

予 測 結 果 の 概 要

予測結果の概要

1 昼間人口

(1) 東京都

東京都の昼間人口は、令和 2 (2020) 年の 1675 万 2 千人から増加し、令和 7 (2025) 年に 1694 万 1 千人でピークに達した後、減少に転じて令和 27 (2045) 年には 1619 万 6 千人になる見込みである。一方、東京都の常住人口は、令和 2 (2020) 年の 1404 万 8 千人から増加し、令和 12 (2030) 年に 1426 万 8 千人でピークに達した後、減少に転じて令和 27 (2045) 年には 1384 万 5 千人になる見込みである。

(2) 区部

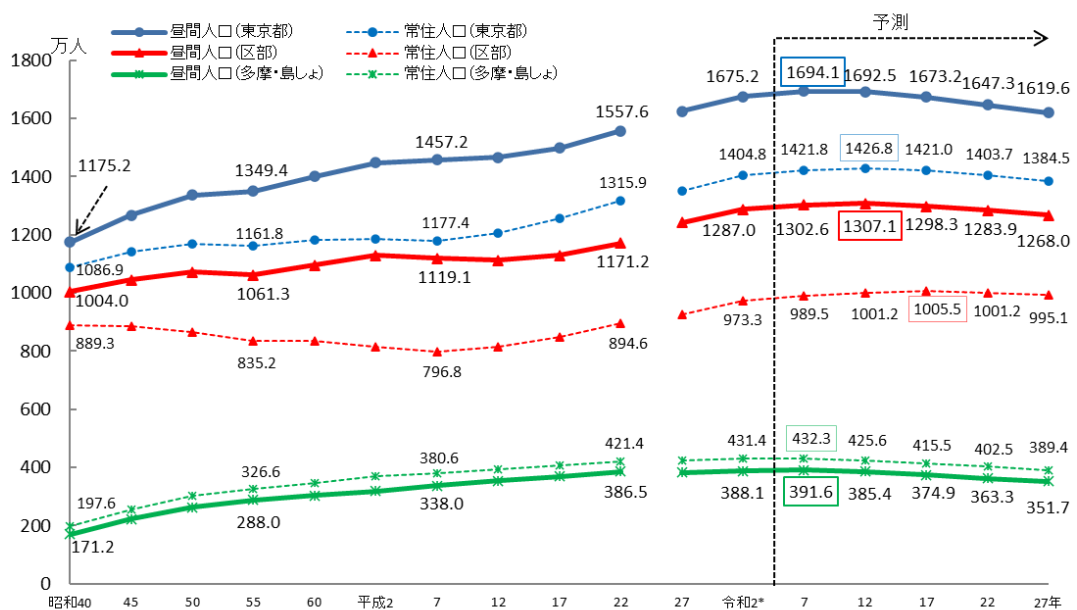
区部の昼間人口は、令和 2 (2020) 年の 1287 万人から増加し、令和 12 (2030) 年に 1307 万 1 千人でピークに達した後、減少に転じて令和 27 (2045) 年には 1268 万人になる見込みである。一方、区部の常住人口は、令和 2 (2020) 年の 973 万 3 千人から増加し、令和 17 (2035) 年に 1005 万 5 千人でピークに達した後、減少に転じて令和 27 (2045) 年には 995 万 1 千人になる見込みである。

(3) 多摩・島しょ

多摩・島しょの昼間人口は、令和 2 (2020) 年の 388 万 1 千人から増加し、令和 7 (2025) 年に 391 万 6 千人でピークに達した後、減少に転じて令和 27 (2045) 年には 351 万 7 千人になる見込みである。一方、多摩・島しょの常住人口は、令和 2 (2020) 年の 431 万 4 千人から増加し、令和 7 (2025) 年に 432 万 3 千人でピークに達した後、減少に転じて令和 27 (2045) 年には 389 万 4 千人になる見込みである。

(図 1、表 1～2、統計表 1、付表 3)

図1 東京都、区部、多摩・島しょの昼間人口及び常住人口の推移



注 1) 平成 22 (2010) 年までの値は、国勢調査結果に基づく。平成 27 (2015) 年、令和 2 (2020) 年の値は同調査の不詳補完結果によるため、平成 22 年 (2010) 年までの値と単純比較できない。

2) 令和 7 (2025) 年以降の常住人口は、「東京都男女年齢 (5 歳階級) 別人口の予測」(令和 5 (2023) 年 3 月) の結果を、令和 6 (2024) 年 5 月 1 日現在の推計人口 (「東京都の人口 (推計)」) で補正した予測値である。

表1 東京都、区部及び多摩・島しょの昼間人口の推移

(単位 人)						
区 分	令和2年＊ (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
東 京 都	16,751,563	16,941,326	16,925,454	16,732,451	16,472,515	16,196,487
区 部	12,870,173	13,025,696	13,071,116	12,983,054	12,839,159	12,679,563
多摩・島しょ	3,881,390	3,915,630	3,854,338	3,749,397	3,633,356	3,516,924

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

表2 東京都、区部及び多摩・島しょの常住人口の推移

(単位 人)						
区 分	令和2年＊ (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
東 京 都	14,047,594	14,217,524	14,268,040	14,209,992	14,036,994	13,844,785
区 部	9,733,276	9,894,574	10,012,181	10,055,136	10,012,406	9,950,975
多摩・島しょ	4,314,318	4,322,950	4,255,859	4,154,856	4,024,588	3,893,810

注1) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

2) 令和7(2025)年以降の常住人口は、「東京都男女年齢(5歳階級)別人口の予測」(令和5(2023)年3月)の結果を、令和6(2024)年5月1日現在の推計人口(「東京都の人口推計」)で補正した予測値である。

(4) 都心部

都心部についてみると、環状7号線の内側の区域※の昼間人口は、令和2(2020)年の754万5千人から令和7(2025)年の761万5千人まで増加した後、減少に転じて令和27(2045)年には731万5千人になる見込みである。一方、環状7号線の内側の区域の常住人口は、令和2(2020)年の327万9千人から増加を続け、令和27(2045)年には356万1千人になる見込みである。

また、環状7号線の内側の区域のうち都心3区の昼間人口は、令和2(2020)年の312万3千人から減少を続け、令和27(2045)年には290万1千人になる見込みである。一方、都心3区の常住人口は、令和2(2020)年の49万6千人から令和27(2045)年の61万3千人まで増加傾向で推移する見込みである。(表3、4)

※ 環状7号線の内側の区域については、千代田区、中央区、港区、新宿区、文京区、台東区、墨田区、江東区、品川区、渋谷区、豊島区、荒川区の12区とした。

表3 都心部の昼間人口の推移

(単位 人)						
地 域	令和2年＊ (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
区 部	12,870,173	13,025,696	13,071,116	12,983,054	12,839,159	12,679,563
環状7号線の内側の区域	7,544,996	7,615,017	7,612,419	7,536,352	7,427,743	7,314,645
都心3区	3,122,791	3,110,342	3,092,239	3,040,717	2,972,859	2,901,288
千代田区	1,169,399	1,157,911	1,164,873	1,157,459	1,142,915	1,125,605
中央区	771,583	764,188	758,096	739,031	711,832	680,398
港区	1,181,809	1,188,243	1,169,270	1,144,227	1,118,112	1,095,285
環状7号線の内側の区域以外	5,325,177	5,410,679	5,458,697	5,446,702	5,411,416	5,364,918

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

表4 都心部の常住人口の推移

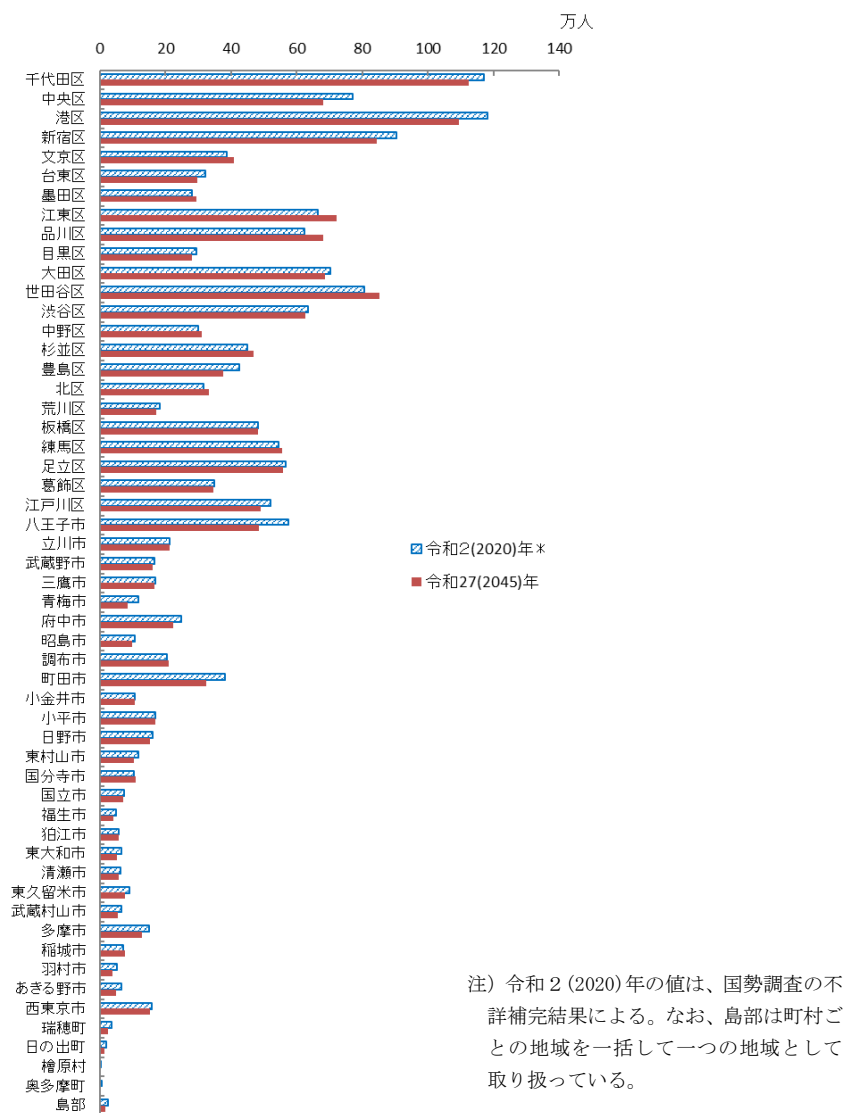
(単位 人)						
地 域	令和2年＊ (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
区 部	9,733,276	9,894,574	10,012,181	10,055,136	10,012,406	9,950,975
環状7号線の内側の区域	3,279,083	3,401,023	3,480,254	3,532,090	3,550,279	3,561,384
都心3区	496,345	529,282	558,828	582,627	599,023	612,805
千代田区	66,680	70,387	75,275	79,265	82,212	84,732
中央区	169,179	185,927	203,819	218,753	229,901	238,954
港区	260,486	272,968	279,734	284,609	286,910	289,119
環状7号線の内側の区域以外	6,454,193	6,493,551	6,531,927	6,523,046	6,462,127	6,389,591

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

(5) 区市町村別

区市町村別の昼間人口について、令和 2 (2020) 年をみると、上位 5 区市町村は港区、千代田区、新宿区、世田谷区、中央区の順となっている。令和 27 (2045) 年には、千代田区、港区、世田谷区、新宿区、江東区の順となる見込みである。(図 2、統計表 1)

図2 区市町村別昼間人口(令和2(2020)年*、令和 27(2045)年)



2 昼夜間人口比率

(1) 東京都

東京都の昼夜間人口比率(常住人口 100 人当たりの昼間人口の比率)は、令和 2 (2020) 年の 119.2 から低下傾向で推移し、令和 27 (2045) 年には 117.0 になる見込みである。

(2) 区部

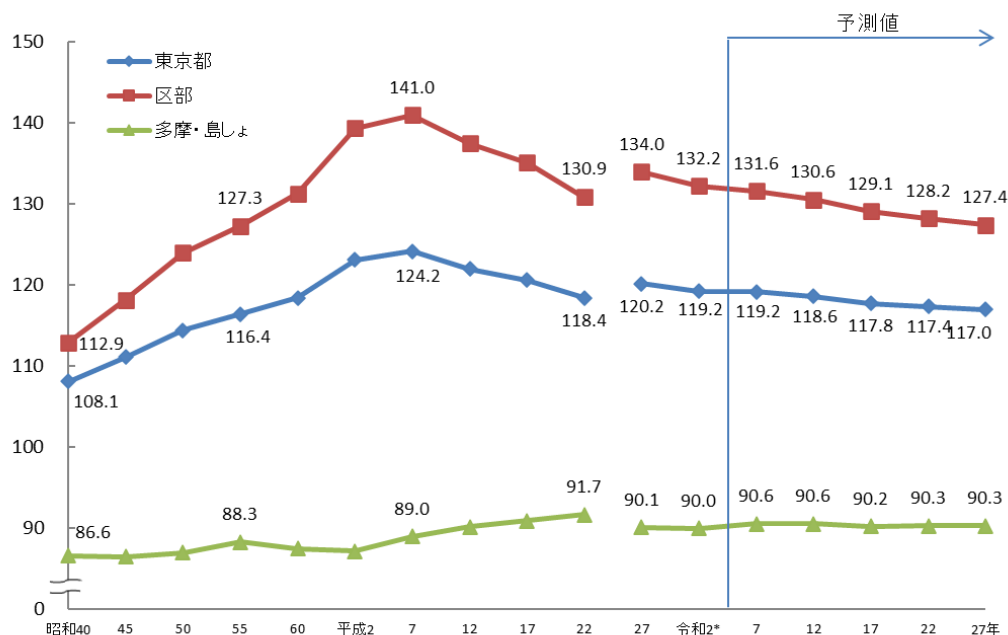
区部の昼夜間人口比率は、東京都と同様に、令和 2 (2020) 年の 132.2 から低下傾向で推移し、令和 27 (2045) 年には 127.4 になる見込みである。

(3) 多摩・島しょ

多摩・島しょの昼夜間人口比率は、令和 2 (2020) 年の 90.0 からほぼ横ばいで推移し、令和 27 (2045) 年には 90.3 になる見込みである。

(図 3、統計表 2)

図3 東京都、区部及び多摩・島しょの昼夜間人口比率の推移



注) 平成 22(2010)年までの値は、国勢調査結果に基づく。平成 27(2015)年、令和 2(2020)年の値は同調査の不詳補完結果によるため、平成 22 年(2010)年までの値と単純比較できない。

(4) 都心部

都心部についてみると、環状 7 号線の内側の区域における昼夜間人口比率は、令和 2 (2020) 年の 230.1 から低下傾向で推移し、令和 27(2045)年には 205.4 になる見込みである。

また、環状 7 号線の内側の区域のうち都心 3 区の昼夜間人口比率については、令和 2 (2020) 年の 629.2 から低下傾向で推移し、令和 27(2045)年には 473.4 になる見込みである。

(表 5)

表5 都心部の昼夜間人口比率の推移

地 域	令和2年 * (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
区 部	132.2	131.6	130.6	129.1	128.2	127.4
環状7号線の内側の区域	230.1	223.9	218.7	213.4	209.2	205.4
都心3区	629.2	587.7	553.3	521.9	496.3	473.4
千代田区	1,753.7	1,645.1	1,547.5	1,460.2	1,390.2	1,328.4
中央区	456.1	411.0	371.9	337.8	309.6	284.7
港区	453.7	435.3	418.0	402.0	389.7	378.8
環状7号線の内側の区域以外	82.5	83.3	83.6	83.5	83.7	84.0

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

(5) 区市町村別（島部を除く）

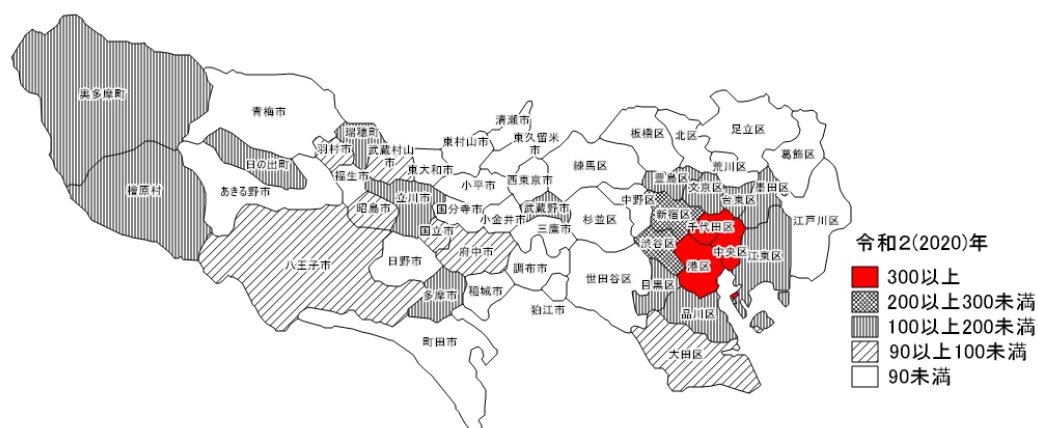
区市町村別昼夜間人口比率について、令和 2 (2020) 年に昼夜間人口比率が 100 以上になるのは、区部では 12 区、多摩地域では 3 市 3 町 1 村である。一方、昼夜間人口比率が 100 を下回っているのは、区部では 11 区、多摩地域では 23 市となっている。

令和 27(2045)年に昼夜間人口比率が 100 以上になるのは、区部では 10 区、多摩地域では 4 市 3 町 1 村の見込みである。一方、昼夜間人口比率が 100 を下回るのは、区部では 13 区、多摩地域では 22 市になる見込みである。

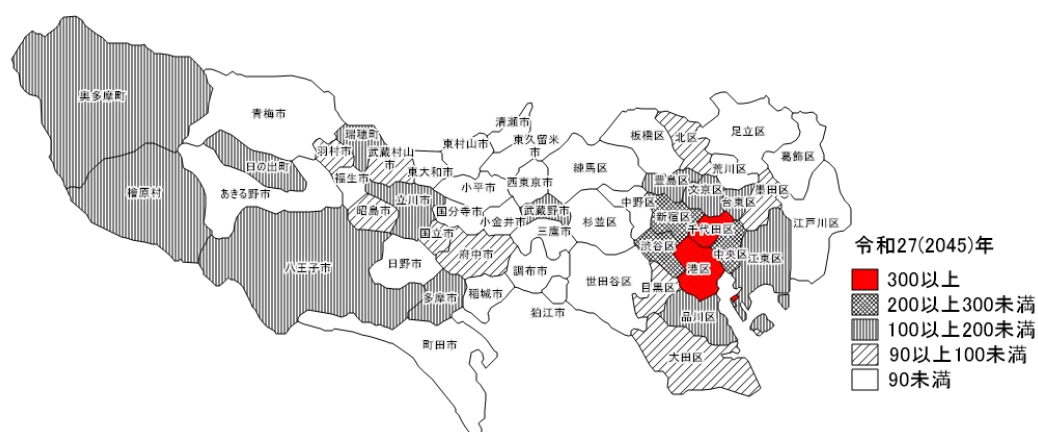
(図 4、統計表 2)

図4 区市町村別昼夜間人口比率の推移

—令和2(2020)年＊—



—令和 27(2045)年—



注) 令和2(2020)年は国勢調査結果の不詳補完結果による。なお、島部は除く。

3 流入人口及び流出人口

(1) 東京都

東京都の流入人口とは、東京都以外の道府県（都外）に常住する者で東京都に通勤・通学する人口であり、東京都の流出人口とは、東京都に常住する者で都外に通勤・通学する人口である。

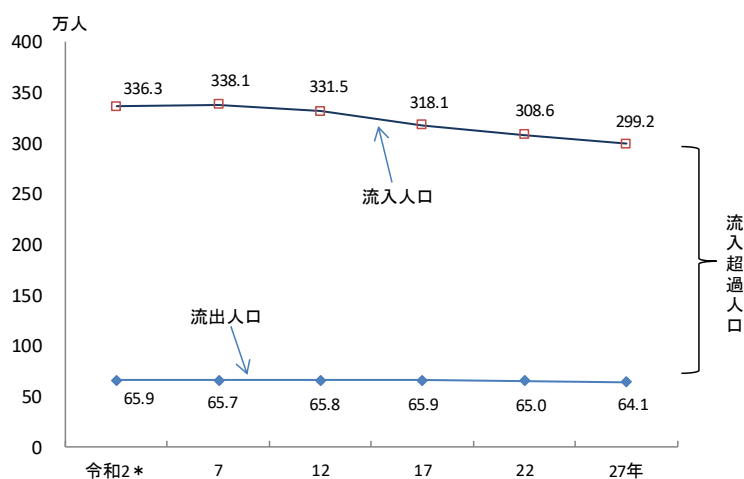
東京都の流入人口は、令和2（2020）年の336万3千人から令和7（2025）年には338万1千人まで増加し、その後は減少傾向で推移し、令和27（2045）年には299万2千人になる見込みである。一方、東京都の流出人口は、令和2（2020）年の65万9千人からほぼ横ばいで推移し、令和22（2045）年には64万1千人になる見込みである。

流入人口を通勤者・通学者別にみると、東京都に通勤する者は、令和2（2020）年の304万3千人から令和7（2025）年には306万3千人まで増加し、その後は減少傾向で推移し、令和27（2045）年には273万6千人になる見込みである。また、東京都に通学する者は、令和2（2020）年の32万人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には25万6千人になる見込みである。

流出人口を通勤者・通学者別にみると、都外に通勤する者は、令和2（2020）年の57万8千人からほぼ横ばいで推移し、令和27（2045）年には57万1千人になる見込みである。また、都外に通学する者は、令和2（2020）年の8万1千人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には6万9千人になる見込みである。

（図5、表6、統計表6、7、8-1～6、9-1～6）

図5 東京都の流入人口及び流出人口の推移



注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

表6 東京都の通勤者・通学者別流入人口及び流出人口の推移

(単位 人)						
区 分	令和2年* (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
流入人口	3,363,057	3,380,520	3,315,073	3,181,261	3,085,789	2,992,319
通勤者	3,043,414	3,062,725	3,012,177	2,902,660	2,825,617	2,736,321
通学者	319,643	317,795	302,896	278,601	260,172	255,998
流出人口	659,088	656,718	657,659	658,802	650,268	640,617
通勤者	578,430	577,604	580,812	585,262	580,673	571,356
通学者	80,658	79,114	76,847	73,540	69,595	69,261

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

また、東京都の流入人口について常住地（流入元）別にみると、令和2（2020）年の周辺3県からの流入は320万3千人（流入全体の95.2%）で、そのうち埼玉県は108万3千人、千葉県は84万2千人、神奈川県は127万7千人となっている。その他道府県からの流入は16万人（同4.8%）となっている。

令和12（2030）年をみると、周辺3県からの流入は315万7千人（同95.2%）で、そのうち埼玉県は108万人、千葉県は83万2千人、神奈川県は124万5千人になる見込みである。その他道府県からの流入は15万8千人（同4.8%）になる見込みである。令和27（2045）年には、周辺3県からの流入は285万8千人（同95.5%）で、そのうち埼玉県は96万2千人、千葉県は74万6千人、神奈川県は115万1千人になる見込みである。その他道府県からの流入は13万4千人（同4.5%）になる見込みである。

（表7、参考表1-1、1-3、1-6）

表7 東京都の常住地（流入元）別流入人口及び構成比の推移

常住地 （流入元）	令和2年* （2020）		令和12年 （2030）		令和27年 （2045）	
	実数	構成比	実数	構成比	実数	構成比
総 数	3,363,057	100.0	3,315,073	100.0	2,992,319	100.0
周辺3県	3,202,823	95.2	3,157,218	95.2	2,858,207	95.5
埼玉県	1,083,262	32.2	1,080,189	32.6	961,709	32.1
千葉県	842,450	25.1	832,138	25.1	745,749	24.9
神奈川県	1,277,111	38.0	1,244,891	37.6	1,150,749	38.5
その他道府県	160,234	4.8	157,855	4.8	134,112	4.5

注）令和2（2020）年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

東京都の流出人口について従業地・通学地（流出先）別にみると、令和2（2020）年の周辺3県への流出は62万1千人（流出全体の94.1%）で、そのうち埼玉県は19万1千人、千葉県は11万4千人、神奈川県は31万6千人となっている。その他道府県への流出は3万9千人（同5.9%）となっている。

令和12（2030）年をみると、周辺3県への流出は61万9千人（同94.1%）で、そのうち埼玉県は19万人、千葉県は11万5千人、神奈川県は31万4千人になる見込みである。その他道府県への流出は3万9千人（同5.9%）になる見込みである。令和27（2045）年には、周辺3県への流出は60万2千人（同94.0%）になり、そのうち埼玉県は18万4千人、千葉県は11万3千人、神奈川県は30万5千人になる見込みである。その他道府県への流出は3万8千人（同6.0%）になる見込みである。（表8、参考表1-1、1-3、1-6）

表8 東京都の従業地・通学地（流出先）別流出人口及び構成比の推移

従業地・通学地 （流出先）	令和2年* （2020）		令和12年 （2030）		令和27年 （2045）	
	実数	構成比	実数	構成比	実数	構成比
総 数	659,088	100.0	657,659	100.0	640,617	100.0
周辺3県	620,501	94.1	618,590	94.1	602,435	94.0
埼玉県	190,734	28.9	189,762	28.9	184,336	28.8
千葉県	113,931	17.3	115,123	17.5	113,329	17.7
神奈川県	315,836	47.9	313,705	47.7	304,770	47.6
その他道府県	38,587	5.9	39,069	5.9	38,182	6.0

注）令和2（2020）年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

東京都の流入超過人口（流入人口から流出人口を差し引いた人口）についてみると、令和2（2020）年の270万4千人から、令和7（2025）年に272万4千人に増加した後は減少傾向で推移し、令和27（2045）年には235万2千人になる見込みである。そのうち通勤者は令和2（2020）年の246万5千人から、令和7（2025）年に248万5千人に増加した後は減少傾向で推移し、令和27（2045）年には216万5千人になる見込みである。通学者は令和2（2020）年の23万9千人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には18万7千人になる見込みである。（表9）

表9 東京都の通勤者・通学者別流入超過人口の推移

		(単位 人)				
区 分	令和2年* (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
総 数	2,703,969	2,723,802	2,657,414	2,522,459	2,435,521	2,351,702
通 勤 者	2,464,984	2,485,121	2,431,365	2,317,398	2,244,944	2,164,965
通 学 者	238,985	238,681	226,049	205,061	190,577	186,737

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

(2) 区部

区部の流入人口とは、東京都以外の道府県（都外）及び多摩・島しょに常住する者で区部に通勤・通学する人口であり、区部の流出人口とは、区部に常住する者で都外及び多摩・島しょに通勤・通学する人口である。

区部の流入人口は、令和2（2020）年の372万7千人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には332万7千人になる見込みである。一方、区部の流出人口は、令和2（2020）年の59万人からほぼ横ばいで推移し、令和17（2045）年には59万8千人になる見込みである。

区部の流入人口を通勤者・通学者別にみると、都外及び多摩・島しょから区部に通勤する者は、令和2（2020）年の340万8千人から令和7（2025）年の341万2千人まで増加した後、減少に転じて令和27（2045）年には307万人になる見込みである。また、都外及び多摩・島しょから区部に通学する者は、令和2（2020）年の31万9千人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には25万7千人になる見込みである。

区部の流出人口を通勤者・通学者別にみると、区部から都外及び多摩・島しょに通勤する者は、令和2（2020）年の49万2千人から増加傾向で推移し、令和27（2045）年には51万1千人になる見込みである。また、区部から都外及び多摩・島しょに通学する者は、令和2（2020）年の9万8千人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には8万7千人となる見込みである。（表10、統計表6、7、8-1～6、9-1～6）

表10 区部の通勤者・通学者別流入人口及び流出人口の推移

		(単位 人)				
区 分	令和2年* (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
流入人口	3,727,089	3,727,058	3,660,914	3,533,346	3,429,195	3,326,757
通勤者	3,407,772	3,412,269	3,360,137	3,254,495	3,168,432	3,069,795
通学者	319,317	314,789	300,777	278,851	260,763	256,962
流出人口	590,192	595,936	601,979	605,428	602,442	598,169
通勤者	492,305	498,698	506,801	514,115	515,424	510,958
通学者	97,887	97,238	95,178	91,313	87,018	87,211

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

また、区部の流入人口について常住地（流入元）別にみると、多摩・島しょからの流入は、令和2（2020）年の67万6千人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には62万人になる見込みである。周辺3県からの流入は令和2（2020）年の291万1千人から令和7（2025）年に291万5千人まで微増した後、減少に転じて令和27（2045）年には259万人になる見込みである。その他道府県からの流入は、令和2（2020）年の14万人から令和7（2025）年に14万2千人まで微増した後、減少に転じて令和27（2045）年には11万7千人になる見込みである。（表11、参考表1-1～6）

表 11 区部の常住地（流入元）別流入人口の推移

常住地 （流入元）	区部への流入					
	令和2年＊ （2020）	令和7年 （2025）	令和12年 （2030）	令和17年 （2035）	令和22年 （2040）	令和27年 （2045）
総 数	3,727,089	3,727,058	3,660,914	3,533,346	3,429,195	3,326,757
東京都内	675,703	669,486	662,877	654,698	637,425	619,610
区 部	—	—	—	—	—	—
多摩・島しょ	675,703	669,486	662,877	654,698	637,425	619,610
他道府県（都外）	3,051,386	3,057,572	2,998,037	2,878,648	2,791,770	2,707,147
周辺3県	2,911,164	2,915,390	2,859,461	2,749,425	2,668,488	2,589,664
その他道府県	140,222	142,182	138,576	129,223	123,282	117,483

注）令和2（2020）年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

区部の流出人口について従業地・通学地（流出先）別にみると、多摩・島しょへの流出は、令和2（2020）年の15万人からほぼ横ばいで推移し、令和27（2045）年には15万4千人になる見込みである。周辺3県への流出は令和2（2020）年の41万2千人ほぼ横ばいで推移し、令和27（2045）年には41万6千人になる見込みである。その他道府県への流出も令和2（2020）年の2万8千人から令和27（2045）年まで横ばい傾向で推移する見込みである。

（表12、統計表9-1～6）

表 12 区部の従業地・通学地（流出先）別流出人口の推移

従業地・通学地 （流出先）	区部からの流出					
	令和2年＊ （2020）	令和7年 （2025）	令和12年 （2030）	令和17年 （2035）	令和22年 （2040）	令和27年 （2045）
総 数	590,192	595,936	601,979	605,428	602,442	598,169
東京都内	150,361	153,162	155,002	155,096	154,583	153,783
区 部	—	—	—	—	—	—
多摩・島しょ	150,361	153,162	155,002	155,096	154,583	153,783
他道府県（都外）	439,831	442,774	446,977	450,332	447,859	444,386
周辺3県	412,278	414,853	418,728	421,849	419,447	416,142
その他道府県	27,553	27,921	28,249	28,483	28,412	28,244

注）令和2（2020）年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

（3）多摩・島しょ

多摩・島しょの流入人口とは、都外及び区部に常住する者で多摩・島しょに通勤・通学する人口であり、多摩・島しょの流出人口とは、多摩・島しょに常住する者で都外及び区部に通勤・通学する人口である。

多摩・島しょの流入人口は、令和2（2020）年の46万2千人から令和7（2025）年に47万6千人まで増加した後、減少に転じて令和27（2045）年には43万9千人になる見込みである。一方、多摩・島しょの流出人口は、令和2（2020）年の89万5千人から減少傾向で推移し、令和27（2045）年には81万6千人になる見込みである。

多摩・島しょの流入人口を通勤者・通学者別にみると、都外及び区部から多摩・島しょに通勤する者は、令和２（2020）年の 35 万 4 千人からほぼ横ばいで推移し、令和 27（2045）年には 34 万 9 千人になる見込みである。また、都外及び区部から多摩・島しょに通学する者は、令和２（2020）年の 10 万 8 千人から令和 7（2025）年に 11 万人に微増した後、減少傾向で推移し、令和 27（2045）年には 9 万人になる見込みである。

多摩・島しょの流出人口を通勤者・通学者別にみると、多摩・島しょから都外及び区部に通勤する者は、令和２（2020）年の 80 万 4 千人から減少傾向で推移し、令和 27（2045）年には 74 万 3 千人になる見込みである。また、多摩・島しょから都外及び区部に通学する者は、令和２（2020）年の 9 万 1 千人から減少傾向で推移し、令和 27（2045）年には 7 万 3 千人になる見込みである。

（表 13、統計表 6、7、8-1～6、9-1～6）

表 13 多摩・島しょの通勤者・通学者別流入人口及び流出人口の推移

（単位 人）

区 分	令和2年* (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
流入人口	462,032	476,110	472,038	457,709	448,602	438,955
通勤者	353,650	366,569	366,817	360,190	357,131	348,682
通学者	108,382	109,541	105,221	97,519	91,471	90,273
流出人口	894,960	883,430	873,559	863,168	839,834	815,841
通勤者	804,133	795,019	788,788	783,172	765,195	742,554
通学者	90,827	88,411	84,771	79,996	74,639	73,287

注）令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

また、多摩・島しょの流入人口について常住地（流入元）別にみると、区部からの流入は、令和２（2020）年の 15 万人からほぼ横ばいで推移し、令和 27（2045）年には 15 万 4 千人になる見込みである。周辺 3 県からの流入は令和２（2020）年の 29 万 2 千人から令和 7（2025）年に 30 万 3 千人に増加した後、減少に転じて令和 27（2045）年には 26 万 9 千人になる見込みである。その他道府県からの流入は令和２（2020）年の 2 万人から減少傾向で推移し、令和 27（2045）年には 1 万 7 千人になる見込みである。

（表 14、参考表 1-1～6）

表 14 多摩・島しょの常住地（流入元）別流入人口の推移

（単位 人）

常住地 （流入元）	多摩・島しょへの流入					
	令和2年* (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
総 数	462,032	476,110	472,038	457,709	448,602	438,955
東京都内	150,361	153,162	155,002	155,096	154,583	153,783
区部	150,361	153,162	155,002	155,096	154,583	153,783
多摩・島しょ	—	—	—	—	—	—
他道府県（都外）	311,671	322,948	317,036	302,613	294,019	285,172
周辺3県	291,659	303,011	297,757	284,380	276,575	268,543
その他道府県	20,012	19,937	19,279	18,233	17,444	16,629

注）令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

多摩・島しょの流出人口について従業地・通学地（流出先）別にみると、区部への流出は、令和２（2020）年の 67 万 6 千人から減少傾向で推移し、令和 27（2045）年には 62 万人になる見込みである。周辺 3 県への流出は令和２（2020）年の 20 万 8 千人から減少傾向で推移し、令和 27（2045）年には 18 万 6 千人になる見込みである。また、その他道府県への流出は

令和 2 (2020) 年の 1 万 1 千人から減少傾向で推移し、令和 27 (2045) 年には 1 万人になる見込みである。
(表 15、参考表 1-1 ～ 6)

表 15 多摩・島しょの従業地・通学地(流出先)別流出人口の推移

従業地・通学地 (流出先)	多摩・島しょからの流出 (単位 人)					
	令和2年 * (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)	令和27年 (2045)
総 数	894,960	883,430	873,559	863,168	839,834	815,841
東京都内	675,703	669,486	662,877	654,698	637,425	619,610
区部	675,703	669,486	662,877	654,698	637,425	619,610
多摩・島しょ	—	—	—	—	—	—
他道府県(都外)	219,257	213,944	210,682	208,470	202,409	196,231
周辺3県	208,223	202,950	199,862	197,877	192,148	186,293
その他道府県	11,034	10,994	10,820	10,593	10,261	9,938

注) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

(4) 区市町村別

区市町村別に流入人口、流出人口、流入超過人口の多い順をそれぞれみると、流入人口について、令和 2 (2020) 年の区部の順位は千代田区、港区、新宿区、中央区、渋谷区の順となっており、多摩・島しょでは八王子市、町田市、立川市、府中市、武蔵野市の順となっている。令和 27 (2045) 年の順位は区部では変わらないが、多摩・島しょでは八王子市、立川市、町田市、武蔵野市、府中市の順になる見込みである。

流出人口について、令和 2 (2020) 年の区部の順位は世田谷区、練馬区、大田区、江戸川区、杉並区の順となっており、多摩・島しょでは八王子市、町田市、調布市、府中市、西東京市の順となっている。令和 27 (2045) 年の区部の順位は世田谷区、練馬区、大田区、杉並区、江戸川区の順になり、多摩・島しょでは順位は変わらない見込みである。

流入超過人口について、令和 2 (2020) 年の区部の順位は千代田区、港区、中央区、新宿区、渋谷区の順となっており、多摩・島しょでは立川市、武蔵野市、瑞穂町、多摩市、日の出町の順となっている。令和 27 (2045) 年の区部の順位は千代田区、港区、新宿区、中央区、渋谷区の順となり、多摩・島しょでは立川市、武蔵野市、多摩市、瑞穂町、日の出町の順になる見込みである。
(表 16、統計表 6、7)

表 16 流入人口、流出人口及び流入超過人口の多い区市町村

地域	順位	流入人口				流出人口				流入超過人口			
		令和2年 * (2020)		令和27年 (2045)		令和2年 * (2020)		令和27年 (2045)		令和2年 * (2020)		令和27年 (2045)	
区部	1	千代田区	1,123,372	千代田区	1,066,632	世田谷区	371,382	世田谷区	348,362	千代田区	1,102,719	千代田区	1,040,873
	2	港区	1,000,940	港区	893,852	練馬区	305,468	練馬区	298,335	港区	921,323	港区	806,166
	3	新宿区	683,015	新宿区	621,896	大田区	267,386	大田区	265,942	中央区	602,404	新宿区	494,247
	4	中央区	667,851	中央区	535,939	江戸川区	265,904	杉並区	255,334	新宿区	554,071	中央区	441,444
	5	渋谷区	482,973	渋谷区	461,066	杉並区	259,887	江戸川区	246,751	渋谷区	389,569	渋谷区	361,382
多摩・島しょ	1	八王子市	143,634	八王子市	126,787	八王子市	148,211	八王子市	126,485	立川市	28,217	立川市	30,820
	2	町田市	95,190	立川市	92,701	町田市	144,397	町田市	122,761	武蔵野市	15,169	武蔵野市	11,102
	3	立川市	92,897	町田市	85,917	調布市	97,929	調布市	97,732	瑞穂町	4,575	多摩市	7,635
	4	府中市	79,526	武蔵野市	72,839	府中市	93,273	府中市	86,937	多摩市	2,027	瑞穂町	3,456
	5	武蔵野市	77,402	府中市	71,564	西東京市	86,064	西東京市	81,674	日の出町	1,385	日の出町	1,968

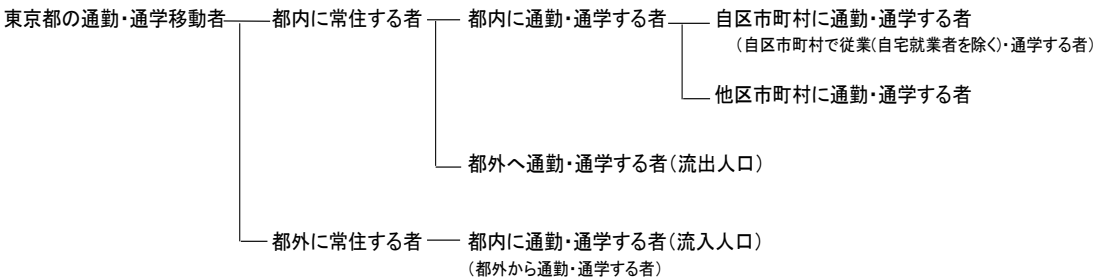
注1) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。

2) 流入超過人口は、流入人口から流出人口を差し引いた人口である。

4 東京都の通勤・通学移動者数

東京都の通勤・通学移動者数とは、第3章の(1)における東京都の流入人口と東京都の流出人口を合計し、さらに都内に常住する者で都内に通勤・通学する者の数を加えたものである。定義は、下記の図のとおりである。

※ 東京都の通勤・通学移動者の定義図



令和2(2020)年をみると、東京都の通勤・通学移動者の総数は1181万6千人となっており、そのうち都内に常住する者は845万3千人、都外に常住する者（流入人口）は336万3千人となっている。都内に常住する者のうち、都内に通勤・通学する者は779万4千人、都外へ通勤・通学する者（流出人口）は65万9千人となっている。さらに、都内に通勤・通学する者のうち、自区市町村に通勤・通学する者は307万3千人、都内他区市町村に通勤・通学する者は472万2千人となっている。（表17、図6）

表17 東京都の通勤・通学移動者数(令和2(2020)年*)

区 分	総 数	都 内 に 常 住					都外に常住
		合 計	都 内 に 通勤・通学 計	自 区 市 町 村 に 通 勤 ・ 通 学	都 内 他 区 市 町 村 に 通 勤 ・ 通 学	都 外 へ 通勤・通学 (流出)	都 外 から 通勤・通学 (流入)
総数	11,816,477	8,453,420	7,794,332	3,072,504	4,721,828	659,088	3,363,057
通勤移動者	9,872,024	6,828,610	6,250,180	2,045,551	4,204,629	578,430	3,043,414
通学移動者	1,944,453	1,624,810	1,544,152	1,026,953	517,199	80,658	319,643

注1) 令和2(2020)年の値は国勢調査の不詳補完結果による。
2) 島部は、町村ごとの地域を一括して一つの地域として取り扱っている。

令和12(2030)年には、東京都の通勤・通学移動者の総数は1216万2千人になる見込みである。そのうち都内に常住する者は884万7千人、都外に常住する者（流入人口）は331万5千人になる見込みである。都内に常住する者のうち、都内に通勤・通学する者は819万人、都外へ通勤・通学する者（流出人口）は65万8千人になる見込みである。さらに、都内に通勤・通学する者のうち、自区市町村に通勤・通学する者は345万1千人、都内他区市町村に通勤・通学する者は473万9千人になる見込みである。（表18）

表18 東京都の通勤・通学移動者数(令和12(2030)年)

区 分	総 数	都 内 に 常 住					都外に常住
		合 計	都 内 に 通勤・通学 計	自 区 市 町 村 に 通 勤 ・ 通 学	都 内 他 区 市 町 村 に 通 勤 ・ 通 学	都 外 へ 通勤・通学 (流出)	都 外 から 通勤・通学 (流入)
総数	12,162,309	8,847,236	8,189,577	3,450,992	4,738,585	657,659	3,315,073
通勤移動者	10,288,199	7,276,022	6,695,210	2,453,293	4,241,917	580,812	3,012,177
通学移動者	1,874,110	1,571,214	1,494,367	997,699	496,668	76,847	302,896

注) 島部は、町村ごとの地域を一括して一つの地域として取り扱っている。

令和 27(2045)年には、東京都の通勤・通学移動者の総数は 1113 万 6 千人になる見込みである。そのうち都内に常住する者は 814 万 4 千人、都外に常住する者（流入人口）は 299 万 2 千人になる見込みである。都内に常住する者のうち、都内に通勤・通学する者は 750 万 3 千人、都外へ通勤・通学する者（流出人口）は 64 万 1 千人になる見込みである。さらに、都内に通勤・通学する者のうち、自区市町村に通勤・通学する者は 293 万 5 千人、都内他区市町村に通勤・通学する者は 456 万 8 千人になる見込みである。（表 19、図 6）

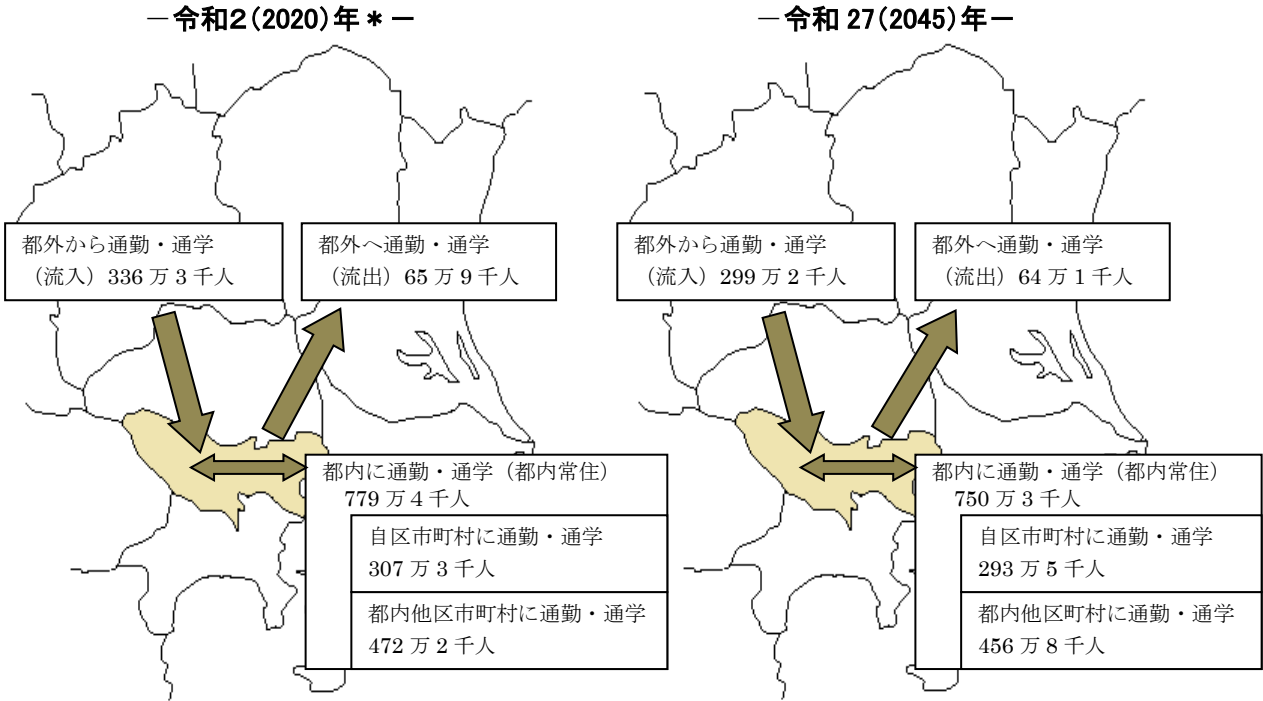
表 19 東京都の通勤・通学移動者数(令和 27(2045)年)

(単位 人)							
区 分	総 数	都 内 に 常 住					都外に常住
		合 計	都 内 に 通勤・通学 計	自区市町村に 通勤・通学	都内他区市町村に 通勤・通学	都 外 へ 通勤・通学 (流出)	都 外 から 通勤・通学 (流入)
総数	11,136,278	8,143,959	7,503,342	2,935,119	4,568,223	640,617	2,992,319
通勤移動者	9,475,442	6,739,121	6,167,765	2,042,771	4,124,994	571,356	2,736,321
通学移動者	1,660,836	1,404,838	1,335,577	892,348	443,229	69,261	255,998
注) 島部は、町村ごとの地域を一括して一つの地域として取り扱っている。							

注) 島部は、町村ごとの地域を一括して一つの地域として取り扱っている。

以上のことから、東京都の通勤・通学移動者数は、今後、都内に常住する者のうち都内に通勤・通学する者が、令和 2 (2020) 年から令和 12(2030)年に増加するが、その後の減少により令和 27(2045)年には令和 2 (2020) 年を下回ることが見込まれる。一方、都外から通勤・通学する者は減少することが見込まれる。

図6 東京都の通勤・通学移動者数の推移



注 1) 令和 2 (2020) 年の値は国勢調査の不詳補完結果による。
 2) 地図上に島部の地図は掲載されていないが、地図上にある数値には島部の値が含まれる。
 3) 島部は、町村ごとの地域を一括して一つの地域として取り扱っている。

5 昼間就業者数及び昼間通学者数

(1) 昼間就業者数

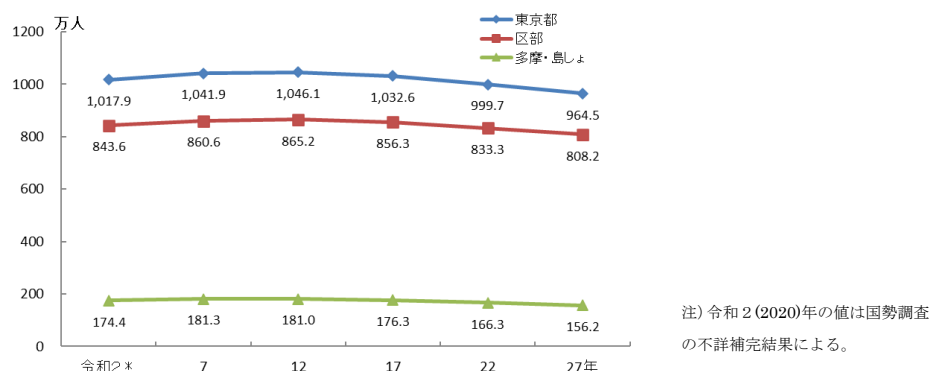
東京都の昼間就業者数は、従業地が東京都の場合の就業者数である。第4章の東京都の通勤移動者数から都外への流出通勤者数を除き、自宅就業者数を加えたものと一致する。

東京都の昼間就業者数は、令和2(2020)年の1017万9千人から令和12(2030)年の1046万1千人まで増加した後、減少に転じて令和27(2045)年には964万5千人になる見込みである。

区部の昼間就業者数は、令和2(2020)年の843万6千人から令和12(2030)年の865万2千人まで増加した後、減少に転じて令和27(2045)年には808万2千人になる見込みである。

多摩・島しょの昼間就業者数は、令和2(2020)年の174万4千人から令和7(2025)年の181万3千人まで増加した後、減少に転じて令和27(2045)年には156万2千人になる見込みである。
(図7、統計表4)

図7 昼間就業者数の推移



(2) 昼間通学者数

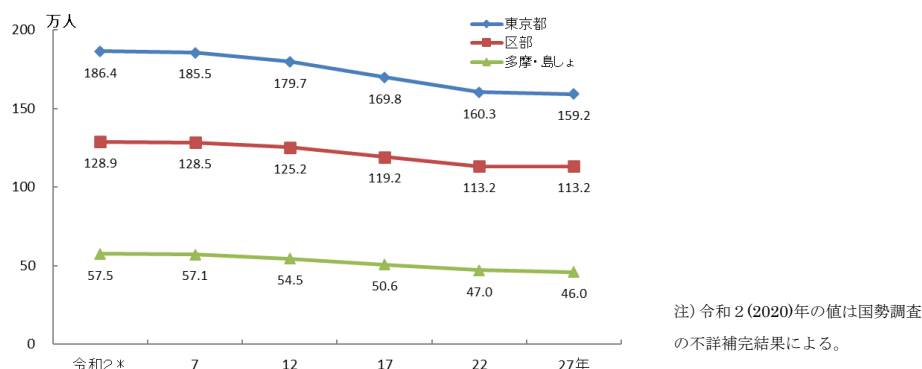
東京都の昼間通学者数は、通学地が東京都の場合の通学者数である。第4章の東京都の通学移動者数から都外への流出通学者数を除いたものと一致する。

東京都の昼間通学者数は、令和2(2020)年の186万4千人から減少が続き、令和27(2045)年には159万2千人になる見込みである。

区部の昼間通学者数は、令和2(2020)年の128万9千人から減少が続き、令和27(2045)年には113万2千人になる見込みである。

多摩・島しょの昼間通学者数は、令和2(2020)年の57万5千人から減少が続き、令和27(2045)年には46万人になる見込みである。
(図8、統計表5)

図8 昼間通学者数の推移



6 昼間人口増減率の変動要因別寄与度

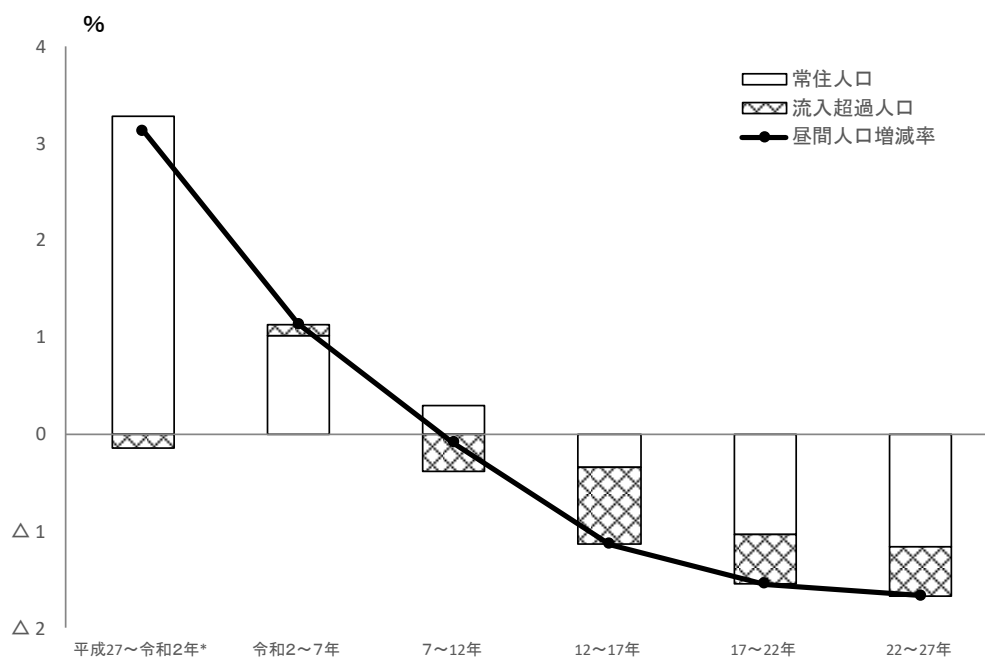
(1) 東京都

東京都の昼間人口増減率を常住人口要因と流入超過人口要因に分解すると、平成 27(2015)～令和 2(2020)年は常住人口の増加が昼間人口の増加に寄与した。

今後は、令和 2(2020)～令和 7(2025)年は常住人口の増加が寄与して昼間人口が増加することが見込まれるが、令和 7(2025)～12(2030)年は流入超過人口の減少が寄与して昼間人口が減少し、令和 12(2030)～17(2035)年以降は両方の要因の減少が昼間人口の減少に寄与することが見込まれる。

(図 9、表 20)

図9 東京都の昼間人口増減率の変動要因別寄与度



注) 令和2(2020)年までの値は、国勢調査の不詳補完結果により、令和7(2025)年以後の予測値は令和2年値を基準とする。

表 20 東京都の昼間人口増減率の変動要因別寄与度

(単位 %)

年次	昼間人口増減率	常住人口寄与度	流入超過人口寄与度
平成27～令和2年*	3.13	3.28	△ 0.15
令和2～7年	1.13	1.01	0.12
7～12年	△ 0.09	0.30	△ 0.39
12～17年	△ 1.14	△ 0.34	△ 0.80
17～22年	△ 1.55	△ 1.03	△ 0.52
22～27年	△ 1.68	△ 1.17	△ 0.51

注) 令和2(2020)年までの値は、国勢調査の不詳補完結果により、令和7(2025)年以後の予測値は令和2年値を基準とする。

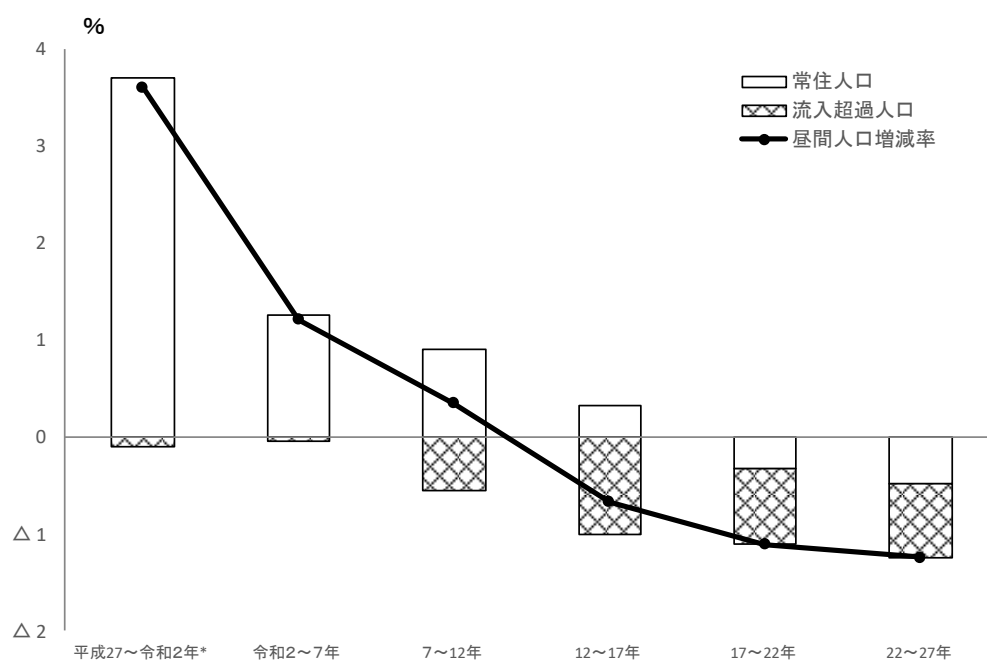
(2) 区部

区部の変動要因別寄与度をみると、平成 27(2015)～令和 2(2020)年は常住人口の増加が昼間人口の増加に寄与した。

今後は、令和 2(2020)～7(2025)年から令和 7(2025)～12(2030)年までは常住人口の増加が昼間人口の増加に寄与することが見込まれるが、令和 12(2030)～17(2035)年は流入超過人口の減少が昼間人口の減少に寄与し、令和 17(2035)～22(2040)年以降は両方の要因の減少が昼間人口の減少に寄与することが見込まれる。

(図 10、表 21)

図 10 区部の昼間人口増減率の変動要因別寄与度



注) 令和2(2020)年までの値は、国勢調査の不詳補完結果により、令和7(2025)年以後の予測値は令和2年値を基準とする。

表 21 区部の昼間人口増減率の変動要因別寄与度

(単位 %))

年次	昼間人口 増減率	常住人口 寄与度	流入超過人口 寄与度
平成27～令和2年*	3.60	3.71	△ 0.11
令和2～7年	1.21	1.25	△ 0.04
7～12年	0.35	0.90	△ 0.55
12～17年	△ 0.67	0.33	△ 1.00
17～22年	△ 1.11	△ 0.33	△ 0.78
22～27年	△ 1.24	△ 0.48	△ 0.76

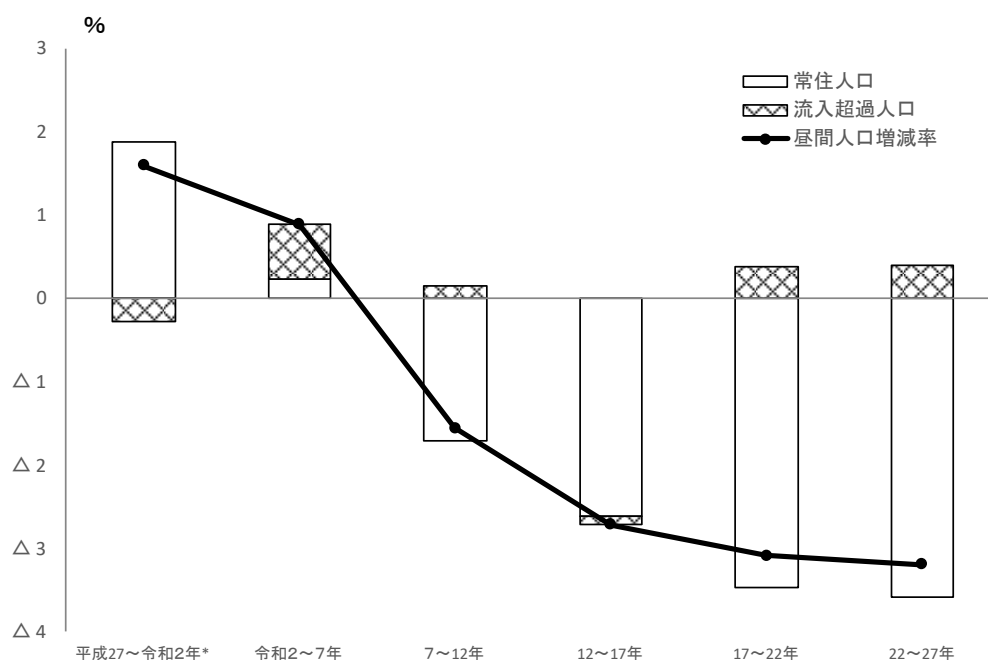
注) 令和2(2020)年までの値は、国勢調査の不詳補完結果により、令和7(2025)年以後の予測値は令和2年値を基準とする。

(3) 多摩・島しょ

多摩・島しょの変動要因別寄与度をみると、平成 27 (2015)～令和 2 (2020) 年は常住人口の増加が昼間人口の増加に寄与した。

今後は、令和 2 (2020)～7 (2025) 年には主に流入超過人口の増加が昼間人口の増加に寄与することが見込まれるが、令和 7 (2025)～12 (2030) 年以降は、常住人口の減少が昼間人口の減少に寄与することが見込まれる。(図 11、表 22)

図 11 多摩・島しょの昼間人口増減率の変動要因別寄与度



注) 令和2(2020) 年までの値は、国勢調査の不詳補完結果により、令和7(2025) 年以後の予測値は令和2年値を基準とする。

表 22 多摩・島しょの昼間人口増減率の変動要因別寄与度

年次	昼間人口増減率	常住人口寄与度	流入超過人口寄与度
平成27～令和2年*	1.59	1.88	△ 0.28
令和2～7年	0.88	0.22	0.66
7～12年	△ 1.57	△ 1.71	0.15
12～17年	△ 2.72	△ 2.62	△ 0.10
17～22年	△ 3.09	△ 3.47	0.38
22～27年	△ 3.20	△ 3.60	0.39

注) 令和2(2020) 年までの値は、国勢調査の不詳補完結果により、令和7(2025) 年以後の予測値は令和2年値を基準とする。

7 各区市町村の主要な流出先及び流入元の特徴

各区市町村（島部を除く。）の流出入について、どの従業地・通学地に多く流出しているのか、どの常住地から多く流入しているのか、区市町村ごとに、他の区市町村等への流出先割合と他の区市町村等からの流入元割合の上位3位を主要な流出先及び流入元とし、その特徴を見てみた。

なお、流出先割合及び流入元割合は、昼夜間移動表から下記の式により算出した。

当該区市町村の流出先割合 = 当該区市町村から他の区市町村等への流出人口 ÷ 当該区市町村の流出人口総数 × 100

当該区市町村の流入元割合 = 他の区市町村等から当該区市町村への流入人口 ÷ 当該区市町村の流入人口総数 × 100

（「等」は島部、埼玉県、千葉県、神奈川県、その他の道府県）

(1) 区部

① 主要な流出先

令和2（2020）年の流出先第1位をみると、常住地が23区のうち、14区が千代田区、6区が港区で、新宿区2区、江東区1区となっている。

令和27（2045）年の流出先第1位をみると、常住地が大田区で令和2（2020）年の流出先第2位と順位が入れ替わるが、その他の区は令和2（2020）年と変わらない見込みとなっている。

（表23）

② 主要な流入元

令和2（2020）年の流入元第1位をみると、従業地・通学地が23区のうち、中野区・杉並区以外の21区は埼玉県、千葉県、神奈川県の周辺3県のいずれかとなっている。

令和27（2045）年の流入元第1位をみると、すべての区で令和2（2020）年と変わらない見込みとなっている。

（表24）

(2) 多摩地域

① 主要な流出先

令和2（2020）年の流出先第1位をみると、5市が新宿区、4市が立川市で、千代田区3市、八王子市3市のほか、4市は神奈川県、3市1町は埼玉県となっている。その他の市町村は近接する区市となっている。

令和27（2045）年の流出先第1位をみると、常住地が立川市、府中市、国分寺市で令和2（2020）年の流出先第2位または第3位と順位が入れ替わるほか、その他の市町村は令和2（2020）年と変わらない見込みとなっている。

（表25）

② 主要な流入元

令和2（2020）年の流入元第1位をみると、7市が神奈川県、6市が埼玉県となっており、その他の市町村は近接する市町村となっている。

令和27（2045）年の流出先第1位をみると、東大和市、あきる野市で令和2（2020）年の流入元第2位と順位が入れ替わるが、その他の市町村は令和2（2020）年と変わらない見込みとなっている。

（表26）

このことから、23区の流出先は主に都心3区や新宿区などの都心部であり、流入元は主に周辺3県となっており、事業所や学校が都心部に集積していることが影響していると考えられる。

一方、市町村の流出先は主に埼玉県や神奈川県、近接する市町村であり、流入元は主に埼玉

県や神奈川県、近接する市町村となっており、常住地にアクセスする鉄道路線によって流入入のパターンが形成されていると考えられる。

令和2(2020)年と将来25年後の令和27(2045)年で流入入の傾向は大きく変わらない見込みであるが、今後都内の交通機関が新たに整備された場合には変わることも考えられる。

表 23 各区の主要な流出先(流出先割合)

－令和2(2020)年－

常住地	流出先第1位	流出先割合	流出先第2位	流出先割合	流出先第3位	流出先割合
千代田区	港区	17.5%	中央区	13.3%	新宿区	11.0%
中央区	千代田区	25.6%	港区	20.5%	江東区	9.7%
港区	千代田区	22.9%	中央区	12.4%	渋谷区	9.5%
新宿区	千代田区	21.7%	港区	14.1%	中央区	8.8%
文京区	千代田区	26.3%	港区	12.9%	新宿区	9.2%
台東区	千代田区	18.0%	中央区	14.1%	港区	13.8%
墨田区	千代田区	15.1%	中央区	14.2%	港区	12.7%
江東区	千代田区	18.4%	中央区	16.6%	港区	13.6%
品川区	港区	23.1%	千代田区	12.0%	大田区	11.4%
目黒区	港区	18.8%	渋谷区	13.5%	千代田区	13.0%
大田区	港区	19.4%	品川区	16.9%	神奈川県	15.6%
世田谷区	港区	14.9%	千代田区	13.7%	渋谷区	12.9%
渋谷区	港区	19.6%	千代田区	16.1%	新宿区	13.9%
中野区	新宿区	20.3%	千代田区	13.3%	港区	10.5%
杉並区	千代田区	14.6%	新宿区	14.2%	港区	11.3%
豊島区	千代田区	15.3%	新宿区	12.6%	港区	10.9%
北区	千代田区	14.5%	港区	11.1%	埼玉県	8.3%
荒川区	千代田区	14.2%	港区	10.7%	台東区	8.8%
板橋区	千代田区	13.8%	豊島区	10.5%	港区	10.0%
練馬区	新宿区	12.9%	千代田区	11.1%	港区	9.2%
足立区	千代田区	13.1%	埼玉県	9.9%	港区	9.3%
葛飾区	千代田区	12.2%	港区	9.8%	中央区	9.4%
江戸川区	江東区	14.5%	千代田区	13.7%	中央区	11.3%

－令和27(2045)年－

常住地	流出先第1位	流出先割合	流出先第2位	流出先割合	流出先第3位	流出先割合
千代田区	港区	17.1%	中央区	12.4%	新宿区	10.9%
中央区	千代田区	26.2%	港区	20.1%	江東区	10.2%
港区	千代田区	23.1%	中央区	11.3%	渋谷区	9.6%
新宿区	千代田区	22.0%	港区	13.7%	中央区	8.0%
文京区	千代田区	26.4%	港区	12.6%	新宿区	9.1%
台東区	千代田区	19.3%	港区	13.9%	中央区	13.3%
墨田区	千代田区	15.1%	中央区	12.8%	港区	12.4%
江東区	千代田区	18.1%	中央区	14.3%	港区	13.1%
品川区	港区	21.7%	千代田区	12.1%	大田区	11.5%
目黒区	港区	18.5%	渋谷区	13.7%	千代田区	13.1%
大田区	品川区	18.6%	港区	18.3%	神奈川県	15.9%
世田谷区	港区	13.7%	千代田区	13.3%	渋谷区	12.7%
渋谷区	港区	19.1%	千代田区	16.2%	新宿区	13.7%
中野区	新宿区	19.0%	千代田区	13.2%	港区	10.2%
杉並区	千代田区	14.3%	新宿区	13.5%	港区	10.8%
豊島区	千代田区	16.0%	新宿区	12.7%	港区	10.7%
北区	千代田区	14.1%	港区	10.6%	埼玉県	8.4%
荒川区	千代田区	15.1%	港区	10.7%	台東区	8.2%
板橋区	千代田区	13.9%	港区	9.7%	豊島区	9.3%
練馬区	新宿区	12.4%	千代田区	11.1%	港区	8.9%
足立区	千代田区	12.8%	埼玉県	9.9%	港区	8.9%
葛飾区	千代田区	11.8%	港区	9.4%	千葉県	8.5%
江戸川区	江東区	16.4%	千代田区	13.5%	千葉県	10.8%

表 24 各区の主要な流入元(流入元割合)－

－令和2(2020)年－

従業地・通学地	流入元第1位	流入元割合	流入元第2位	流入元割合	流入元第3位	流入元割合
千代田区	神奈川県	13.6%	千葉県	13.4%	埼玉県	12.5%
中央区	千葉県	16.8%	神奈川県	13.9%	埼玉県	12.8%
港区	神奈川県	20.4%	千葉県	10.7%	埼玉県	10.5%
新宿区	埼玉県	14.7%	神奈川県	13.3%	千葉県	7.9%
文京区	埼玉県	16.7%	千葉県	11.4%	神奈川県	9.2%
台東区	埼玉県	19.8%	千葉県	16.9%	足立区	7.8%
墨田区	千葉県	21.9%	埼玉県	13.2%	江戸川区	10.4%
江東区	千葉県	24.0%	江戸川区	11.3%	神奈川県	10.8%
品川区	神奈川県	28.3%	大田区	12.1%	埼玉県	10.0%
目黒区	神奈川県	26.9%	世田谷区	14.5%	大田区	7.3%
大田区	神奈川県	45.0%	品川区	8.8%	千葉県	8.0%
世田谷区	神奈川県	34.1%	埼玉県	6.9%	杉並区	4.5%
渋谷区	神奈川県	19.8%	埼玉県	11.3%	世田谷区	9.9%
中野区	杉並区	11.7%	埼玉県	11.6%	練馬区	11.3%
杉並区	練馬区	9.9%	埼玉県	8.9%	中野区	8.4%
豊島区	埼玉県	27.0%	練馬区	9.3%	板橋区	9.2%
北区	埼玉県	39.5%	板橋区	8.8%	足立区	7.0%
荒川区	埼玉県	20.6%	足立区	16.2%	千葉県	15.6%
板橋区	埼玉県	40.0%	練馬区	11.9%	北区	7.5%
練馬区	埼玉県	32.1%	板橋区	9.2%	西東京市	7.0%
足立区	埼玉県	39.1%	千葉県	16.1%	葛飾区	9.1%
葛飾区	千葉県	31.0%	足立区	15.2%	埼玉県	13.6%
江戸川区	千葉県	42.3%	葛飾区	10.2%	江東区	8.9%

－令和 27(2045)年－

従業地・通学地	流入元第1位	流入元割合	流入元第2位	流入元割合	流入元第3位	流入元割合
千代田区	神奈川県	12.9%	千葉県	12.5%	埼玉県	12.0%
中央区	千葉県	14.1%	神奈川県	12.2%	埼玉県	11.4%
港区	神奈川県	18.1%	千葉県	10.0%	埼玉県	10.0%
新宿区	埼玉県	13.6%	神奈川県	12.4%	千葉県	7.5%
文京区	埼玉県	16.0%	千葉県	10.9%	神奈川県	8.9%
台東区	埼玉県	16.8%	千葉県	14.7%	神奈川県	7.5%
墨田区	千葉県	21.3%	埼玉県	12.8%	江戸川区	10.1%
江東区	千葉県	25.1%	江戸川区	11.0%	神奈川県	10.6%
品川区	神奈川県	29.2%	大田区	12.6%	埼玉県	9.5%
目黒区	神奈川県	24.8%	世田谷区	14.4%	大田区	7.5%
大田区	神奈川県	42.5%	品川区	10.1%	千葉県	7.7%
世田谷区	神奈川県	36.3%	埼玉県	6.5%	杉並区	4.5%
渋谷区	神奈川県	19.1%	埼玉県	10.9%	世田谷区	9.6%
中野区	杉並区	12.3%	練馬区	11.8%	埼玉県	11.2%
杉並区	練馬区	10.3%	中野区	8.6%	埼玉県	8.6%
豊島区	埼玉県	22.1%	練馬区	9.6%	板橋区	9.5%
北区	埼玉県	41.1%	板橋区	8.8%	足立区	6.5%
荒川区	埼玉県	18.9%	足立区	15.3%	千葉県	14.7%
板橋区	埼玉県	38.7%	練馬区	12.4%	北区	7.8%
練馬区	埼玉県	31.4%	板橋区	9.6%	西東京市	7.0%
足立区	埼玉県	40.2%	千葉県	15.6%	葛飾区	8.6%
葛飾区	千葉県	31.3%	足立区	14.8%	埼玉県	13.2%
江戸川区	千葉県	40.8%	葛飾区	9.8%	江東区	9.6%

表 25 各市町村の主要な流出先(流出先割合)

— 令和2(2020)年 —

常住地	流出先第1位	流出先割合	流出先第2位	流出先割合	流出先第3位	流出先割合
八王子市	神奈川県	13.4%	日野市	8.9%	多摩市	6.8%
立川市	八王子市	7.9%	昭島市	7.8%	新宿区	6.1%
武蔵野市	千代田区	13.4%	新宿区	10.1%	港区	8.4%
三鷹市	千代田区	10.4%	武蔵野市	9.4%	新宿区	8.9%
青梅市	羽村市	13.6%	埼玉県	8.8%	瑞穂町	8.1%
府中市	新宿区	8.4%	調布市	7.9%	神奈川県	6.5%
昭島市	立川市	17.1%	八王子市	9.1%	新宿区	4.5%
調布市	新宿区	11.5%	千代田区	9.7%	世田谷区	8.3%
町田市	神奈川県	46.0%	八王子市	6.1%	新宿区	5.1%
小金井市	千代田区	10.5%	新宿区	9.2%	武蔵野市	7.6%
小平市	新宿区	8.8%	千代田区	6.6%	国分寺市	5.4%
日野市	八王子市	21.6%	立川市	9.0%	府中市	6.7%
東村山市	埼玉県	13.1%	新宿区	8.8%	小平市	8.2%
国分寺市	新宿区	7.7%	千代田区	7.7%	立川市	7.2%
国立市	立川市	12.8%	府中市	9.4%	千代田区	6.3%
福生市	昭島市	11.6%	立川市	9.1%	羽村市	9.0%
狛江市	世田谷区	18.6%	神奈川県	10.8%	港区	8.8%
東大和市	立川市	13.7%	小平市	9.0%	武蔵村山市	7.0%
清瀬市	埼玉県	21.4%	練馬区	7.7%	千代田区	6.4%
東久留米市	埼玉県	10.6%	西東京市	7.6%	練馬区	7.4%
武蔵村山市	立川市	16.9%	東大和市	8.3%	昭島市	7.3%
多摩市	神奈川県	11.9%	八王子市	10.7%	府中市	7.7%
稲城市	神奈川県	20.2%	世田谷区	6.6%	府中市	6.4%
羽村市	青梅市	17.9%	瑞穂町	8.8%	立川市	7.6%
あきる野市	八王子市	14.6%	日の出町	10.1%	昭島市	7.9%
西東京市	新宿区	11.8%	千代田区	8.0%	練馬区	7.8%
瑞穂町	埼玉県	13.5%	羽村市	12.7%	青梅市	12.4%
日の出町	あきる野市	24.1%	八王子市	12.4%	青梅市	9.2%
檜原村	あきる野市	30.5%	日の出町	12.5%	八王子市	11.0%
奥多摩町	青梅市	37.3%	羽村市	6.6%	あきる野市	6.4%

— 令和 27(2045)年 —

常住地	流出先第1位	流出先割合	流出先第2位	流出先割合	流出先第3位	流出先割合
八王子市	神奈川県	13.5%	日野市	9.4%	立川市	7.2%
立川市	昭島市	7.8%	八王子市	7.4%	新宿区	5.7%
武蔵野市	千代田区	13.6%	新宿区	10.0%	港区	8.1%
三鷹市	千代田区	10.3%	武蔵野市	9.2%	新宿区	8.7%
青梅市	羽村市	10.6%	埼玉県	10.2%	立川市	9.3%
府中市	調布市	8.4%	新宿区	8.2%	神奈川県	6.5%
昭島市	立川市	18.6%	八王子市	8.7%	新宿区	4.3%
調布市	新宿区	11.0%	千代田区	9.4%	世田谷区	8.7%
町田市	神奈川県	47.2%	八王子市	5.9%	新宿区	4.8%
小金井市	千代田区	10.2%	新宿区	8.8%	武蔵野市	7.3%
小平市	新宿区	8.1%	千代田区	6.3%	国分寺市	6.0%
日野市	八王子市	20.1%	立川市	10.3%	府中市	6.5%
東村山市	埼玉県	13.1%	小平市	8.8%	新宿区	8.5%
国分寺市	立川市	7.6%	千代田区	7.1%	新宿区	7.1%
国立市	立川市	13.7%	府中市	9.0%	千代田区	6.1%
福生市	昭島市	12.2%	立川市	9.9%	八王子市	8.3%
狛江市	世田谷区	19.0%	神奈川県	10.8%	新宿区	8.5%
東大和市	立川市	15.6%	小平市	9.4%	武蔵村山市	7.3%
清瀬市	埼玉県	21.0%	練馬区	7.9%	千代田区	6.4%
東久留米市	埼玉県	11.0%	西東京市	7.9%	練馬区	7.6%
武蔵村山市	立川市	17.5%	東大和市	7.9%	昭島市	7.4%
多摩市	神奈川県	12.0%	八王子市	10.5%	新宿区	7.5%
稲城市	神奈川県	18.5%	世田谷区	6.9%	府中市	6.3%
羽村市	青梅市	18.6%	立川市	8.5%	福生市	8.1%
あきる野市	八王子市	15.0%	日の出町	11.1%	立川市	8.4%
西東京市	新宿区	11.4%	練馬区	8.0%	千代田区	7.9%
瑞穂町	埼玉県	14.7%	青梅市	12.2%	羽村市	11.6%
日の出町	あきる野市	23.4%	八王子市	12.4%	青梅市	8.9%
檜原村	あきる野市	35.1%	日の出町	11.3%	八王子市、青梅市	9.6%
奥多摩町	青梅市	39.1%	羽村市	6.0%	あきる野市	5.8%

表 26 各市町村の主要な流入元(流入元割合)

— 令和2(2020)年 —

従業地・通学地	流入元第1位	流入元割合		流入元第2位	流入元割合		流入元第3位	流入元割合	
八王子市	神奈川県	22.6%		日野市	10.9%		埼玉県	7.6%	
立川市	八王子市	9.6%		昭島市	7.5%		神奈川県	7.3%	
武蔵野市	三鷹市	9.6%		杉並区	9.2%		埼玉県	7.7%	
三鷹市	調布市	9.8%		武蔵野市	7.3%		杉並区	6.8%	
青梅市	埼玉県	18.6%		羽村市	15.6%		あきる野市	8.6%	
府中市	神奈川県	12.8%		埼玉県	8.8%		八王子市	8.6%	
昭島市	立川市	15.3%		八王子市	9.1%		福生市	7.8%	
調布市	神奈川県	13.6%		府中市	12.5%		世田谷区	9.5%	
町田市	神奈川県	68.6%		八王子市	7.6%		世田谷区	3.0%	
小金井市	小平市	10.7%		埼玉県	9.1%		神奈川県	6.8%	
小平市	埼玉県	14.2%		東村山市	10.5%		国分寺市	6.7%	
日野市	八王子市	30.1%		神奈川県	10.6%		埼玉県	6.0%	
東村山市	埼玉県	30.2%		小平市	10.6%		東大和市	7.6%	
国分寺市	小平市	12.5%		埼玉県	11.6%		立川市	5.9%	
国立市	立川市	8.7%		国分寺市	8.4%		神奈川県	8.1%	
福生市	あきる野市	13.5%		青梅市	13.2%		昭島市	11.1%	
狛江市	神奈川県	27.3%		調布市	15.6%		世田谷区	15.5%	
東大和市	武蔵村山市	14.3%		立川市	13.5%		東村山市	10.7%	
清瀬市	埼玉県	38.0%		東久留米市	11.2%		東村山市	10.6%	
東久留米市	埼玉県	27.0%		西東京市	12.4%		東村山市	11.0%	
武蔵村山市	立川市	18.1%		東大和市	13.6%		埼玉県	8.1%	
多摩市	神奈川県	24.7%		八王子市	18.4%		町田市	7.9%	
稲城市	神奈川県	32.7%		多摩市	9.7%		八王子市	9.0%	
羽村市	青梅市	29.7%		福生市	11.0%		瑞穂町	7.8%	
あきる野市	青梅市	14.4%		八王子市	14.0%		福生市	10.1%	
西東京市	埼玉県	21.8%		練馬区	11.9%		東久留米市	9.1%	
瑞穂町	青梅市	20.4%		埼玉県	17.4%		羽村市	11.4%	
日の出町	あきる野市	43.7%		青梅市	13.8%		八王子市	7.2%	
檜原村	あきる野市	36.1%		日の出町	7.0%		青梅市	6.3%	
奥多摩町	青梅市	55.7%		あきる野市	5.5%		羽村市	5.3%	

— 令和 27(2045)年 —

従業地・通学地	流入元第1位	流入元割合		流入元第2位	流入元割合		流入元第3位	流入元割合	
八王子市	神奈川県	22.0%		日野市	10.6%		埼玉県	7.7%	
立川市	八王子市	9.8%		神奈川県	7.9%		昭島市	7.6%	
武蔵野市	三鷹市	9.8%		杉並区	9.6%		埼玉県	7.4%	
三鷹市	調布市	10.3%		武蔵野市	7.6%		杉並区	7.2%	
青梅市	埼玉県	16.6%		羽村市	16.6%		あきる野市	7.6%	
府中市	神奈川県	12.5%		埼玉県	8.6%		八王子市	7.7%	
昭島市	立川市	16.3%		八王子市	8.7%		福生市	7.2%	
調布市	神奈川県	13.7%		府中市	12.6%		世田谷区	10.1%	
町田市	神奈川県	68.1%		八王子市	7.0%		世田谷区	3.4%	
小金井市	小平市	10.9%		埼玉県	9.1%		神奈川県	6.8%	
小平市	埼玉県	14.9%		東村山市	10.4%		国分寺市	7.0%	
日野市	八王子市	29.3%		神奈川県	11.1%		埼玉県	6.1%	
東村山市	埼玉県	30.1%		小平市	11.0%		東大和市	6.9%	
国分寺市	小平市	13.4%		埼玉県	12.1%		立川市	6.1%	
国立市	立川市	9.0%		国分寺市	8.9%		神奈川県	8.3%	
福生市	あきる野市	12.3%		青梅市	12.2%		昭島市	11.8%	
狛江市	神奈川県	27.0%		調布市	16.7%		世田谷区	16.3%	
東大和市	立川市	14.2%		武蔵村山市	12.4%		小平市	11.4%	
清瀬市	埼玉県	38.7%		東村山市	10.1%		東久留米市	10.0%	
東久留米市	埼玉県	25.8%		西東京市	12.8%		東村山市	10.5%	
武蔵村山市	立川市	20.0%		東大和市	13.2%		埼玉県	8.5%	
多摩市	神奈川県	25.0%		八王子市	16.9%		町田市	7.2%	
稲城市	神奈川県	35.6%		多摩市	8.5%		八王子市	8.0%	
羽村市	青梅市	24.5%		福生市	10.4%		埼玉県	8.3%	
あきる野市	八王子市	13.6%		青梅市	13.2%		福生市	9.6%	
西東京市	埼玉県	21.7%		練馬区	12.8%		東久留米市	8.3%	
瑞穂町	青梅市	17.6%		埼玉県	16.6%		羽村市	11.2%	
日の出町	あきる野市	43.6%		青梅市	12.5%		八王子市	7.3%	
檜原村	あきる野市	20.3%		日の出町、神奈川県	6.3%		—	—	
奥多摩町	青梅市	42.5%		埼玉県	7.1%		あきる野市	6.1%	

令和 2 (2020) 年の主要な流出先 5 地域（千代田区、中央区、港区、新宿区の都心 4 区と立川市）に対する各区市町村の流出先割合をみると、流出先が都心 4 区では都心 4 区に近い区であるほど高くなっている。武蔵野市や小金井市などでも都心 4 区への流出先割合がやや高くなっており、新宿区や千代田区まで鉄道で繋がっていることが影響していると考えられる。流出先が立川市では、立川市と隣接する昭島市、武蔵村山市等で流出先割合が高くなっている。令和 27 (2045) 年もこれらの傾向はほぼ変わらない見込みとなっている。

また、令和 2 (2020) 年の主要な流入元 5 地域（埼玉県、千葉県、神奈川県、東京都の周辺 3 県と八王子市、立川市の 2 市）に対する各区市町村の流入元割合をみると、流入元が周辺 3 県では、埼玉県に隣接する北側の区及び市、千葉県に隣接する東側の区、神奈川県に隣接する南側の区及び市でそれぞれ流入元割合が高くなっており、郊外にあるニュータウンとアクセスする各鉄道路線が影響していると考えられる。流入元が八王子市や立川市では、それぞれの市に隣接する市で流入元割合が高くなっている。今後令和 27 (2045) 年もこれらの傾向はほぼ変わらない見込みとなっている。

このことから、各区市町村における流出入の傾向は、主に居住地と従業地・通学地を結ぶ交通の利便性が大きく影響しているものと考えられる。（図 12～21）

（以下の図 12～19 は、各区市町村の全体の流出数に対する千代田区等への流出数の割合（流出先割合）及び各区市町村の全体の流入数に対する埼玉県等からの流入数の割合（流入元割合）を示す。）

図 12 各区市町村の流出先割合 — 千代田区 —

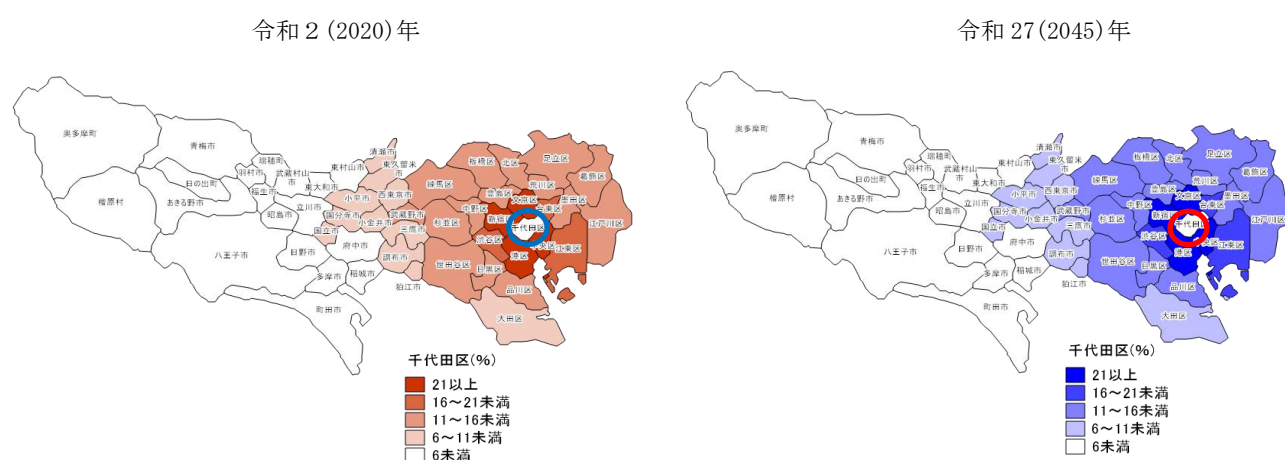


図 13 各区市町村の流出先割合 — 中央区 —

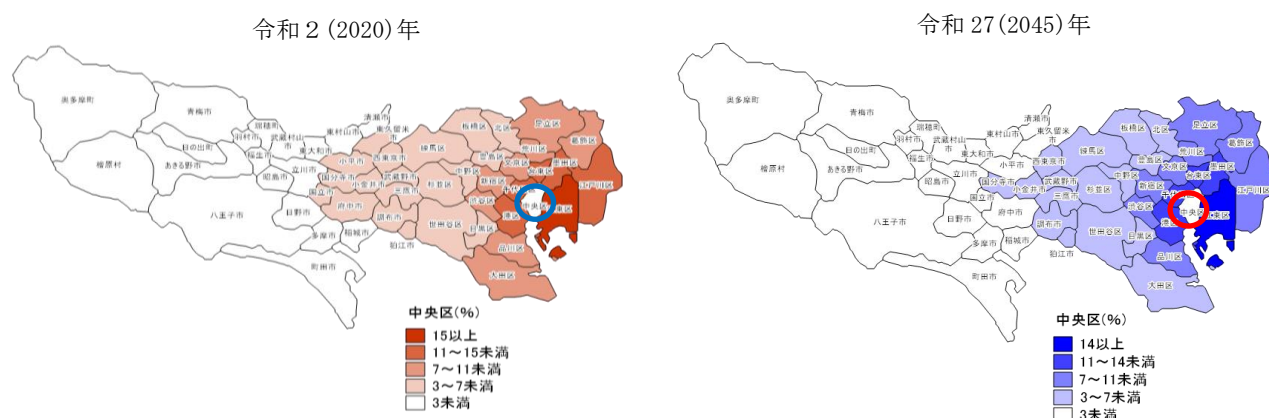


図 14 各区市町村の流出先割合 — 港区 —

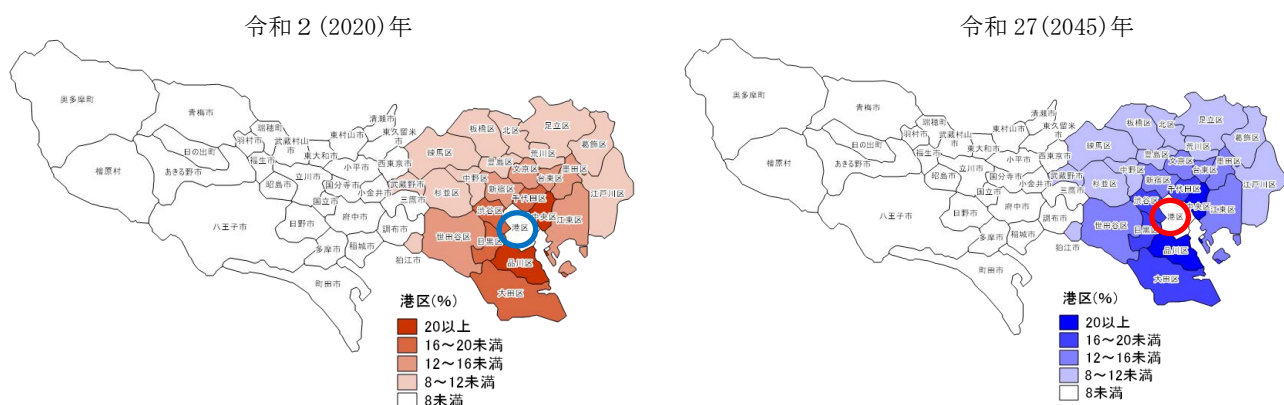


図 15 各区市町村の流出先割合 — 新宿区 —

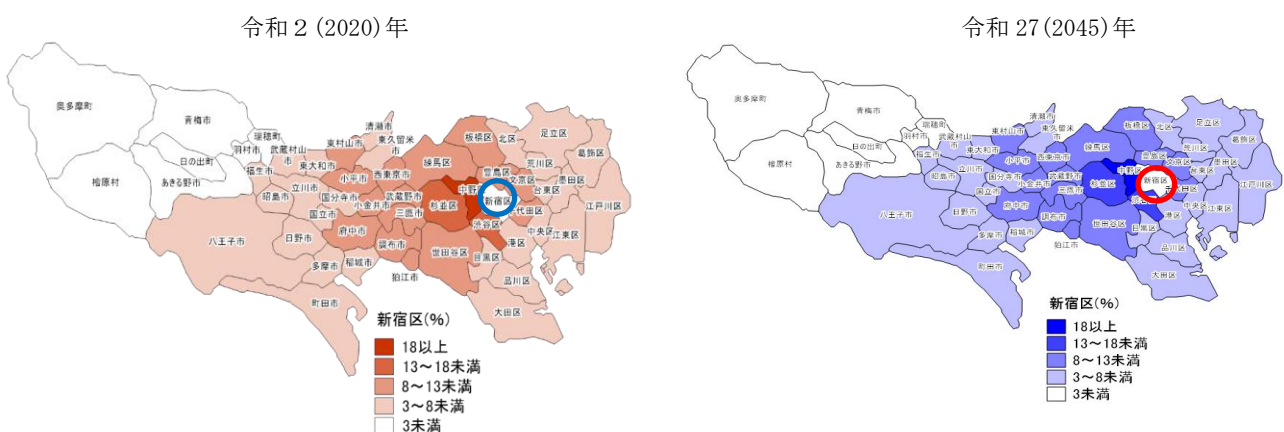


図 16 各区市町村の流出先割合 — 立川市 —

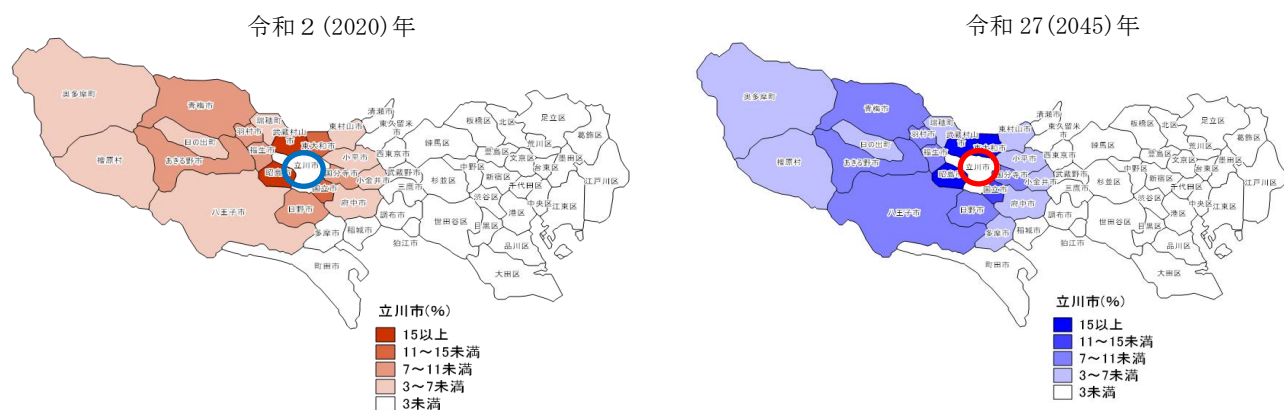


図 17 各区市町村の流入元割合 — 埼玉県 —

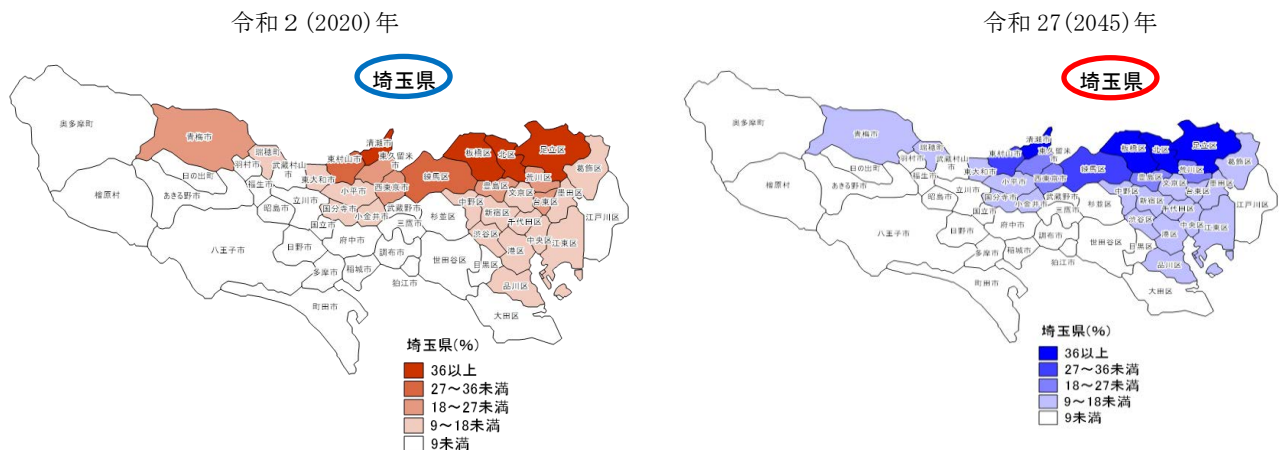


図 18 各区市町村の流入元割合 — 千葉県 —

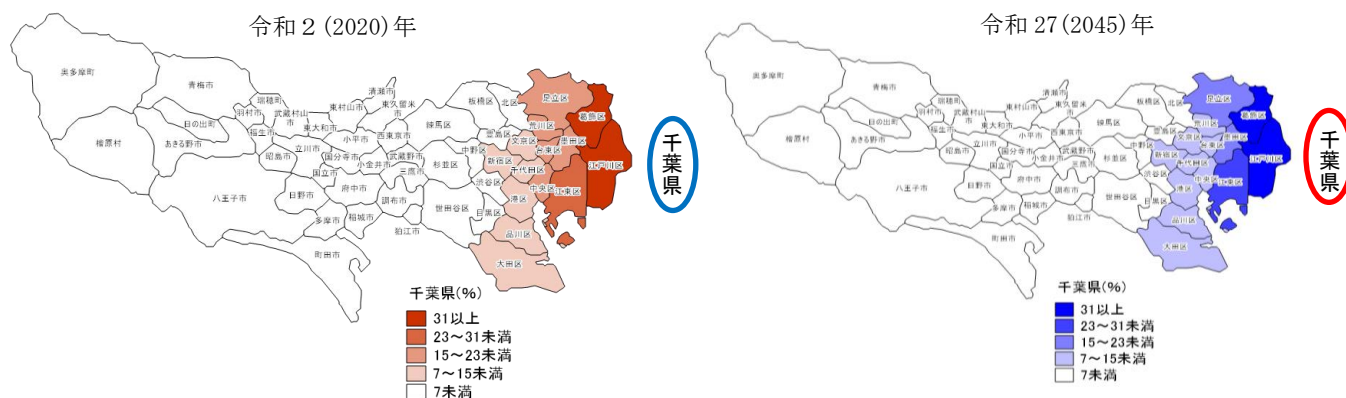


図 19 各区市町村の流入元割合 — 神奈川県 —

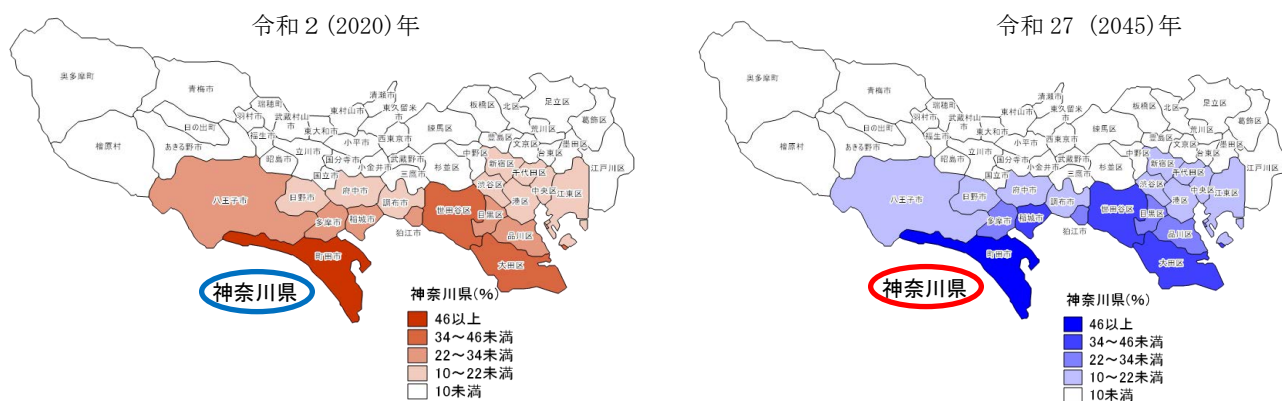


図 20 各区市町村の流入元割合 — 八王子市 —

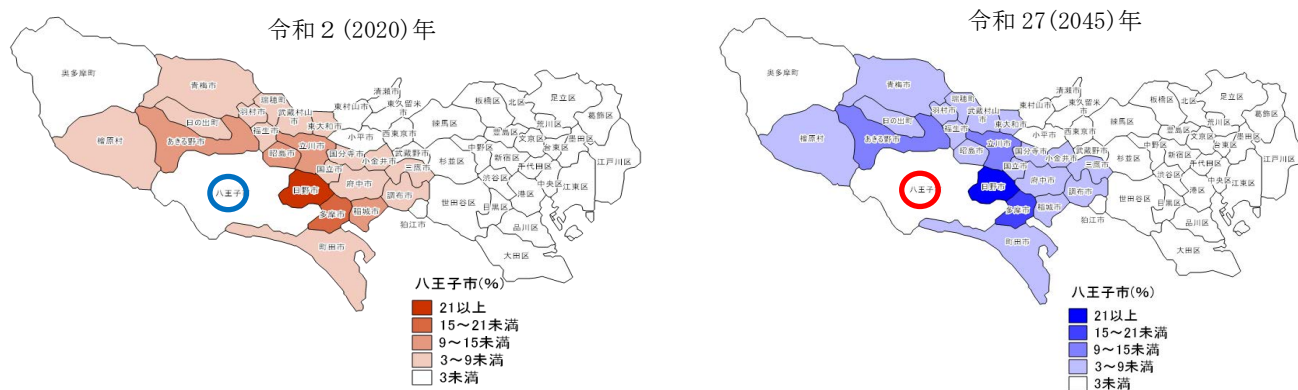


図 21 各区市町村の流入元割合 — 立川市 —

