

レポート第3号(2025.12.23) 人口減少と在留外国人

【本レポートは出入国在留管理庁及び国立社会保障・人口問題研究所、関連自治体等の公表データに基づき作成した】

今回のポイント

外国人数は過去10年間に急増したが、今後、増加数はより拡大する見込み
日本人の人口減少を補うため、就労系の滞在資格者が特に増加している。
ベトナム人を筆頭にアセアン諸国、中国、ネパールからの人数の増加が著しい
自治体により、増加する在留外国人の国籍の傾向が異なっている

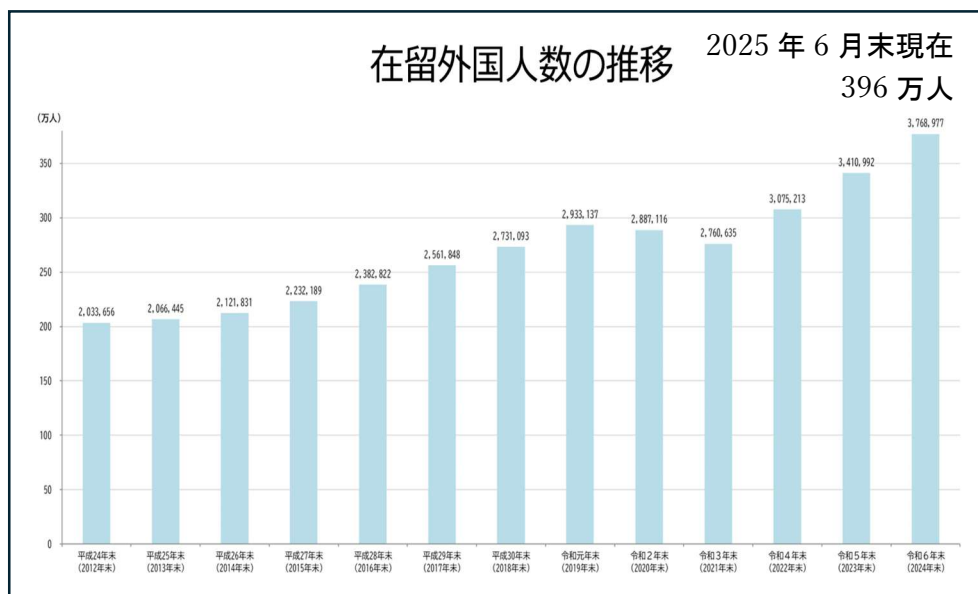
第1 全国レベルでの現状

最初に在留外国人の現状を確認したい。

なお、在留外国人には、滞在3か月間未満の滞在者などは含まない。

- 2025年6月末現在、
在留外国人数は、395万6,619人(前年比18万7,642人、5.0%増)
⇒ 過去最高を更新
※ 総人口の3.2%に相当

在留外国人数の推移について、ここ3~4年の増加は著しく、2012年末から2025年6月末にかけて、人数は203万人から396万人へと概ね倍増した。



◎ 国別の在留外国人数、2014年比の増加人数、構成比は以下のとおり

- ・中国人、ベトナム人、韓国で、全体の5割を占めている。
- ・この10年間で、特にベトナム人、中国人、ネパール人、インドネシア人、ミャンマー人の人数が大きく増加した。

	国名	人数	2014年比	構成比
1	中国	900,738人	+245,961人	22.8%
2	ベトナム	660,483人	+560,618人	16.7%
3	韓国	409,584人	-55,893人	10.4%
4	フィリピン	349,714人	+132,129人	8.8%
5	ネパール	273,229人	+230,883人	6.9%
6	インドネシア	230,689人	+200,479人	5.8%
7	ブラジル	211,229人	+35,819人	5.3%
8	ミャンマー	160,362人	+150,110人	4.1%
9	スリランカ	73,067人	+62,326人	1.8%
10	台湾	71,125人	+30,928人	1.8%

次に年齢階級別の人口データ(2023年)を確認したい。

【単位:千人】

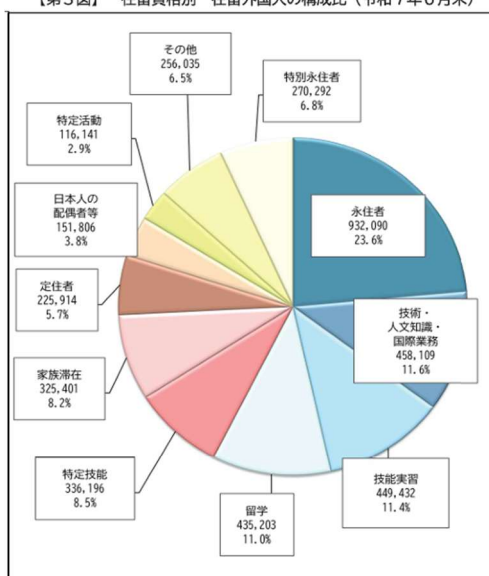
2023年	外国人(男)	外国人(女)	外国人総数	日本人人口	日本人比
総数	1,590	1,568	3,158	121,193	2.6%
19歳以下	188	177	365	19,304	1.9%
20-64歳	1,313	1,273	2,586	65,873	3.9%
65歳以上	88	121	209	36,019	0.6%

上記の表を見ていただくと、2つのことが分かる。

1. 在留外国人の82%は20-64歳である。
これは、同年齢階級の日本人人口の約4%に相当する。
2. いずれの年齢階級も、男女別人口は概ね同数である。

◎ 滞在資格別

【第3図】 在留資格別 在留外国人の構成比（令和7年6月末）



永住者トップ3

1. 中国人	38%
2. フィリピン人	15%
3. ブラジル人	13%
合計	66%

■ 主要滞在資格別の在留外国人数の推移

【単位:千人 括弧内は2015年比】

滞在資格	2015年6月末	2025年6月末
永住者	689	932(135%)
技術・人文知識・国際業務	133	458(344%)
技能実習	181	449(248%)
留学	226	435(192%)
特定技能	—	336(—)
在留外国人数	2,173	3,957(182%)

- ・在留外国人の人数は
2015年6月から2025年6月の10年間で、約1.8倍、178万人の増加
- ・このうち、就労系(技術・人文知識・国際業務、技能実習、特定技能)は
31万人から124万人へ約4倍、93万人の増加。一方、日本人の生産年齢人口は7,580万人から7,034万人へと546万人の減少。
- ・日本人の生産年齢人口の急減が、就労系外国人の大幅増につながっていると考えられる。

第2 地域別の分析

1. 東京都

【特徴】

中国人の比率が高く、ベトナム人の比率は相対的に低い。

【詳細】

- ・全国の在留外国人の 20%が東京都に在住
なお、在留外国人の 21%が神奈川県、千葉県及び埼玉県に在住
⇒ 1 都 3 県で全国の約 4 割を占める
- ・東京都の在留外国人のうち、中国人の割合は 38%(全国平均 23%)
全国の在留中国人の 33%が東京都に在住
なお、在留中国人の 26%が神奈川県、千葉県及び埼玉県に在住
⇒ 1 都 3 県で全国の中国人の約 6 割を占める
- ・東京都の在留外国人のうちベトナム人の割合は 7%(全国平均 17%)
1 都 3 県に在住するベトナム人は全国の約3割にとどまる

単位:人	2014 年	2025 年	増減数(2014 年比)
中国人	162,809	296,977	+134,168(182%)
韓国人	96,215	91,103	-5,112(95%)
ネパール人	10,623	60,471	+49,848(569%)
ベトナム人	9,427	56,357	+46,930(598%)
フィリピン人	28,075	37,482	+9,407(134%)
ミャンマー人	4,998	37,415	+32,417(749%)
台湾人	——	24,334	——
米国人	15,590	22,486	+6,896(144%)
インド人	7,902	19,680	+11,778(249%)
インドネシア人	2,587	15,007	+12,420(580%)
合計	394,410	705,305	+310,895(179%)

2. 福岡県

【特徴】

- ・在留外国人のうち、ベトナム人、ネパール人、フィリピン人、インドネシア人、ミャンマー人が占める割合は、54%を占める。
- ・特にベトナム人、ネパール人、インドネシア人、ミャンマー人の増加率は著しく、10年前から倍増した外国人数増加分の8割をこの4か国の増加数で占める

単位:人	2014 年末	2024 年末	増減数(2014 年比)
ベトナム人	4,044	23,117	+19,073(572%)
中国人	19,734	21,840	+2,106(111%)
ネパール人	4,117	18,753	+14,636(456%)
韓国・朝鮮人	17,252	15,447	-1,805(90%)
フィリピン人	4,111	7,204	+3,093(175%)
インドネシア人	756	6,670	+5,914(882%)
ミャンマー人	101	4,961	+4,860(49倍)
合計	57,696	113,159	+55,463(196%)

3. 群馬県

【特徴】

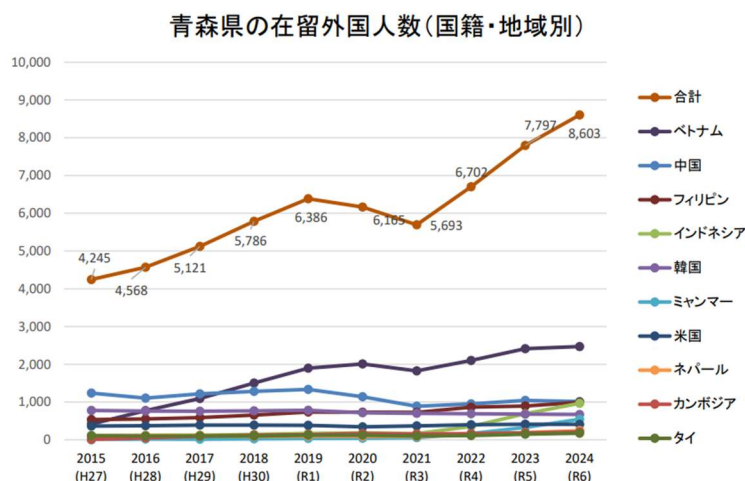
- ・ベトナム人の増加率が著しく、中国人の割合は低い

単位:人	2014 年末	2024 年末	増減数(2014 年比)
ベトナム人	2,946	15,535	+12,589(527%)
ブラジル人	11,137	13,310	+2,173(120%)
フィリピン人	6,028	9,386	+3,358(156%)
中国人	7,528	6,733	-795(89%)
インドネシア人	不明	6,433	急増
ペルー人	4,466	不明	————
合計	32,105	51,397	+19,292(160%)

4. 青森県

【特徴】

- ・ベトナム人、インドネシア人、ミャンマー人、カンボジア人の増加が著しい
- ・この4か国の外国人に占める割合は10年前の13%から49%へと急拡大
- ・この4か国にフィリピン人とタイ人を加えた構成比率は62%を占める
- ・中国人および韓国人は10年前から減少し、構成比率は20%に過ぎない



単位:人	2014年	2024年	増減数(2014年比)
ベトナム人	414	2,471	+2,057(597%)
中国人	1,236	1,010	-226(82%)
フィリピン人	535	993	+458(186%)
インドネシア人	116	967	+851(834%)
韓国人	778	672	-106(86%)
ミャンマー人	2	544	+542(27倍)
米国人	364	410	+46(113%)
カンボジア人	10	209	+199(21倍)
タイ人	110	174	+64(158%)
合計	4,245	8,603	+4,358(203%)

第3 将来推計

国立社会保障・人口問題研究所が 2023 年 4 月に公表した以下のグラフをご覧ください。

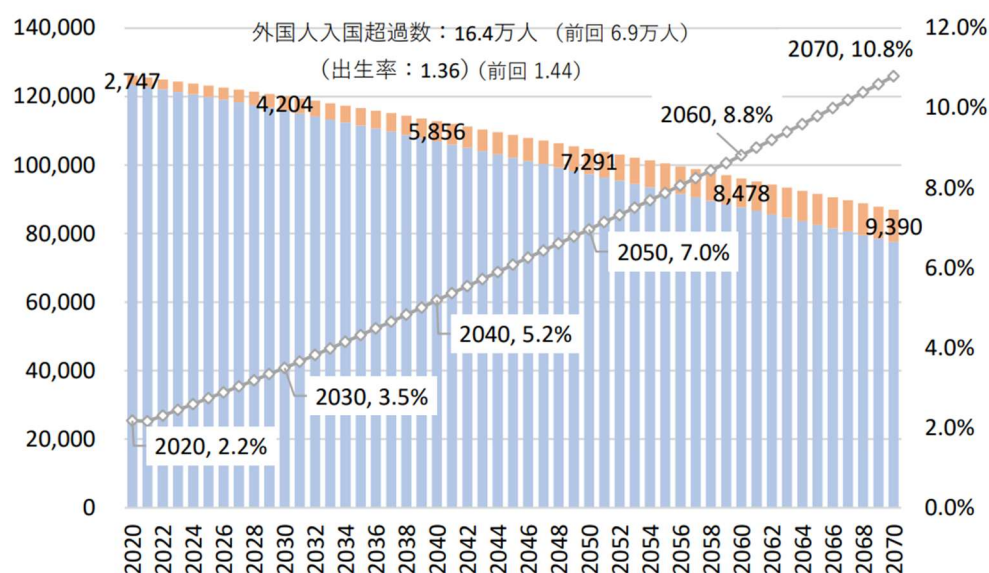
ブルーの縦グラフは日本人の人口、オレンジは外国人の人口、斜めの点線は日本の総人口に占める外国人の割合を示したもの

日本人の人口は急減する一方で、外国人人口は、2020 年の 275 万人から 2070 年には 939 万人へと急増すると推計している。

この結果、2030 年は総人口の 3.5%、2050 年に 7%、2070 年には約 11% に達することになる。つまり、総人口比は 5 年で 1% で増える計算になる。

日本人、外国人人口の推移（日本の将来推計人口（令和 5 年推計））

日本の人口減少は外国人の入国超過数の拡大により若干緩和



出典：国立社会保障・人口問題研究所 是川夕国際関係部長 作成資料

【コメント】

- ・実は、2017 年の推計では、2065 年時点で総人口に占める外国人比率は 4.7%(417 万人)と推計されていたが、2023 年の推計で外国人比率は 2060 年時点で 8.8%に達すると、大幅に上方修正した経緯がある。
- ・最新の実績値(2025 年 6 月時点)で既にその比率が 3.2%に達していることを考慮すれば、今後、再度、大幅な上方修正がある可能性が高いと思われる。
- ・上記推計は全国規模のものであるが、生産年齢人口の急減が進む地域では、2040 年頃に、地域人口の 10%が外国人(ベトナム人やインドネシア人など)になっていても不思議ではない。

第4 まとめ

- ① 在留外国人数は2022年6月(296万人)から2025年6月(396万人)へ3年間で100万人増加した。このペースで進めば、18年後に外国人数は1000万人に達し、総人口の9%を占めることになる。
- ② 特に、生産年齢人口の急減が進む地域では、ベトナムを始めアセアン出身の外国人は重要な労働力として急増すると思われる。10年～15年後には地域人口の10%を外国人が占める地域が多く出現するのではないか。
- ③ 生活習慣も文化も異なる外国人の急増は、社会に大きな負のインパクトを及ぼすことは間違いない。しかし、生産年齢人口の急減が進む日本にとって外国人労働力の急増は不可欠と思える。
- ④ いずれにせよ、アセアン出身を筆頭に在留外国人を対象とした市場は今後、大きく拡大するのではないか。私は確信しています。

予告：レポート第4号(時期未定) インバウンド市場

次回のポイント

- ・人口減少に伴う市場の縮小を補完するため、インバウンド市場の拡大が重要
- ・2025年もインバウンド数の最高値を更新することは確実

政府から2025年の統計データが公表された後、速やかに現状と課題について、レポートします。