

# 第1章

## 高齢化の状況

### 第1節 高齢化の状況

#### 1 高齢化の現状と将来像

表1-1-1 高齢化の現状

- 我が国の総人口は、令和7年10月1日現在、1億2,322万人となっている。
- 令和7年の65歳以上人口は、3,622万人となり、総人口に占める割合（以下「高齢化率」という。）は29.4%となった。
- 令和7年の65歳以上人口を男女別に見ると、男性は1,570万人、女性は2,052万人で、性比（女性人口100人に対する男性人口）は76.5であり、男性対女性の比は約3対4となっている。
- 令和7年の65歳以上人口のうち、「65～74歳人口」は1,495万人（男性717万人、女性777万人）で総人口に占める割合は12.1%となっている。また、「75歳以上人口」は2,127万人（男性852万人、女性1,275万人）で、総人口に占める割合は17.3%であり、65～74歳人口を上回っている。

単位：万人（人口）、%（構成比）

|     |               | 令和7年10月1日  |           |       |
|-----|---------------|------------|-----------|-------|
|     |               | 総数         | 男         | 女     |
| 人口  | 総人口           | 12,322     | 5,996     | 6,326 |
|     |               |            | (性比) 94.8 |       |
|     | 65歳以上人口       | 3,622      | 1,570     | 2,052 |
|     |               |            | (性比) 76.5 |       |
|     | 65～74歳人口      | 1,495      | 717       | 777   |
|     |               |            | (性比) 92.3 |       |
|     | 75歳以上人口       | 2,127      | 852       | 1,275 |
|     |               |            | (性比) 66.9 |       |
|     | 75～84歳人口      | 1,435      | 627       | 808   |
|     |               | (性比) 77.6  |           |       |
|     | 85～94歳人口      | 616        | 210       | 406   |
|     |               | (性比) 51.8  |           |       |
|     | 95歳以上人口       | 76         | 15        | 61    |
|     |               | (性比) 25.0  |           |       |
|     | 15～64歳人口      | 7,353      | 3,736     | 3,617 |
|     |               | (性比) 103.3 |           |       |
|     | 15歳未満人口       | 1,347      | 690       | 657   |
|     |               | (性比) 105.0 |           |       |
| 構成比 | 総人口           | 100.0      | 100.0     | 100.0 |
|     | 65歳以上人口（高齢化率） | 29.4       | 26.2      | 32.4  |
|     | 65～74歳人口      | 12.1       | 12.0      | 12.3  |
|     | 75歳以上人口       | 17.3       | 14.2      | 20.2  |
|     | 75～84歳人口      | 11.6       | 10.5      | 12.8  |
|     | 85～94歳人口      | 5.0        | 3.5       | 6.4   |
|     | 95歳以上人口       | 0.6        | 0.3       | 1.0   |
|     | 15～64歳人口      | 59.7       | 62.3      | 57.2  |
|     | 15歳未満人口       | 10.9       | 11.5      | 10.4  |

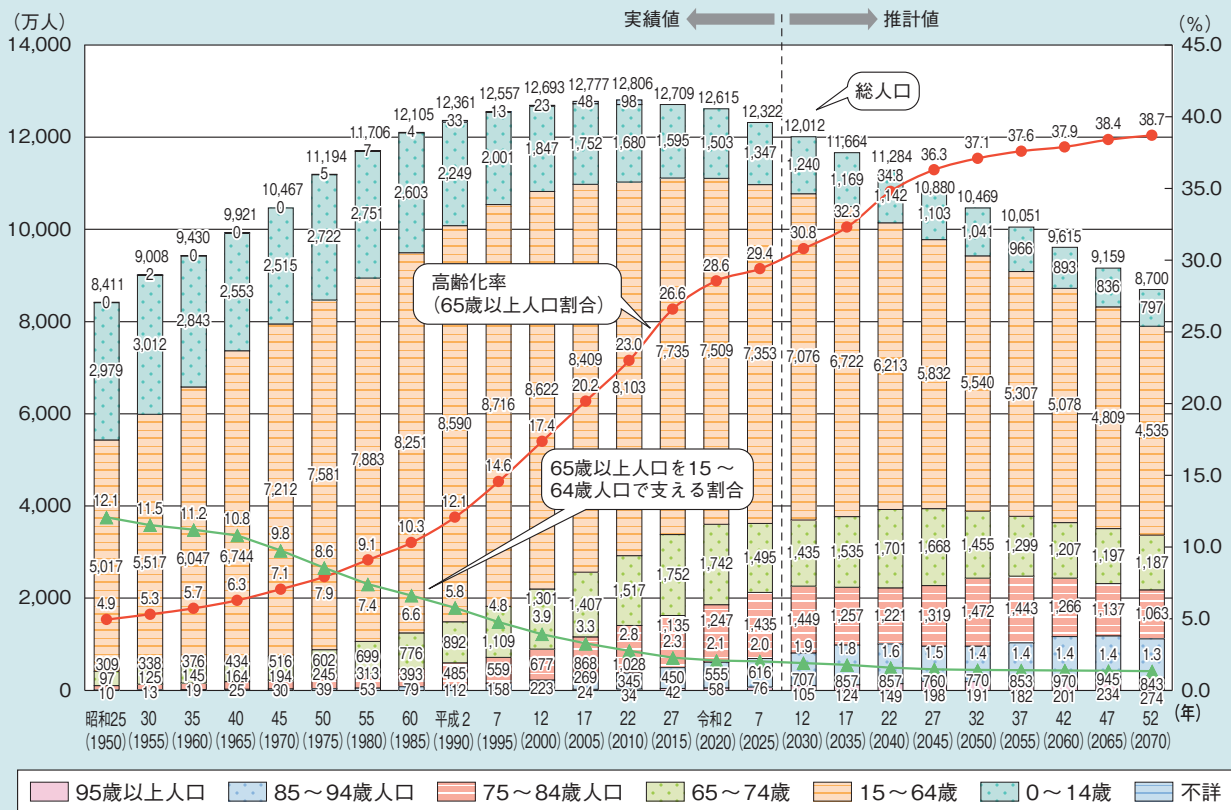
資料：総務省「人口推計」令和7年10月1日（令和2年国勢調査を基準とする確定値）

（注1）「性比」は、女性人口100人に対する男性人口

（注2）四捨五入の関係で、足し合わせても100.0%にならない場合又は総数と一致しない場合がある。

図1-1-2 高齢化の推移と将来推計

- 我が国の65歳以上人口は、令和7年は3,622万人となっており、令和25年に3,953万人でピークを迎え、その後は減少に転じると推計されている。
- 令和25年以降、65歳以上人口が減少に転じても高齢化率は上昇を続け、令和52年には38.7%に達し、国民の2.6人に1人が65歳以上の者となる社会が到来すると推計されている。
- 総人口に占める75歳以上人口の割合は、令和52年には25.1%となり、約4人に1人が75歳以上の者となると推計されている。
- 65歳以上人口と15～64歳人口の比率を見ると、昭和25年には65歳以上の者1人に対して現役世代（15～64歳の者）12.1人がいたのに対して、令和7年には65歳以上の者1人に対して現役世代2.0人になっている。令和52年には、65歳以上の者1人に対して現役世代1.3人という比率になると見込まれている。



資料：棒グラフと実線の高齢化率については、2020年までは総務省「国勢調査」（2015年及び2020年是不詳補完値による。）、2025年は総務省「人口推計」（令和7年10月1日現在（令和2年国勢調査を基準とする確定値）、2030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）」の出生中位・死亡中位仮定による推計結果。

（注1）2015年及び2020年の年齢階級別人口は不詳補完値によるため、年齢不詳は存在しない。2025年の年齢階級別人口は、総務省統計局「令和2年国勢調査」（不詳補完値）の人口に基づいて算出されていることから、年齢不詳は存在しない。2030年以降の年齢階級別人口は、総務省統計局「令和2年国勢調査 参考表：不詳補完結果」による年齢不詳をあん分した人口に基づいて算出されていることから、年齢不詳は存在しない。なお、1950年～2010年の高齢化率の算出には分母から年齢不詳を除いている。ただし、1950年及び1955年において割合を算出する際には、（注2）における沖縄県の一部の人口を不詳には含めないものとする。

（注2）沖縄県の昭和25年70歳以上の外国人136人（男55人、女81人）及び昭和30年70歳以上23,328人（男8,090人、女15,238人）は65歳以上の人口から除き、不詳に含めている。

（注3）将来人口推計とは、基準時点までに得られた人口学的データに基づき、それまでの傾向、趨勢を将来に向けて投影するものである。基準時点以降の構造的な変化等により、推計以降に得られる実績や新たな将来推計との間には乖離が生じうるものであり、将来推計人口はこのような実績等を踏まえて定期的に見直すこととしている。

（注4）平成15年までは、85歳以上はまとめて「85歳以上」の区分としている。

（注5）四捨五入のため合計は必ずしも一致しない。

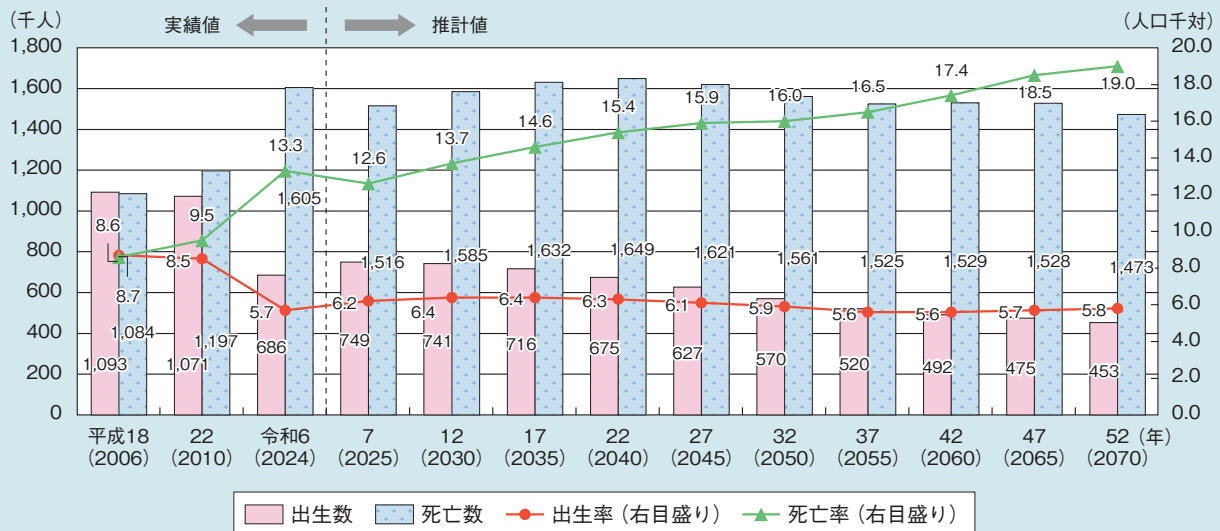
## コラム 「高齢者」とは

高齢者の用語は文脈や制度ごとに対象が異なり、一律の定義がない。「高齢社会対策大綱」（令和6年9月閣議決定）では、「我が国の平均寿命は世界で最も高い水準となり、高齢者の体力的な若返りも指摘されている。また、65歳以上の就業者等は増加し続けており、その意欲も高い状況にある。このような状況を踏まえれば、65歳以上を一律に捉えることは現実的ではない。」とした上で、便宜上、一般通念上の「高齢者」を広く指す語として用いている。本白書においても、各種の統計や制度の定義に従う場合のほかは、一般通念上の「高齢者」を広く指す語として用いることとする。

なお、高齢者の定義と区分に関しては、日本老年学会・日本老年医学会「高齢者に関する定義検討ワーキンググループ報告書」（平成29年3月）において、75歳以上を高齢者の新たな定義とすることが提案されている。また、日本老年学会「高齢者および高齢社会に関する検討ワーキンググループ報告書」（令和6年6月）においても、75歳以上を高齢者の新たな定義とする意義を確認するとともに、今後の社会において実現を目指すべきなのは、年齢にかかわらず、希望と能力に応じて参加と活動を可能にするエイジフリーな社会である旨提言されている。

図1-1-3 出生数及び死亡数の将来推計

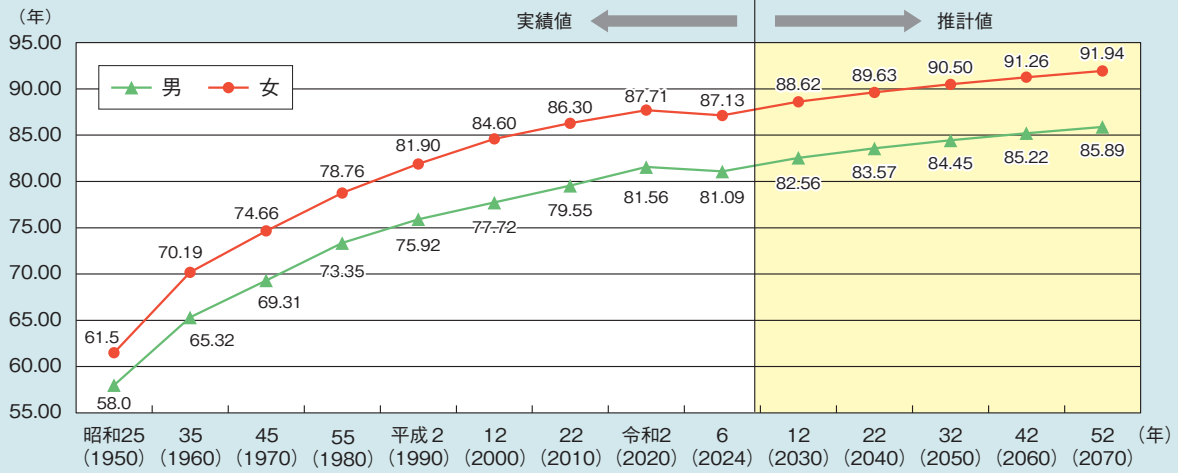
- 出生数は減少傾向が続き、令和52年には45万人になると推計されている。
- 65歳以上人口の増大により死亡数は平成18年から令和22年まで増加傾向にあり、その後令和52年にかけて減少傾向となる。死亡率（人口1,000人当たりの死亡数）は令和7年以降上昇傾向となり、令和52年には19.0になると推計されている。



資料：2006年、2010年、2024年は厚生労働省「人口動態統計」、2025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）」の出生中位・死亡中位仮定による推計結果。いずれも日本における日本人について。

図1-1-4 平均寿命の推移と将来推計

- 我が国の平均寿命は、令和6年現在、男性81.09年、女性87.13年となった。
- 今後、男女とも平均寿命は延びて、令和52年には、男性85.89年、女性91.94年となると見込まれている。



資料：1950年、2024年は厚生労働省「簡易生命表」、1960年から2020年までは厚生労働省「完全生命表」、2030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）」の死亡中位仮定による推計結果  
 (注) 1970年以前は沖縄県を除く値である。0歳の平均余命が「平均寿命」である。