

2023年3月31日 全12頁

コロナ禍における人口移動動向

コロナ禍を経て、若年層の東京都一極集中は変化したか

コンサルティング営業部 コンサルタント 渡邊 吾有子

[要約]

- コロナ禍直後の2020年には東京都への転入超過者数が前年比で大幅に減少し、東京一極集中の是正が期待されたものの、現在では再び東京都への人々の転入増の動きに戻っている。
- 人々の移動の大局は、ボリューム層である20歳代の動向で説明ができる。
- コロナ禍直後、東京都の景況感が他の地域に対し相対的に悪化したことを受けて転入者数が減少した。コロナ禍の経済活動への影響が和らぐと、東京都の景況感も回復し、転入者数は再び増加傾向に転じた。
- コロナ禍において東京都の転出者数が増加したことの背景には、テレワークの普及が挙げられる。ただし、テレワーク利用者であっても転居が可能な世帯は限定的であると考えられ、既にテレワークを契機とした転出の動きは一服したと推測される。
- 今後の動きとしては、東京都において転出超過に転じた30歳代以降の年齢層の動向に注目したい。

1. コロナ禍前後の人々の移動動向

コロナ禍以降、人々の移動が極端に制限された2020年4~5月を経て、生活様式や働き方が大きく変化した。住環境に求めるニーズも大きく変容し、人口密度の高い地域を避ける動きや、在宅勤務の普及による居住地選択の条件の変化などが各種マスメディアでも取り上げられたのは記憶に新しい。

こうした社会変容を受け、2020年には東京都への転入超過者数が前年比で大幅に減少し、コロナ禍以前まで続いてきた東京一極集中の是正が期待されてきた。しかし、近時動向を見るに、人々の東京回避の動きはコロナ禍特有の動きであり、コロナ禍の人々の移動への影響が小さくなりつつある今、再び東京一極集中に回帰していくとの予測が、様々な報道・レポートで確認さ

れている。本稿では、コロナ禍における東京を取り巻く移動の中心となったのはどのような人々であったのかを明らかにするとともに、その変動要因を探る。

(1) 東京一極集中是正への期待は薄れている

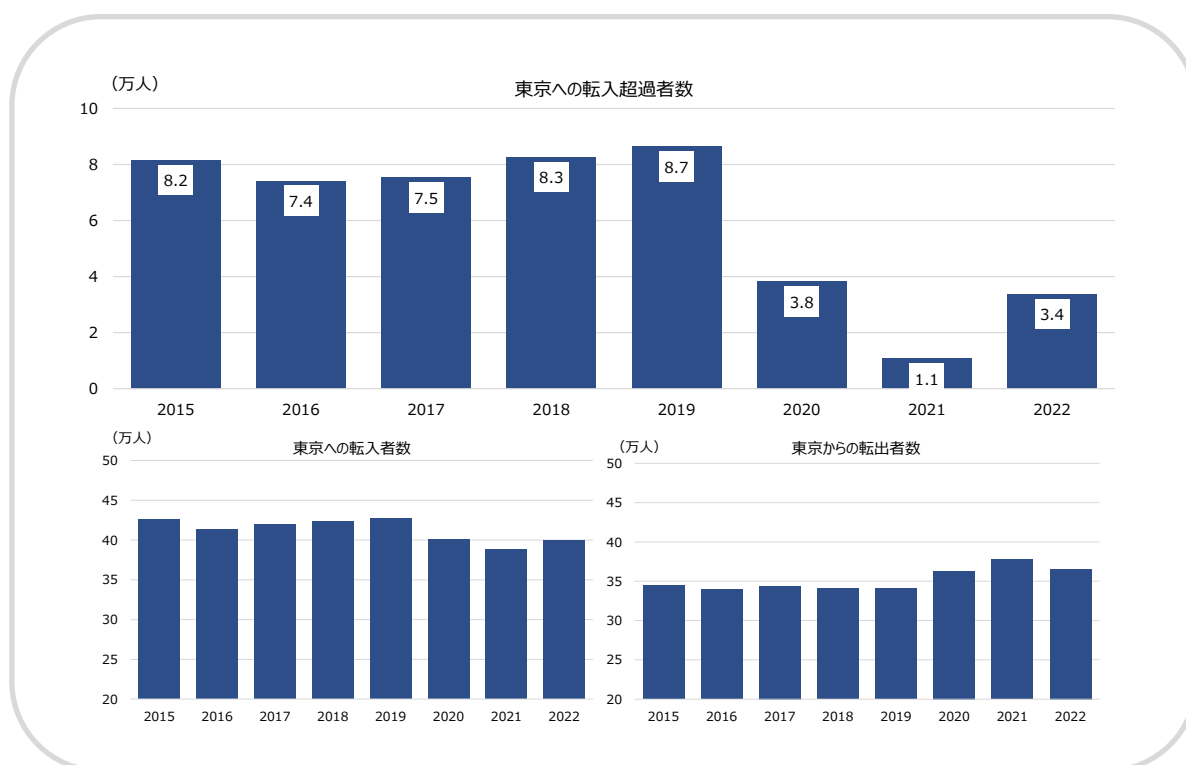
コロナ禍以前から現在にかけての東京都への人々の転出入の動向を整理する（図表 1）。コロナ禍以前の 2019 年までは 7~9 万人規模で推移していた東京都への転入超過者数は、コロナ禍に入ると 2020 年に前年比約 60%減の 3.8 万人まで減少した。2021 年にも減少傾向は続き、転入超過者数は 1 万人程度と分析期間中の最少人数を記録している。

また、転入者数と転出者数に分けて確認すると、2020 年~2021 年にかけての転入超過者数の減少は、「転入者数の減少」と「転出者数の増加」の両方の側面から生じていたことが分かる。

しかし、2022 年には、転入者数は増加に、転出者数は減少に転じた。その結果、コロナ禍以前の水準には達しないものの、2020 年からの 3 年間の推移で見れば転入超過者数は V 字回復の様相を呈している。

このような動向を受け、一時期高まっていた東京一極集中の是正への期待は薄れ、今後は再び東京一極集中の傾向へ回帰していくとの見方が強まっている。

（図表 1） 東京都の転入超過者数・転入者数・転出者数



（注）日本人のみのデータ。以下、図表 7 まで同じ

（出所）総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

(2) コロナ禍中の「東京回避」も首都圏内で完結していた

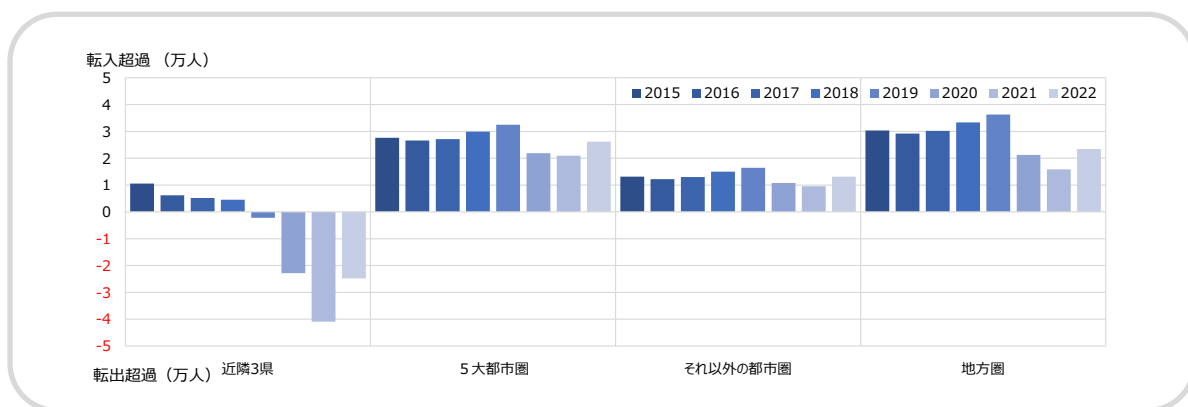
コロナ禍直後の「東京回避」の動きを受け、一部では地方への人口分散の期待もされていた。しかし、東京都-他地域間の転出入のデータを見ると、コロナ禍による地方移住促進の影響は、あまり大きくはなかった。

図表 2～4 は東京都の転入超過・転入・転出の推移を、他の地域間との移動で確認したものである。ここでは、全国の都道府県を、近隣 3 県（埼玉県・千葉県・神奈川県）、首都圏を除く 5 大都市圏を含む道府県（北海道、福岡県、兵庫県、京都府、大阪府、愛知県）、その他の都市圏（宮城県、広島県、新潟県、静岡県、熊本県、岡山県）、地方圏（それ以外の県）に区分した。

地域圏別の転入超過者数の推移を確認すると、東京都から近隣 3 県への転出超過が特に目立つ。ただし、早くも 2022 年には転出超過者数は減少している。近隣 3 県以外の地域圏では、コロナ禍に入り転入超過者数が減少し始めたものの、2022 年には再び増加している。近隣 3 県への転出超過は続いているものの、総じてコロナ禍前の状態に戻りつつあるのが現状である。

このような近隣 3 県の東京都への人口移動における影響の大きさは、その内訳である転入者数・転出者数からも見られる。

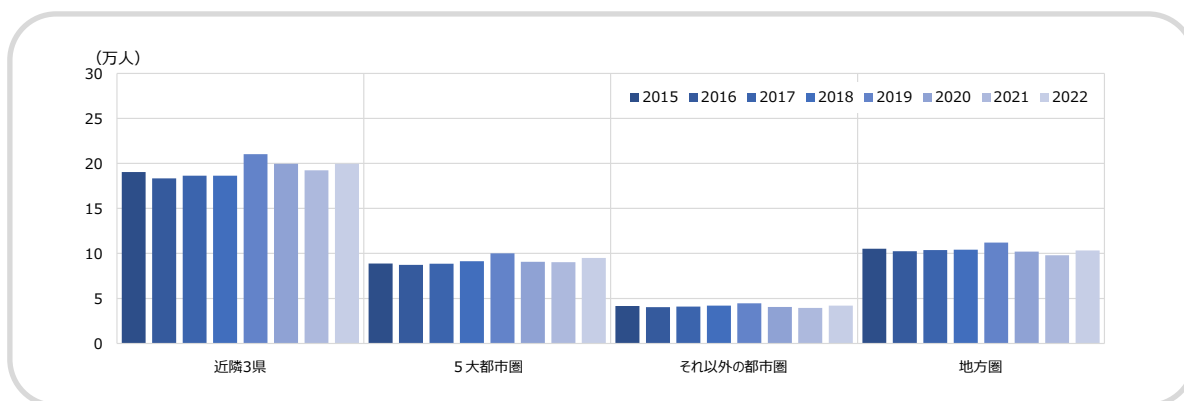
(図表 2) 地域別 東京都への転入超過者数



出所：総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

図表 3 は、東京都に転入してきた人々の元の居住地を示している。いずれの地域圏も 2020 年から 2021 年にかけて減少し、2022 年に回復している点は共通しているが、この動きは近隣 3 県において特に明確である。

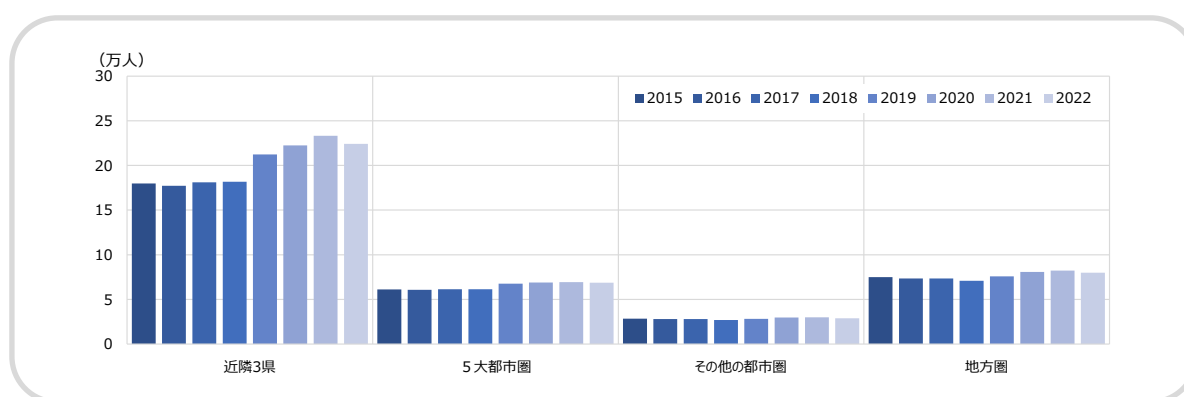
(図表 3) 地域別 東京都への転入者数



出所：総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

また、図表 4 で東京都から転出した人々の行き先を確認すると、コロナ禍に入り、近隣 3 県への転出者の増加が著しいものの、2022 年には減少に転じた。他の地域圏への転出についてもコロナ禍に入り軽微な増加は見られるものの、やはり 2022 年には減少に転じており、東京都からの転出者数に大きな影響を与える水準ではない。

(図表 4) 地域別 東京都からの転出者数



出所：総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

コロナ禍直後には、東京からの地方移住が注目されることもあったが、実際には転入および転出の双方で人の移動の中心は首都圏内でのものであり、他の地域圏との間の移動はコロナ禍に入っても相対的に小さい状況は変わっていない。

2. 年齢別の移動者数推移

(1) 東京の転出入の動向は 20 歳代が形成している

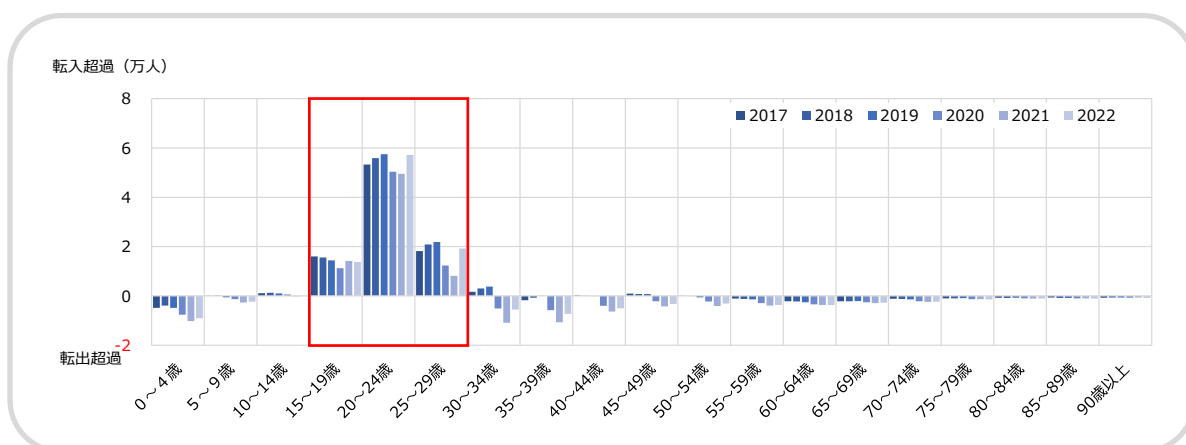
転入超過者数の 2017 年から 2022 年までの動向を年齢別確認すると、全体の動向に特に大き

な影響を与えているのは「20～24歳」である（図表5）。また、「20～24歳」ほどの規模ではないものの「25～29歳」「15～19歳」も目立つ。就職や進学タイミングと重なるこれらの年齢層が、東京都への主たる転入超過の動向を形成していると読み取れる。

「20～24歳」「25～29歳」（以降、20歳代）の転入超過者数は、2020年から2021年にかけて減少した後、2022年に増加に転じた。この動きは、図表1で確認した全体の動きにも一致している。2022年時点の転入超過者数はコロナ禍前の2019年の水準にほぼ回復している。

また、「15～19歳」（以降、10代後半）は、2020年に減少が見られたものの、2021年以降はコロナ禍前とほぼ同じ水準で推移しており、この年代についてはコロナ禍による県境をまたいだ移動への影響は大きくなかったものと考えられる。

（図表5）年齢層別 東京都の転入超過者数（年間）



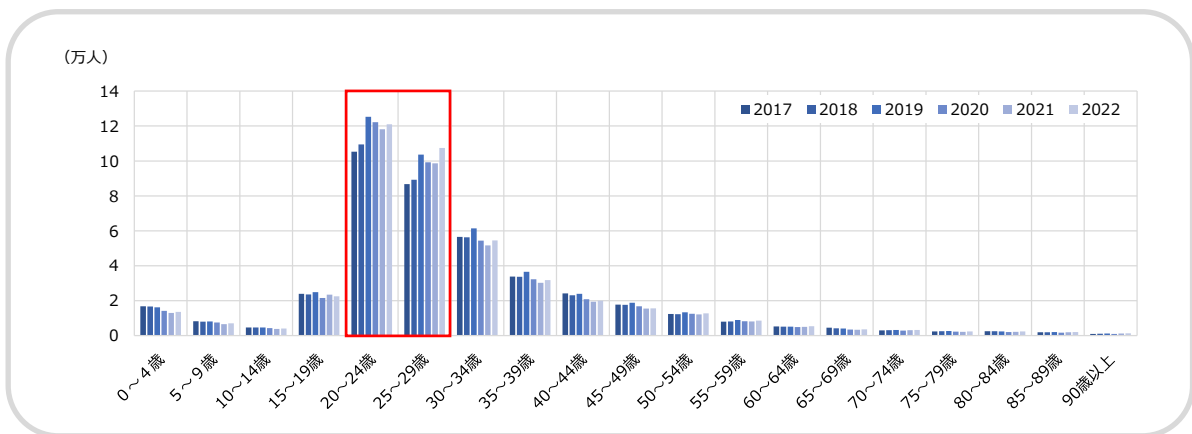
出所：総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

次に内訳である転入者数と転出者数の動向を確認する。

2022年の全転入者数に対する20歳代の割合は約50%を占めている（図表6）。

「20～24歳」「25～29歳」のいずれも、コロナ禍以降2020年から2021年にかけて減少したものの、2022年には増加に転じている。特に、2022年の「25～29歳」の転入者数は2019年の水準を上回っており、これらの年齢層においては、コロナ禍を背景とした「東京回避」の動きが解消されたと言える。

(図表 6) 年齢層別 東京都の転入者数 (年間)

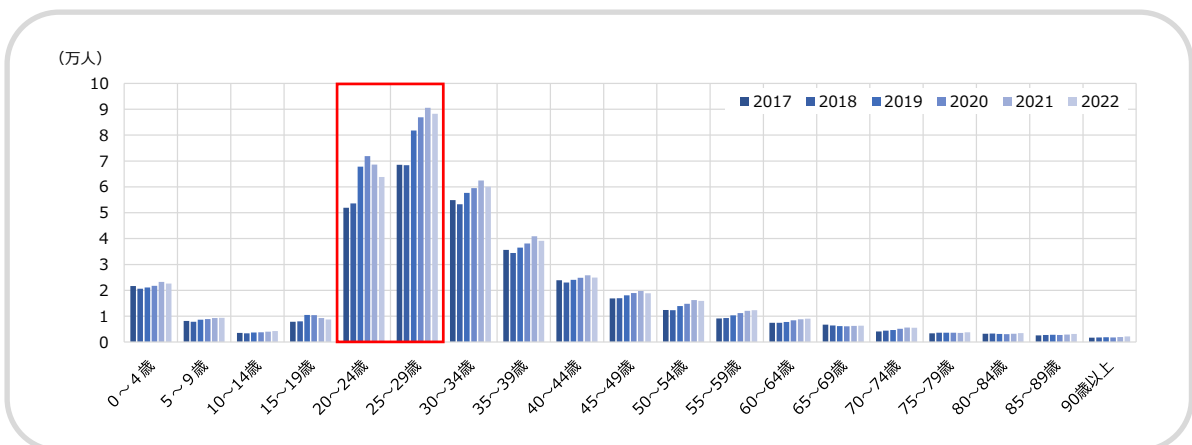


出所：総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

2022年の全転出者数に対する20歳代の割合は、転入者数の割合に比べ小さくなるものの40%弱を占めている（図表7）。

「20～24歳」の転出者数は、コロナ禍直後の2020年は前年比で増加したものの、その後は減少傾向にあり、2022年は2019年水準を下回った。また、「25～29歳」は、2021年まで増加傾向が続いたものの、2022年には減少に転じている。

(図表 7) 年齢層別 東京都の転出者数 (年間)



出所：総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

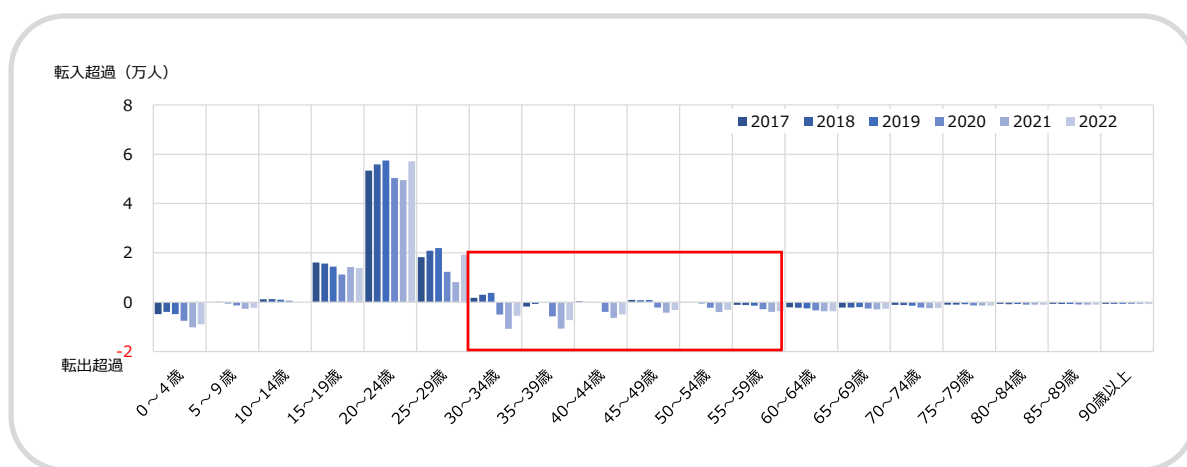
(2) 30歳代以降の現役世代はコロナ禍を機に転出超過に転じている

なお、総数に対する割合は小さいものの、コロナ禍以降の動きに注目したいのが30歳代から50歳代の現役世代である（再掲 図表5）。

これらの年齢層は、コロナ禍前はわずかながらに転入超過、もしくは、転出入がほぼ拮抗した状態で推移していた。ところが、コロナ禍に入った2020年には転出超過に転じ、2021年にかけて転出超過幅を拡大した。2022年には転出超過幅が縮小に転じたものの、20歳代の動向が同年

にはコロナ禍以前の水準に戻ったことと比較すれば、30歳代以降の東京回帰の動きはなお弱い。

(再掲) (図表 5) 年齢層別 東京都の転入超過者数 (年間)



出所：総務省「住民基本台帳人口移動報告」より、大和総研作成

3. 労働市場が人口移動へ与える影響

(1) コロナ禍以降、東京都の景況感は相対的に悪化した

前章までで、東京都における転入超過者数の動向は、主に20歳代の動向を反映したものであったことを確認した。また、大局的には大きな影響はないものの、コロナ禍以降、30歳代以降の転出超過も継続していることが確認できた。このような、東京都への転入減・東京からの転出増の背景として、景気の側面から分析を試みる。

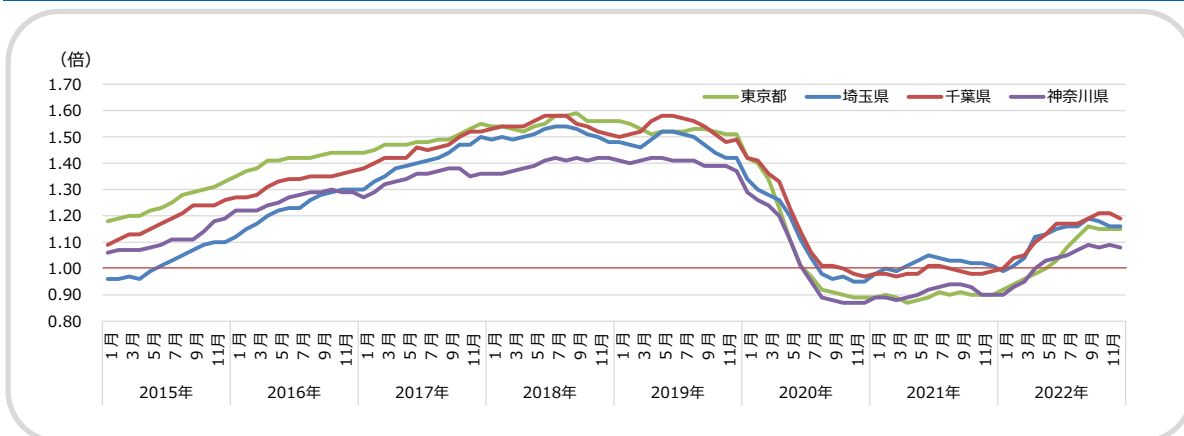
図表8は、1都3県（東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県）の有効求人倍率を示したものである。東京都の有効求人倍率を確認すると、コロナ禍以前までは近隣3県に対して優位な水準で推移していたことが分かる。求職者にとっては、近隣3県よりも東京都内で仕事を探した方がより多くの選択肢を得られることを意味する。相対的な東京都の好況が、東京への転入を促進させる要因の一つであったと推測される。

一方、コロナ禍に入った2020年には、いずれの都県においても有効求人倍率が大きく低下した。その中でも特に東京都の低下幅が大きく、2020年7月以降は0.8倍程度で推移している。同時期の他県の水準を確認すると、埼玉県や千葉県は1倍前後で推移しており、東京に比べれば労働市場は良好であったと言える。また、神奈川県については、コロナ禍以降、東京都と同様の水準で推移しているものの、コロナ禍以前の水準（約1.4倍）からの低下幅は東京都よりも小さい。相対的な東京都の景気悪化は、コロナ禍以前まであった東京都内への転入のメリットを削ぐものであったと推測される。

さらに推移を辿ると、2022年1月以降、各都県の有効求人倍率が上昇し、1倍の水準を上回った。特に東京都の上昇率は大きく、2022年9月には埼玉県や千葉県の水準に迫っている。「20~24歳」「25~29歳」の東京への転入者数が、同時期から回復基調にあることとも連動性が見ら

れる。

(図表 8) 1 都 3 県の有効求人倍率



(注) データは就業地別・季調値、パートタイムを含む一般

(出所) 厚生労働省「一般職業紹介状況(職業安定業務統計)」より、大和総研作成

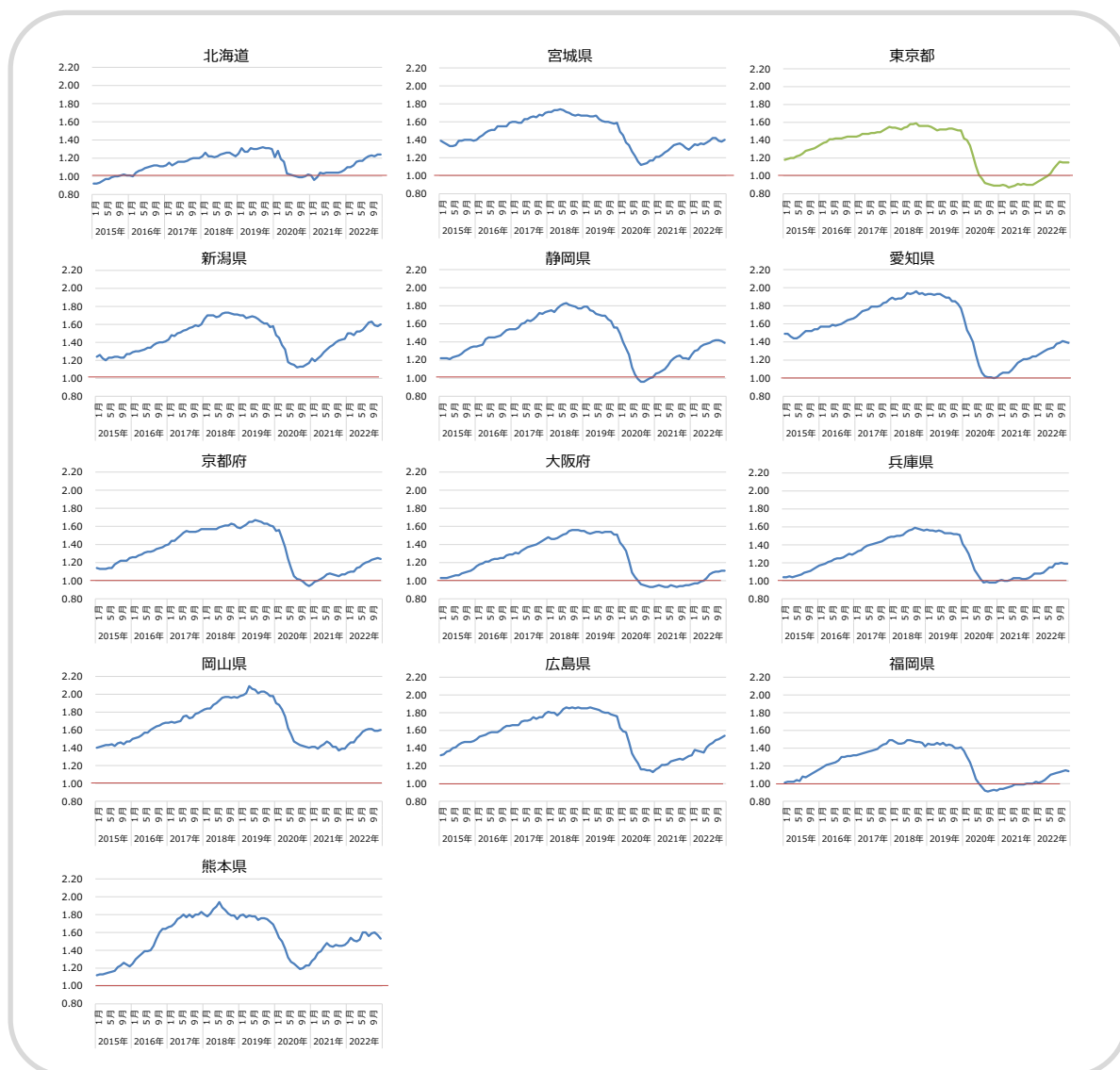
(2) 首都圏以外の道府県では、労働市場はV字回復していた

政令指定都市を持つ道府県についても、同様に有効求人倍率の推移を確認する(図表 9)。

東京都の有効求人倍率は、コロナ禍以降、1倍を割った水準で横ばいに推移していた。同様の推移を見せているのは首都圏の3県と大阪府のみで、それ以外の道府県では有効求人倍率は大幅に低下した後V字回復している。東京都が1倍を再び超えたのが2022年5月であり、労働市場の相対的な回復の遅れが、東京都の求心力を弱めていた要因の一つと考えられる。

また、コロナ禍による労働市場への影響は、労働集約的なサービス産業で大きかったことに加え、そうした産業は若い世代のパート・アルバイトの場であった。若い世代の一時的な転入超過者数の大幅な減少の背景には、コロナ禍による東京都の労働需要の減少があったものと考えられる。

(図表 9) 政令指定都市を持つ都道府県の有効求人倍率推移 比較



(注) データは就業地別、季調値、パートタイムを含む一般

(出所) 厚生労働省「一般職業紹介状況（職業安定業務統計）」より、大和総研作成

4. 勤務体制（テレワーク）が人口移動に与える影響

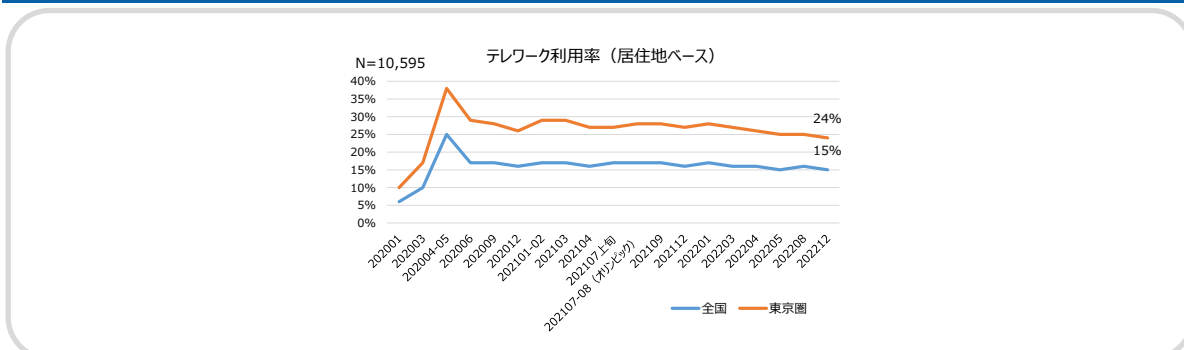
(1) テレワークの利用率の向上が東京都からの転出を後押しした

東京都の景況感の相対的な悪化は、他道府県から東京都への転入減の要因となったと同時に、東京都からの転出増の要因にもなった可能性がある。同様に大きな影響を与えた可能性が高い要因の一つとして在宅勤務の普及が挙げられる。

図表 10 は、NIRA 総合研究開発機構が実施した、テレワーク利用有無に関するアンケート結果を示している。コロナ禍の影響が顕著になる前の 2020 年 1 月時点には、東京都のテレワークを利用していると回答した就業者は全体の約 10%であったが、コロナ禍に入ると利用率が上昇し、2020 年 4-5 月期には 38%となった。その後水準はわずかに低下傾向にあるものの、直近の 2022

年 12 月時点でも 24% の利用率を維持している。

(図表 10) テレワークの利用率

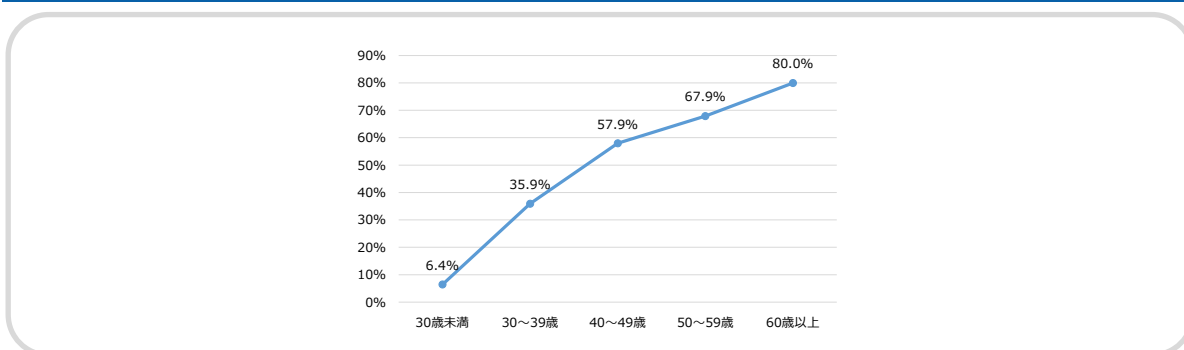


(出所) 大久保敏弘・NIRA 総合研究開発機構 (2022) 「第 8 回テレワークに関する就業者実態調査 (速報) - 『ウクライナ危機をめぐる安全保障に関する意識調査』を含む -」より、大和総研作成

テレワークが普及したことで、自宅内での勤務スペースが必要になるなど、コロナ禍以前とは異なる住環境が求められるようになった。加えて 20 歳代や 30 歳代は持ち家率が低く、他の年齢層と比べ転居が容易であるという特徴も持つ (図表 11)。

テレワークの普及も 2020 年以降、20 歳代・30 歳代の転出者数が増加した一要因として考えられる。

(図表 11) 年齢層別持ち家比率 (2018 年時点)



(出所) 総務省統計局「住宅・土地統計調査」より、大和総研作成

(2) テレワークを背景とする転居が今後も続く可能性は限定的

テレワークの普及によって東京都からの転出が促進された側面がある一方、今後もその傾向が続く可能性は限定的であると考えられる。図表 10 では、東京におけるテレワーク利用者の直近の割合 (24%) を確認したが、当然ながら、このような人々の全てが転居可能なわけではない。

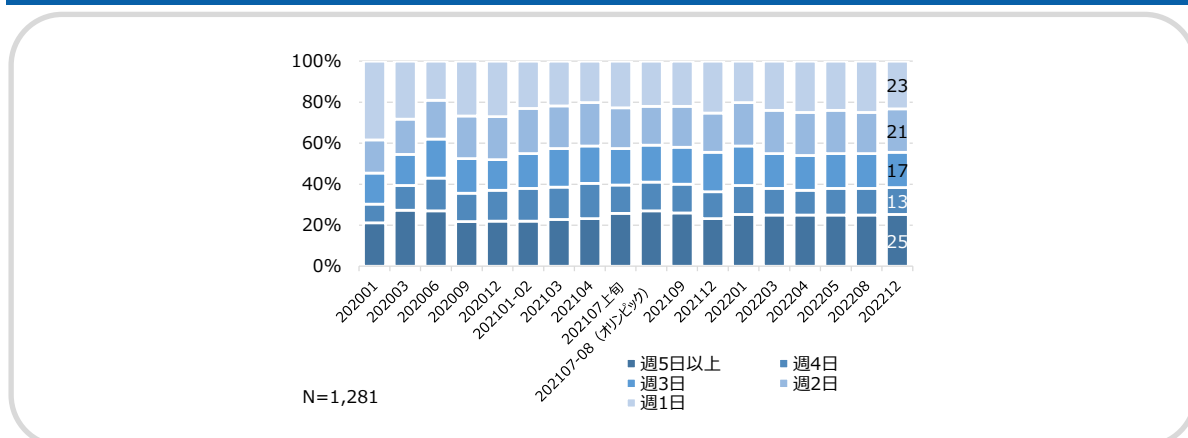
図表 12 は、図表 10 と同一調査内で実施された、テレワーク利用者のテレワーク利用頻度に関するアンケート結果を示している。直近に実施された 2022 年 12 月時点の結果を見ると、「週

5日以上」は全体の25%、「週4日以上」に対象を広げても計38%となる。テレワークを背景とした転居を可能とするには、就業日の多くがテレワーク可能な状況でないと難しいと推測されるが、そのような環境下にいる就業者は限定的であることが分かる。

加えて、共働き世帯や子育て世帯の場合、家族の勤務地や勤務状況、通勤などの諸条件を踏まえる必要があり、遠隔地に転居できる状況が揃っている人々（世帯）はさらに限定される。また、テレワーク利用者の全てが都外や地方への移住を望むわけでもない。

2022年の転出者数が2021年の水準から縮小したのは、コロナ禍やテレワークを背景に転居できる人々の転出増が既に一巡したことの表れである可能性もある。

(図表 12) テレワーク利用頻度

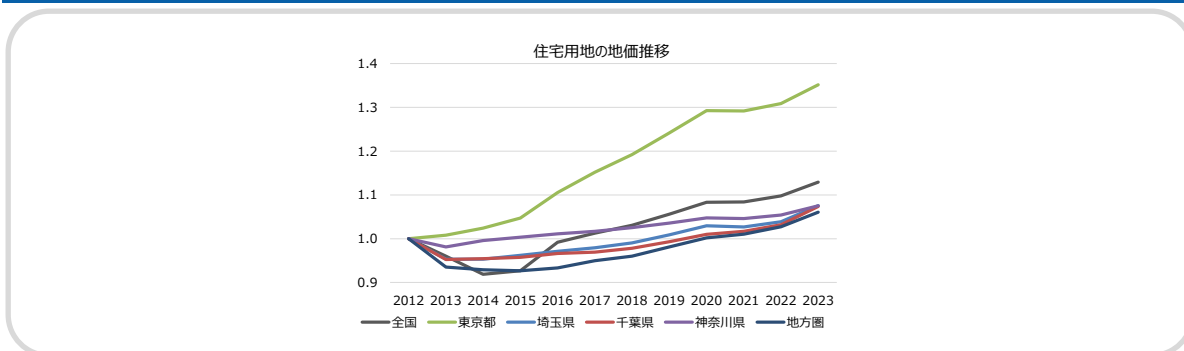


(出所) 大久保敏弘・NIRA 総合研究開発機構 (2022)「第8回テレワークに関する就業者実態調査(速報) - 『ウクライナ危機をめぐる安全保障に関する意識調査』を含む-」より、大和総研作成

(3) 人の移動動向は地価にも反映されている

東京都における人口移動の変化は、地価の推移からも確認することができる。図表 13 は、1都3県および全国、地方圏の住宅用地の地価推移である。コロナ禍前の東京都の地価は一貫して上昇傾向を維持し、コロナ禍に入った2020年から横ばい傾向となった。しかし、2023年には再び上昇に転じている。他の地域もおおよそ同様の推移であるものの、2022年から2023年の上昇率は東京が他の地域よりも大きく、東京都の住宅地需要が他の地域と比べ相対的に高くなったと推測できる。

(図表 13) 地域別 住宅用地の地価推移 (2012 年を 1 とした場合)



(出所) 国土交通省「地価公示関係データ」より、大和総研作成

5. まとめ

コロナ禍を機とした東京都への転出入数の変化は、世代としては20歳代を中心とした若年層によって生じ、地域としては近隣の3県との間の移動が中心であったことが確認された。

2020年から2021年に見られた転入者数減(転出者数増)、および2022年にかけての増加(減少)は、東京都の他地域に対する相対的な景況感の動向が要因の一つであると推測される。2022年にはコロナ禍による経済活動の制限がほぼ解消され、景況感の回復に繋がった。今後、他の要因による景気悪化が生じなければ、東京都への転入超過者数はコロナ禍前の水準に戻っていくものと考えられる。

また、テレワークを通じた転出者数の増加は、その転居が一巡したと見られることから、再び大幅な増加へと転じる可能性は限定的であると考えられる。

今後の動向としては、コロナ禍後に転出超過に転じた30歳代以降の世代の移動動向に注目したい。30歳代以降の転入超過者数がコロナ禍前の水準に戻らない(もしくは、転入超過者数がコロナ禍前よりも低い水準で推移する)とすれば、彼らの動向から東京一極集中の是正のヒントが得られる可能性がある。

—以上—