

高齢化の状況

表 1 高齢化の推移及び将来推計

・本県は、平成13年に全国平均より6年早く超高齢社会（高齢化率21%超）を迎えていた。
 ・令和7年の高齢化率は34.4%（前年より0.4ポイント増加）で、約3人に1人が高齢者となっている。

(各年10月1日現在、単位：千人、%)

年 次	全 国					宮 崎 県				
	総人口	65歳以上人口	高齢化率	75歳以上人口	後期高齢化率	総人口	65歳以上人口	高齢化率	75歳以上人口	後期高齢化率
1965年 (S40)	99,209	6,236	6.3	1,894	1.9	1,081	77	△ 7.1	24	2.2
1970年 (S45)	104,665	7,393	△ 7.1	2,237	2.1	1,051	89	8.4	28	2.7
1975年 (S50)	111,940	8,865	7.9	2,841	2.5	1,085	103	9.5	35	3.3
1980年 (S55)	117,060	10,647	9.1	3,660	3.1	1,152	121	10.5	44	3.8
1985年 (S60)	121,049	12,468	10.3	4,712	3.9	1,176	141	12.0	54	4.6
1990年 (H 2)	123,611	14,895	12.0	5,973	4.8	1,169	167	○ 14.2	67	5.7
1995年 (H 7)	125,570	18,261	14.5	7,170	5.7	1,176	204	17.4	81	6.9
2000年 (H12)	126,926	22,005	17.3	8,999	7.1	1,170	242	20.7	101	8.7
2005年 (H17)	127,768	25,672	20.1	11,602	9.1	1,153	271	23.5	131	11.3
2006年 (H18)	127,770	26,604	20.8	12,166	9.5	1,148	276	24.1	136	11.9
2007年 (H19)	127,771	27,464	○ 21.5	12,703	9.9	1,143	282	24.7	142	12.4
2008年 (H20)	127,710	28,220	22.1	13,220	10.4	1,136	286	25.1	147	13.0
2009年 (H21)	127,510	29,005	22.7	13,710	10.8	1,132	290	25.6	152	13.4
2010年 (H22)	128,057	29,246	23.0	14,072	11.1	1,135	291	25.8	157	13.9
2011年 (H23)	127,799	29,752	23.3	14,708	11.5	1,131	291	25.9	160	14.2
2012年 (H24)	127,515	30,793	24.1	15,193	11.9	1,126	299	26.7	164	14.7
2013年 (H25)	127,295	31,988	25.1	15,626	12.3	1,121	308	27.6	167	14.9
2014年 (H26)	127,083	33,000	26.0	15,917	12.5	1,115	317	28.6	169	15.2
2015年 (H27)	127,095	33,790	26.6	16,271	12.8	1,104	325	29.4	170	15.4
2016年 (H28)	126,933	34,591	27.3	16,908	13.3	1,096	329	30.3	173	15.9
2017年 (H29)	126,706	35,152	27.7	17,482	13.8	1,088	335	31.0	175	16.2
2018年 (H30)	126,443	35,578	28.1	17,975	14.2	1,080	339	31.7	176	16.5
2019年 (R 1)	126,167	35,885	28.4	18,490	14.7	1,072	343	32.2	178	16.8
2020年 (R 2)	126,146	36,027	28.6	18,602	14.7	1,070	349	32.6	179	16.8
2021年 (R 3)	125,502	36,214	28.9	18,674	14.9	1,061	351	33.1	178	16.8
2022年 (R 4)	124,947	36,236	29.0	19,364	15.5	1,052	352	33.5	182	17.3
2023年 (R 5)	124,352	36,227	29.1	20,078	16.1	1,041	351	33.7	188	18.1
2024年 (R 6)	123,802	36,243	29.3	20,777	16.8	1,030	351	34.0	194	18.8
2025年 (R 7)	12,321 万人	3,621 万人	29.4	2,126 万人	17.3	1,017	349	34.4	197	19.4
2030年 (R12)	120,116	36,962	30.8	22,613	18.8	979	352	35.9	218	22.3
2035年 (R17)	116,639	37,732	32.3	22,384	19.2	934	343	36.7	222	23.7
2040年 (R22)	112,837	39,285	34.8	22,275	19.7	889	342	38.5	216	24.3
2045年 (R27)	108,801	39,451	36.3	22,772	20.9	843	336	39.9	205	24.3
2050年 (R32)	104,686	38,878	37.1	24,332	23.2	797	325	40.8	204	25.6

(注1) 全国推計は、令和7年までは、「国勢調査」及び「人口推計」（令和7年は概算値のため、万人単位で表示）
 令和12年以降は、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（令和5年推計）」

県推計は、令和7年までは、「国勢調査」及び宮崎県統計調査課「現住人口調査」
 令和12年以降は、国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口（令和5年推計）」

(注2) 平成22年～令和7年の総数には年齢不詳者を含む。

人口割合については、平成27年及び令和2年以降は不詳補完値による。それ以外の年は、年齢不詳を除いて算出している。
 △は「高齢化社会（7%超）」に、○は「高齢社会（14%超）」に到達した年、◎は「超高齢社会（21%超）」に到達した年を表す。

表 2 市町村別高齢化状況

- ・高齢化率は、26市町村全てで21%（超高齢社会）を超える。
- ・本県では平成28年に高齢化率が30%を超え、令和7年現在で26市町村全てで30%を超える。
- ・本県で最も高齢化率の高い市町村は美郷町（54.8%）、最も低い市町村は宮崎市（30.1%）となっている。
- ・後期高齢化率が20%を超える（5人に1人が後期高齢者）のは6市14町村となっている。

市町村	総数	65歳以上人口		75歳以上人口		65歳以上人口割合の推移									
		実数	高齢化率	実数	後期高齢化率	R6	R5	R4	R3	R2	R1	H30	H29	H28	H27
宮崎市	391,237	117,780	30.1	65,954	16.9	29.7	29.4	29.1	28.8	28.3	28.0	27.5	26.9	26.2	25.4
都城市	159,014	51,249	32.2	28,423	17.9	32.2	32.4	32.3	32.1	31.7	31.3	30.8	30.3	29.7	28.9
延岡市	109,368	39,770	36.4	22,924	21.0	36.1	35.8	35.6	35.2	34.7	34.1	33.6	32.9	32.1	31.1
日南市	46,045	18,972	41.2	10,993	23.9	40.7	40.3	39.8	39.4	38.6	38.1	37.4	36.5	35.8	34.9
小林市	40,223	16,108	40.1	9,304	23.1	39.6	39.0	38.5	37.9	37.2	36.8	36.2	35.4	34.5	33.7
日向市	56,030	19,582	35.0	11,073	19.8	34.7	34.2	33.9	33.5	32.7	32.5	31.7	30.9	30.0	29.1
串間市	14,657	6,977	47.6	3,939	26.9	46.8	45.5	44.8	44.2	43.1	42.2	41.1	40.7	39.7	38.7
西都市	26,740	10,707	40.0	6,198	23.2	40.0	39.5	39.4	39.1	38.3	37.3	36.6	35.8	34.9	34.0
えびの市	15,542	7,085	45.6	3,978	25.6	44.9	44.2	43.5	43.3	42.5	42.0	41.0	40.3	39.2	37.9
三股町	25,032	7,674	30.7	4,177	16.7	30.2	29.7	29.4	28.8	28.4	27.8	27.2	26.7	26.3	25.6
高原町	7,740	3,538	45.7	1,960	25.3	45.1	44.0	43.2	42.8	42.1	41.2	39.9	39.1	38.1	37.2
国富町	17,356	6,957	40.1	3,845	22.2	39.6	39.3	38.8	38.1	37.3	36.8	36.3	35.3	34.0	32.9
綾町	6,473	2,541	39.3	1,460	22.6	39.2	38.9	38.2	38.0	36.8	35.7	34.9	34.2	33.2	32.3
高鍋町	18,819	6,398	34.0	3,665	19.5	33.9	33.7	33.5	33.1	32.7	32.3	32.0	31.2	30.4	29.4
新富町	15,709	5,272	33.6	2,973	18.9	33.2	32.7	32.3	32.1	31.7	31.2	30.6	29.9	28.8	27.6
西米良村	880	366	41.6	239	27.2	43.1	42.4	42.4	43.7	43.7	43.0	43.0	43.2	42.6	42.8
木城町	4,458	1,739	39.0	1,017	22.8	39.2	38.8	38.5	37.9	37.2	36.3	35.7	35.0	34.5	33.4
川南町	14,012	5,358	38.2	3,053	21.8	37.8	37.2	36.9	36.4	35.7	35.3	34.6	33.7	32.7	31.5
都農町	9,297	3,733	40.2	2,140	23.0	40.2	40.0	39.7	39.4	38.8	38.2	37.2	36.6	35.6	34.7
門川町	16,371	5,920	36.2	3,354	20.5	35.8	35.7	35.1	34.8	34.3	33.6	32.9	32.0	31.2	30.3
諸塙村	1,252	629	50.2	380	30.4	49.4	49.1	48.0	47.0	45.7	45.0	44.3	43.2	41.2	40.6
椎葉村	2,138	1,062	49.7	607	28.4	49.0	47.8	46.8	46.2	45.6	44.7	43.7	43.1	42.1	41.3
美郷町	4,084	2,237	54.8	1,319	32.3	54.2	53.1	52.5	52.2	51.6	51.8	51.1	49.9	48.9	48.0
高千穂町	10,332	4,867	47.1	2,749	26.6	46.4	45.7	45.0	44.2	43.1	42.4	41.2	40.2	39.4	38.8
日之影町	3,102	1,535	49.5	845	27.2	48.8	48.2	47.2	46.7	45.6	45.6	44.8	44.4	43.3	42.7
五ヶ瀬町	2,948	1,380	46.8	785	26.6	46.0	45.8	45.2	44.3	42.9	42.9	41.7	40.2	39.0	37.6
県計	1,017,134	349,414	34.4	197,333	19.4	34.0	33.7	33.5	33.1	32.6	32.2	31.7	31.0	30.3	29.4

(注) 総数には年齢不詳者を含む。

人口割合については、平成27年及び令和2年以降は不詳補完値による。それ以外の年は、年齢不詳を除いて算出している。

県計は、社会動態で県外のみを推計要素としているので、市町村の積み上げ人口には一致しない。

資料：総務省統計局「国勢調査」及び宮崎県統計調査課「現住人口調査」（各年10月1日現在）

表3 県内年齢3区分別人口・構成割合の推移

- ・平成8年に、老人人口の割合が年少人口の割合を上回った。
- ・平成2年からは、生産年齢人口の割合が減少し始めた。

(令和7年10月1日現在、単位：人、%)

年次	総 数	年少人口 (0~14歳)		生産年齢人口 (15~64歳)		老人人口 (65歳以上)	
		実 数	構成割合	実 数	構成割合	実 数	構成割合
昭和50年	1,085,055	265,987	24.5	716,077	66.0	102,923	9.5
55年	1,151,587	273,766	23.8	757,074	65.7	120,638	10.5
60年	1,175,543	270,084	23.0	764,617	65.0	140,747	12.0
平成2年	1,168,907	239,738	20.5	761,368	65.1	166,539	14.2
7年	1,175,819	210,806	17.9	760,751	64.7	204,222	17.4
8年	1,177,407	206,550	17.5	758,912	64.5	211,907	18.0
9年	1,176,394	201,692	17.1	755,123	64.2	219,543	18.7
10年	1,175,535	197,260	16.8	750,741	63.9	227,501	19.4
11年	1,175,006	192,677	16.4	748,183	63.7	234,115	19.9
12年	1,170,007	187,431	16.0	740,401	63.3	241,754	20.7
13年	1,167,904	183,492	15.7	735,717	63.0	248,278	21.3
14年	1,165,763	179,768	15.4	730,279	62.6	255,313	21.9
15年	1,163,489	176,359	15.2	726,069	62.4	260,666	22.4
16年	1,160,847	173,278	14.9	722,230	62.2	264,956	22.8
17年	1,153,042	169,075	14.7	712,527	61.8	270,586	23.5
18年	1,148,220	166,997	14.5	703,936	61.3	276,452	24.1
19年	1,142,636	164,895	14.4	695,019	60.8	281,901	24.7
20年	1,136,288	163,164	14.4	686,666	60.4	285,643	25.1
21年	1,132,025	161,151	14.2	680,397	60.1	289,674	25.6
22年	1,135,233	158,588	14.0	680,854	60.2	291,301	25.8
23年	1,130,912	157,350	14.0	677,858	60.2	291,216	25.9
24年	1,125,909	155,735	13.9	666,791	59.5	298,893	26.7
25年	1,120,650	154,537	13.8	653,520	58.6	308,106	27.6
26年	1,114,775	153,228	13.8	639,644	57.6	317,416	28.6
27年	1,104,069	150,081	13.6	629,132	57.0	324,856	29.4
28年	1,095,863	147,621	13.6	609,874	56.1	329,430	30.3
29年	1,088,044	145,782	13.5	598,301	55.4	335,026	31.0
30年	1,079,727	144,234	13.5	587,495	54.9	339,069	31.7
令和元年	1,071,723	142,279	13.4	577,829	54.4	342,690	32.2
2年	1,069,576	140,291	13.1	580,412	54.3	348,873	32.6
3年	1,061,016	138,200	13.0	571,330	53.9	351,486	33.1
4年	1,051,518	135,602	12.9	564,073	53.6	351,843	33.5
5年	1,040,711	132,397	12.7	557,232	53.5	351,082	33.7
6年	1,030,361	129,112	12.5	550,492	53.4	350,757	34.0
7年	1,017,134	124,871	12.3	542,849	53.4	349,414	34.4

(注) 平成22年～令和7年の総数には年齢不詳者を含む。

人口割合については、平成27年及び令和2年以降は不詳補完値による。それ以外の年は年齢不詳を除いて算出している。

資料：総務省統計局「国勢調査」及び宮崎県統計調査課「現住人口調査」（各年10月1日現在）

表 4 都道府県別高齢化状況

- ・本県の高齢化率は、全国で14番目に高い。
- ・最も高齢化率が高いのは秋田県の37.5%、最も低いのは沖縄県の22.6%となっている。
- ・3大都市圏に比べ、地方都市圏は高齢化が速く進行している傾向にある。

(令和2年10月1日現在、単位：人、%)

		総人口	65歳以上人口		うち75歳以上人口	
			実数	高齢化率及び順位	実数	後期高齢化率
1	北海道	5,224,614	1,679,288	32.1 18	855,525	16.4
2	青森県	1,237,984	417,815	33.7 7	212,430	17.2
3	岩手県	1,210,534	407,015	33.6 8	215,325	17.8
4	宮城県	2,301,996	647,640	28.1 38	323,069	14.0
5	秋田県	959,502	359,687	37.5 1	190,577	19.9
6	山形県	1,068,027	361,178	33.8 6	191,247	17.9
7	福島県	1,833,152	580,272	31.7 22	294,110	16.0
8	茨城県	2,867,009	850,733	29.7 33	419,883	14.6
9	栃木県	1,933,146	562,216	29.1 37	271,135	14.0
10	群馬県	1,939,110	584,738	30.2 29	296,030	15.3
11	埼玉県	7,344,765	1,983,776	27.0 42	994,346	13.5
12	千葉県	6,284,480	1,733,870	27.6 41	877,070	14.0
13	東京都	14,047,594	3,194,751	22.7 46	1,694,374	12.1
14	神奈川県	9,237,337	2,360,820	25.6 44	1,231,264	13.3
15	新潟県	2,201,272	721,278	32.8 13	374,715	17.0
16	富山县	1,034,814	336,851	32.6 15	175,988	17.0
17	石川県	1,132,526	337,171	29.8 32	171,629	15.2
18	福井県	766,863	234,933	30.6 25	122,409	16.0
19	山梨県	809,974	249,808	30.8 24	130,512	16.1
20	長野県	2,048,011	654,562	32.0 19	355,620	17.4
21	岐阜県	1,978,742	602,366	30.4 27	311,575	15.7
22	静岡県	3,633,202	1,092,750	30.1 30	565,855	15.6
23	愛知県	7,542,415	1,907,392	25.3 45	980,549	13.0
24	三重県	1,770,254	529,549	29.9 31	277,116	15.7
25	滋賀県	1,413,610	371,668	26.3 43	185,733	13.1
26	京都府	2,578,087	756,404	29.3 35	396,746	15.4
27	大阪府	8,837,685	2,441,984	27.6 40	1,288,066	14.6
28	兵庫県	5,465,002	1,601,399	29.3 36	830,641	15.2
29	奈良県	1,324,473	420,123	31.7 21	217,575	16.4
30	和歌山县	922,584	307,774	33.4 9	163,666	17.7
31	鳥取県	553,407	178,577	32.3 17	93,063	16.8
32	島根県	671,126	229,554	34.2 4	123,304	18.4
33	岡山県	1,888,432	572,890	30.3 28	304,008	16.1
34	広島県	2,799,702	823,098	29.4 34	427,412	15.3
35	山口県	1,342,059	464,633	34.6 3	245,347	18.3
36	徳島県	719,559	245,983	34.2 5	126,194	17.5
37	香川県	950,244	302,018	31.8 20	155,751	16.4
38	愛媛県	1,334,841	443,190	33.2 11	230,706	17.3
39	高知県	691,527	245,359	35.5 2	131,410	19.0
40	福岡県	5,135,214	1,432,779	27.9 39	716,869	14.0
41	佐賀県	811,442	248,571	30.6 26	126,306	15.6
42	長崎県	1,312,317	433,018	33.0 12	221,180	16.9
43	熊本県	1,738,301	546,232	31.4 23	284,952	16.4
44	大分県	1,123,852	373,886	33.3 10	195,435	17.4
45	宮崎県	1,069,576	348,873	32.6 14	179,425	16.8
46	鹿児島県	1,588,256	516,756	32.5 16	267,404	16.8
47	沖縄県	1,467,480	331,404	22.6 47	158,262	10.8

全 国	126,146,099	36,026,632	28.6	18,601,808	14.7
-----	-------------	------------	------	------------	------

資料：「国勢調査」

参考 市町村別高齢化状況（順列）

(令和7年10月1日現在、単位：人、%)

高齢化率順位	市町村	総 数	65歳以上人口		75歳以上人口	
			実数	高齢化率	実数	後期高齢化率
1	美郷町	4,084	2,237	54.8	1,319	32.3
2	諸塙村	1,252	629	50.2	380	30.4
3	椎葉村	2,138	1,062	49.7	607	28.4
4	日之影町	3,102	1,535	49.5	845	27.2
5	串間市	14,657	6,977	47.6	3,939	26.9
6	高千穂町	10,332	4,867	47.1	2,749	26.6
7	五ヶ瀬町	2,948	1,380	46.8	785	26.6
8	高原町	7,740	3,538	45.7	1,960	25.3
9	えびの市	15,542	7,085	45.6	3,978	25.6
10	西米良村	880	366	41.6	239	27.2
11	日南市	46,045	18,972	41.2	10,993	23.9
12	都農町	9,297	3,733	40.2	2,140	23.0
13	国富町	17,356	6,957	40.1	3,845	22.2
14	小林市	40,223	16,108	40.1	9,304	23.1
15	西都市	26,740	10,707	40.0	6,198	23.2
16	綾町	6,473	2,541	39.3	1,460	22.6
17	木城町	4,458	1,739	39.0	1,017	22.8
18	川南町	14,012	5,358	38.2	3,053	21.8
19	延岡市	109,368	39,770	36.4	22,924	21.0
20	門川町	16,371	5,920	36.2	3,354	20.5
21	日向市	56,030	19,582	35.0	11,073	19.8
22	高鍋町	18,819	6,398	34.0	3,665	19.5
23	新富町	15,709	5,272	33.6	2,973	18.9
24	都城市	159,014	51,249	32.2	28,423	17.9
25	三股町	25,032	7,674	30.7	4,177	16.7
26	宮崎市	391,237	117,780	30.1	65,954	16.9
県計		1,017,134	349,414	34.4	197,333	19.4

資料：宮崎県統計調査課「現住人口調査」

高齢化率が同じ市町村については、小数点第2位以下の数値で順位づけしている。