678.3
	0～14歳	70.8	73.1	74.8	76.0	71.9	70.7
	15～64歳	415.7	416.1	412.5	424.8	429.2	431.1
65歳以上	128.8	148.2	168.2	176.1	176.4	176.6	
65～74歳	69.2	74.2	81.1	76.0	66.6	65.0	
75歳以上	59.6	74.0	87.1	100.2	109.8	111.5	
区 部 (特別区)	男女計	823.9	854.2	881.7	913.6	913.4	915.2
	0～14歳	92.1	96.2	100.7	104.5	99.2	97.6
	15～64歳	579.0	584.6	584.7	605.4	612.2	615.6
	65歳以上	152.8	173.5	196.4	203.7	202.1	202.0
	65～74歳	86.9	92.0	101.7	96.3	84.8	83.0
	75歳以上	65.9	81.5	94.7	107.5	117.3	118.9
	男	408.0	422.5	434.7	448.4	447.2	447.8
	0～14歳	47.1	49.3	51.5	53.4	50.7	49.8
	15～64歳	297.3	300.2	298.8	306.9	309.2	310.7
	65歳以上	63.5	73.0	84.4	88.1	87.3	87.3
	65～74歳	39.5	42.6	48.6	47.0	41.6	40.8
	75歳以上	24.0	30.4	35.7	41.2	45.7	46.5
	女	415.9	431.7	447.0	465.2	466.2	467.4
	0～14歳	44.9	46.9	49.1	51.1	48.5	47.8
	15～64歳	281.7	284.4	285.9	298.5	303.0	304.9
65歳以上	89.3	100.4	112.0	115.6	114.7	114.6	
65～74歳	47.4	49.3	53.1	49.3	43.2	42.2	
75歳以上	41.9	51.1	58.9	66.3	71.5	72.4	
市町村部 (多摩・島しょ)	男女計	399.5	410.3	413.9	418.1	416.1	415.3
	0～14歳	53.1	53.8	52.8	51.2	48.0	47.0
	15～64歳	276.2	271.7	261.1	259.2	258.6	258.3
	65歳以上	70.2	84.8	100.0	107.7	109.6	110.0
	65～74歳	41.6	46.9	52.9	51.0	45.4	44.4
	75歳以上	28.7	37.9	47.1	56.7	64.1	65.7
	男	200.2	204.7	205.4	206.5	204.9	204.4
	0～14歳	27.2	27.6	27.1	26.3	24.6	24.1
	15～64歳	142.2	140.0	134.4	133.0	132.3	132.1
	65歳以上	30.7	37.1	43.9	47.2	47.9	48.1
	65～74歳	19.7	22.0	24.9	24.4	22.0	21.6
	75歳以上	11.0	15.1	19.0	22.8	25.9	26.5
	女	199.4	205.7	208.5	211.6	211.2	211.0
	0～14歳	25.8	26.2	25.7	24.9	23.3	22.9
	15～64歳	134.0	131.7	126.7	126.2	126.2	126.1
65歳以上	39.5	47.8	56.2	60.5	61.6	61.9	
65～74歳	21.8	24.9	28.0	26.6	23.4	22.8	
75歳以上	17.7	22.9	28.1	33.9	38.2	39.1	

注1) 数値は小数点第1位未満を四捨五入しているため、内訳の計は必ずしも合計の値に一致しない。

2) 平成元年以降のすべての年の値は、ホームページ(<https://www.toukei.metro.tokyo.lg.jp/koureisya/kr-index.htm>)に掲載している。

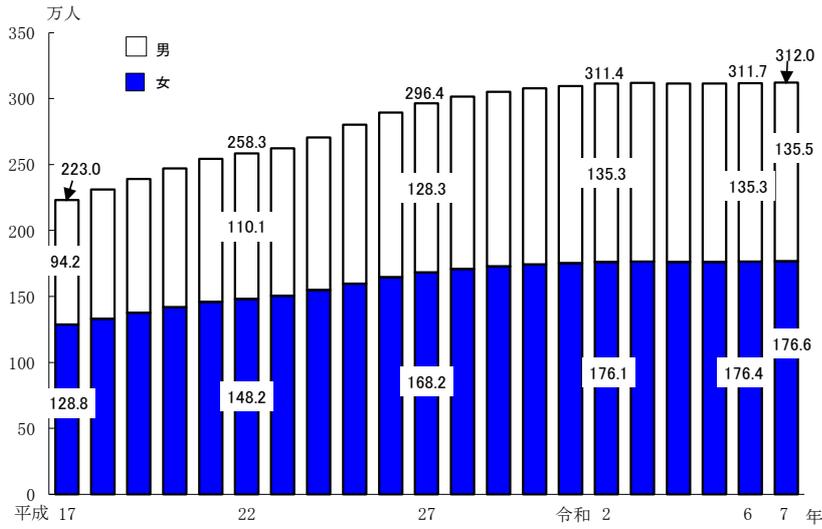
表4 地域、男女、年齢3区分別にみた人口割合の推移(各年9月15日時点推計)

		(単位 %)					
地域、男女、年齢3区分		平成17年	22年	27年	令和2年	6年	7年
東京都	男女計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	11.9	11.9	11.8	11.7	11.1	10.9
	15～64歳	69.9	67.7	65.3	64.9	65.5	65.7
	65歳以上	18.2	20.4	22.9	23.4	23.4	23.4
	65～74歳	10.5	11.0	11.9	11.1	9.8	9.6
	75歳以上	7.7	9.4	10.9	12.3	13.6	13.9
	男	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	12.2	12.3	12.3	12.2	11.5	11.3
	15～64歳	72.3	70.2	67.7	67.2	67.7	67.9
	65歳以上	15.5	17.6	20.0	20.7	20.8	20.8
	65～74歳	9.8	10.3	11.5	10.9	9.8	9.6
	75歳以上	5.8	7.3	8.5	9.8	11.0	11.2
	女	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	11.5	11.5	11.4	11.2	10.6	10.4
	15～64歳	67.6	65.3	62.9	62.8	63.4	63.6
65歳以上	20.9	23.3	25.7	26.0	26.0	26.0	
65～74歳	11.2	11.6	12.4	11.2	9.8	9.6	
75歳以上	9.7	11.6	13.3	14.8	16.2	16.4	
区 部 (特別区)	男女計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	11.2	11.3	11.4	11.4	10.9	10.7
	15～64歳	70.3	68.4	66.3	66.3	67.0	67.3
	65歳以上	18.5	20.3	22.3	22.3	22.1	22.1
	65～74歳	10.5	10.8	11.5	10.5	9.3	9.1
	75歳以上	8.0	9.5	10.7	11.8	12.8	13.0
	男	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	11.5	11.7	11.8	11.9	11.3	11.1
	15～64歳	72.9	71.1	68.7	68.4	69.1	69.4
	65歳以上	15.6	17.3	19.4	19.6	19.5	19.5
	65～74歳	9.7	10.1	11.2	10.5	9.3	9.1
	75歳以上	5.9	7.2	8.2	9.2	10.2	10.4
	女	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	10.8	10.9	11.0	11.0	10.4	10.2
	15～64歳	67.7	65.9	64.0	64.2	65.0	65.2
65歳以上	21.5	23.3	25.1	24.8	24.6	24.5	
65～74歳	11.4	11.4	11.9	10.6	9.3	9.0	
75歳以上	10.1	11.8	13.2	14.3	15.3	15.5	
市町村部 (多摩・島しょ)	男女計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	13.3	13.1	12.8	12.2	11.5	11.3
	15～64歳	69.1	66.2	63.1	62.0	62.1	62.2
	65歳以上	17.6	20.7	24.2	25.8	26.3	26.5
	65～74歳	10.4	11.4	12.8	12.2	10.9	10.7
	75歳以上	7.2	9.2	11.4	13.6	15.4	15.8
	男	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	13.6	13.5	13.2	12.7	12.0	11.8
	15～64歳	71.0	68.4	65.4	64.4	64.6	64.6
	65歳以上	15.3	18.1	21.4	22.9	23.4	23.5
	65～74歳	9.8	10.7	12.1	11.8	10.7	10.6
	75歳以上	5.5	7.4	9.3	11.0	12.6	13.0
	女	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	0～14歳	12.9	12.7	12.3	11.8	11.0	10.9
	15～64歳	67.2	64.0	60.8	59.6	59.8	59.8
65歳以上	19.8	23.2	27.0	28.6	29.2	29.3	
65～74歳	10.9	12.1	13.4	12.6	11.1	10.8	
75歳以上	8.9	11.1	13.5	16.0	18.1	18.5	

注1) 数値は小数点第1位未満を四捨五入しているため、内訳の計は必ずしも合計の値に一致しない。

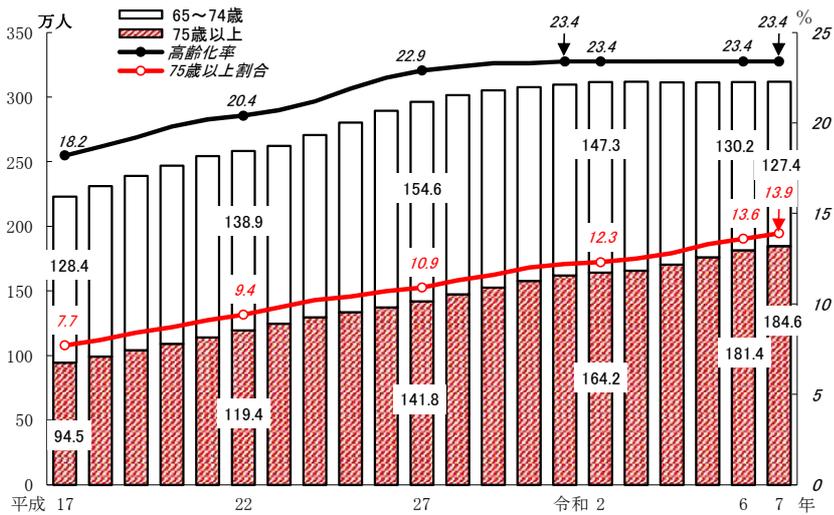
2) 平成元年以降のすべての年の値は、ホームページ(<https://www.toukei.metro.tokyo.lg.jp/koureisya/kr-index.htm>)に掲載している。

図1 男女別高齢者人口の推移(東京都)(各年9月15日時点推計)



注) 数値は小数点第1位未満を四捨五入しているため、内訳の計は必ずしも合計の値に一致しない。

図2 年齢階級別高齢者人口と高齢化率の推移(東京都)(各年9月15日時点推計)



注) 数値は小数点第1位未満を四捨五入しているため、内訳の計は必ずしも合計の値に一致しない。

図3 地域別高齢化率の推移(各年9月15日時点推計)

