

進展の速さに着目した 高齢化への対応

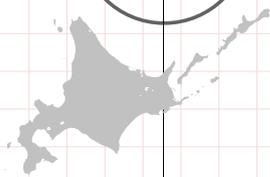
日本の高齢化は、世界のトップランナーと言われ、同時に高齢化のスピードの速さも世界で類を見ないと言われています。一方、北海道は1995年に日本の平均高齢化率を上回り、その後も全国に先駆けて高齢化が進んでいます。ここでは、日本の高齢化の進展について概観するとともに、今後の北海道の高齢化の進展について、データで探ってみました。

世界のトップをいく高齢化率とそのスピード

日本は2013年に25.1%の高齢化率を記録し、人口の4分の1が65歳以上の高齢者になりました。2010年の各国の高齢化率を比較すると日本が23.0%、イタリアが20.3%、スウェーデンが18.2%となっており、日本は長寿社会の世界のトップランナーと言われています。

高齢化率とともに、日本は高齢化のスピードも世界に類を見ない速さで急速に進展しています。高齢化率の分類では7~14%が高齢化社会、14~21%が高齢社会、21%以上が超高齢社会とされています。日本が高齢化社会の7%から高齢社会の14%になるまでに要した期間は、24年（1970~1994年）でした。他の先進国の所要年数をみると、ドイツが40年、イギリスが46年、イタリアが61年、アメリカが72年、スウェーデンが85年、フランスが126年となっており、日本に比べて緩やかなものになっています。長い時間をかけて高齢化が進めば、高齢

レポート
Report



者を受け止める社会の仕組みづくりは緩やかな変化の中で対応していくことが可能ですが、日本の高齢化はスピードが速く、迅速な対応が求められています。

北海道の高齢化率は、1995年に全国平均を超え、今後も全国を上回るスピードで進展していくと予測されています。また、国勢調査では1975年に6.9%だった北海道の高齢化率は1980年に8.1%となり、1990年に12.0%、そして1995年に14.9%となっています。高齢化社会から高齢社会へは18年ほどで進展したと推計され、全国を上回るスピードで高齢化が進んだと言えます。

高齢化率の高い炭鉱地域

次に「平成27年国勢調査」の結果から、道内市町村の高齢化率の上位と下位を見ていきます（表1）。

高齢化率が最も高い夕張市は48.6%で、同市は2017年5月末の住民基本台帳では50.05%となったと報道されました。次いで上砂川町の47.5%、歌志内市の46.6%、三笠市の46.1%と炭鉱のまちが上位を占めています。

一方、高齢化率の低い市町村は千歳市20.9%、猿払村22.8%、中標津町23.2%、留寿都村24.2%と続いています。下位の市町村の顔ぶれをまちの特徴とともにいくつか挙げてみると、札幌市とその周辺市、漁業が元気な猿払村、周辺の酪農地帯の中核となっている中標津町、外国人観光客でにぎわう倶知安町と言えるでしょう。

都市部で加速する高齢化のスピード

次に、「日本の地域別将来推計人口」（国立社会保障・人口問題研究所）で公表されている2040年の高齢化率を「平成27年国勢調査」結果の高齢化率で除し、道内市町村の25年間の高齢化率のスピードを予測してみました（表2）。

この25年で高齢化が加速すると想定される市町村は、南幌町、札幌市、江別市や北広島市、千歳市などの札幌市とその周辺地域、帯広市や北見市などの地方中核

都市、「平成27年国勢調査」で高齢化率が低かった猿払村などが挙げられます。

これらの地域では、高齢化の急速な進展が予測されることを認識し、高齢化に対応した地域づくりに向き合っていくことが大切でしょう。

一方、下位には長万部町のほか、室蘭市や名寄市などが位置しており、高齢化が一定の水準まで達しているため、動きが鈍化していくと予想されます。

表1 道内市町村の高齢化率（上位と下位）

| 順 | 市町村名 | 高齢化率 (%) |
|-----|------|----------|
| 1 | 夕張市 | 48.6 |
| 2 | 上砂川町 | 47.5 |
| 3 | 歌志内市 | 46.6 |
| 4 | 三笠市 | 46.1 |
| 5 | 松前町 | 46.0 |
| 6 | 神恵内村 | 45.6 |
| 7 | 赤平市 | 44.7 |
| 8 | 木古内町 | 44.1 |
| 9 | 積丹町 | 43.8 |
| 10 | 芦別市 | 43.6 |
| 10 | 妹背牛町 | 43.6 |
| — | 北海道 | 29.1 |
| — | 全国 | 26.7 |
| 170 | 東神楽町 | 25.6 |
| 171 | 恵庭市 | 25.1 |
| 172 | 釧路町 | 25.0 |
| 173 | 札幌市 | 24.9 |
| 174 | 倶知安町 | 24.8 |
| 175 | 別海町 | 24.5 |
| 176 | 留寿都村 | 24.2 |
| 177 | 中標津町 | 23.2 |
| 178 | 猿払村 | 22.8 |
| 179 | 千歳市 | 20.9 |

※「平成27年国勢調査」（総務省統計局）より

表2 道内市町村の今後の高齢化スピード予測(2040年高齢化率推計値/2015年高齢化率)

| 順 | 市町村名 | 指数 | 順 | 市町村名 | 指数 | 順 | 市町村名 | 指数 | 順 | 市町村名 | 指数 |
|----|-------|-------|----|-------|-------|-----|-------|-------|-----|-------|-------|
| 1 | 南幌町 | 1.812 | 45 | 北斗市 | 1.361 | 90 | 剣淵町 | 1.274 | 135 | 上士幌町 | 1.208 |
| 2 | 釧路町 | 1.770 | 46 | 更別村 | 1.360 | 91 | 長沼町 | 1.271 | 136 | 雨竜町 | 1.206 |
| 3 | 月形町 | 1.755 | 47 | 大空町 | 1.359 | 92 | 留寿都村 | 1.271 | 137 | 豊浦町 | 1.203 |
| 4 | 当別町 | 1.662 | 48 | 留萌市 | 1.356 | 93 | 栗山町 | 1.271 | 138 | 安平町 | 1.202 |
| 5 | 東神楽町 | 1.603 | 49 | 小平町 | 1.352 | 94 | 標茶町 | 1.271 | 139 | 興部町 | 1.198 |
| 6 | 札幌市 | 1.601 | 50 | 釧路市 | 1.351 | 95 | 蘭越町 | 1.267 | 140 | 東川町 | 1.196 |
| 7 | 羅臼町 | 1.595 | 51 | 美幌町 | 1.351 | 96 | 中頓別町 | 1.265 | 141 | 遠軽町 | 1.186 |
| 8 | 音威子府村 | 1.570 | 52 | 滝川市 | 1.336 | 97 | 雄武町 | 1.259 | 142 | 西興部村 | 1.183 |
| 9 | 共和町 | 1.537 | 53 | 上ノ国町 | 1.335 | 98 | 清里町 | 1.257 | 143 | 厚沢部町 | 1.181 |
| 10 | 江別市 | 1.533 | 54 | 日高町 | 1.328 | 99 | 広尾町 | 1.256 | 144 | 秩父別町 | 1.179 |
| 11 | 北広島市 | 1.515 | 55 | 厚岸町 | 1.328 | 100 | 新十津川町 | 1.256 | 145 | 厚真町 | 1.177 |
| 12 | 帯広市 | 1.508 | 56 | 様似町 | 1.326 | 101 | むかわ町 | 1.256 | 146 | 美深町 | 1.174 |
| 13 | 千歳市 | 1.505 | 57 | 石狩市 | 1.322 | 102 | 白糠町 | 1.256 | 147 | 乙部町 | 1.173 |
| 14 | 幌延町 | 1.504 | 58 | 平取町 | 1.319 | 103 | 大樹町 | 1.255 | 148 | 登別市 | 1.165 |
| 15 | 中標津町 | 1.501 | 59 | 初山別村 | 1.317 | 104 | 豊頃町 | 1.253 | 149 | 歌志内市 | 1.162 |
| 16 | 士幌町 | 1.501 | 60 | 陸別町 | 1.317 | 105 | えりも町 | 1.253 | 150 | 足寄町 | 1.161 |
| 17 | 標津町 | 1.486 | 61 | 深川市 | 1.316 | 106 | 浦幌町 | 1.252 | 151 | 礼文町 | 1.159 |
| 18 | 占冠村 | 1.474 | 62 | 岩見沢市 | 1.315 | 107 | 黒松内町 | 1.250 | 152 | 下川町 | 1.155 |
| 19 | 中札内村 | 1.474 | 63 | 訓子府町 | 1.313 | 108 | 池田町 | 1.250 | 153 | 夕張市 | 1.155 |
| 20 | 豊富町 | 1.464 | 64 | 浜頓別町 | 1.311 | 109 | 士別市 | 1.250 | 154 | 妹背牛町 | 1.153 |
| 21 | 奥尻町 | 1.444 | 65 | 真狩村 | 1.310 | 110 | 壮瞥町 | 1.249 | 155 | 赤平市 | 1.152 |
| 22 | 北見市 | 1.442 | 66 | 富良野市 | 1.309 | 111 | 清水町 | 1.244 | 156 | 今金町 | 1.143 |
| 23 | 倶知安町 | 1.433 | 67 | 鷹栖町 | 1.307 | 112 | 当麻町 | 1.243 | 157 | 砂川市 | 1.139 |
| 24 | 猿払村 | 1.425 | 68 | 芽室町 | 1.307 | 113 | 浦臼町 | 1.239 | 158 | 佐呂間町 | 1.136 |
| 25 | 恵庭市 | 1.424 | 69 | 弟子屈町 | 1.307 | 114 | 知内町 | 1.236 | 159 | 寿都町 | 1.133 |
| 26 | 中川町 | 1.423 | 70 | 美瑛町 | 1.306 | 115 | 枝幸町 | 1.233 | 160 | 鹿部町 | 1.133 |
| 27 | 江差町 | 1.420 | 71 | 由仁町 | 1.305 | 116 | 滝上町 | 1.232 | 161 | 三笠市 | 1.133 |
| 28 | 鶴居村 | 1.405 | 72 | 羽幌町 | 1.304 | 117 | 森町 | 1.229 | 162 | 仁木町 | 1.133 |
| 29 | 浜中町 | 1.403 | 73 | 利尻富士町 | 1.302 | 118 | 芦別市 | 1.228 | 163 | 利尻町 | 1.132 |
| — | 北海道 | 1.399 | 74 | 洞爺湖町 | 1.300 | 119 | せたな町 | 1.228 | 164 | 中富良野町 | 1.130 |
| 30 | 七飯町 | 1.397 | 75 | 八雲町 | 1.300 | 120 | 余市町 | 1.225 | 165 | 北竜町 | 1.129 |
| 31 | 二セコ町 | 1.395 | 76 | 新冠町 | 1.298 | 121 | 神恵内村 | 1.223 | 166 | 増毛町 | 1.127 |
| 32 | 稚内市 | 1.385 | 77 | 斜里町 | 1.298 | 122 | 小樽市 | 1.222 | 167 | 喜茂別町 | 1.123 |
| 33 | 奈井江町 | 1.382 | 78 | 岩内町 | 1.296 | 123 | 本別町 | 1.218 | 168 | 和寒町 | 1.121 |
| 34 | 苫小牧市 | 1.382 | 79 | 苫前町 | 1.296 | 124 | 上富良野町 | 1.218 | 169 | 泊村 | 1.119 |
| 35 | 鹿追町 | 1.379 | 80 | 遠別町 | 1.293 | 125 | 湧別町 | 1.218 | 170 | 赤井川村 | 1.115 |
| 36 | 天塩町 | 1.379 | 81 | 函館市 | 1.293 | 126 | 沼田町 | 1.217 | 171 | 島牧村 | 1.114 |
| 37 | 別海町 | 1.377 | 82 | 根室市 | 1.293 | 127 | 古平町 | 1.217 | 172 | 愛別町 | 1.114 |
| 38 | 浦河町 | 1.369 | 83 | 美唄市 | 1.293 | 128 | 比布町 | 1.215 | 173 | 置戸町 | 1.112 |
| 39 | 紋別市 | 1.366 | 84 | 小清水町 | 1.287 | 129 | 京極町 | 1.214 | 174 | 名寄市 | 1.105 |
| 40 | 旭川市 | 1.366 | 85 | 伊達市 | 1.286 | 130 | 新篠津村 | 1.211 | 175 | 上砂川町 | 1.085 |
| 41 | 音更町 | 1.366 | 86 | 松前町 | 1.286 | 131 | 積丹町 | 1.209 | 176 | 室蘭市 | 1.053 |
| 42 | 網走市 | 1.363 | 87 | 新ひだか町 | 1.282 | 132 | 南富良野町 | 1.209 | 177 | 幌加内町 | 1.027 |
| 43 | 幕別町 | 1.363 | 88 | 新得町 | 1.281 | 133 | 白老町 | 1.208 | 178 | 上川町 | 1.018 |
| 44 | 福島町 | 1.363 | 89 | 木古内町 | 1.280 | 134 | 津別町 | 1.208 | 179 | 長万部町 | 1.015 |

※「平成27年国勢調査」(総務省統計局)、「日本の地域別将来推計人口(平成25年3月推計)」(国立社会保障・人口問題研究所)より算出、小数点第4位で四捨五入

道内の長寿のまちは、音更町と壮瞥町

次に、道内市町村の平均寿命を見ていきます（表3）。男性の平均寿命の第1位は音更町で81.7歳となっており、第2位の中標津町に比べて1歳以上の差があります。女性は壮瞥町が第1位の88.4歳。男女とも第1位は、長寿で知られる長野県（男性は80.9歳、女性は87.2歳）よりも寿命が長くなっており、長寿の背景や医療費の状況などを探っていくことで、今後の長寿社会の地域づくりのヒントを見つけることができるかもしれません。

表3 道内市町村の平均寿命（上位と下位）

| 順 | 市町村名 | 平均寿命(男) | 順 | 市町村名 | 平均寿命(女) |
|-----|-------|---------|-----|-------|---------|
| 1 | 音更町 | 81.7 | 1 | 壮瞥町 | 88.4 |
| 2 | 中標津町 | 80.6 | 2 | 大樹町 | 87.9 |
| 3 | 江別市 | 80.4 | 3 | 南幌町 | 87.8 |
| 3 | 恵庭市 | 80.4 | 4 | 置戸町 | 87.7 |
| 3 | 美瑛町 | 80.4 | 4 | 遠軽町 | 87.7 |
| 6 | 芽室町 | 80.3 | 6 | 恵庭市 | 87.6 |
| 7 | 美深町 | 80.2 | 6 | 音更町 | 87.6 |
| 7 | 大空町 | 80.2 | 8 | 深川市 | 87.5 |
| 7 | 幕別町 | 80.2 | 8 | 富良野市 | 87.5 |
| 7 | 別海町 | 80.2 | 8 | 今金町 | 87.5 |
| — | 全 国 | 79.6 | — | 全 国 | 86.4 |
| — | 北 海 道 | 79.2 | — | 北 海 道 | 86.3 |
| 168 | 美唄市 | 77.8 | 169 | 函館市 | 85.3 |
| 168 | 室蘭市 | 77.8 | 169 | 室蘭市 | 85.3 |
| 168 | 紋別市 | 77.8 | 169 | 歌志内市 | 85.3 |
| 171 | 岩内町 | 77.7 | 169 | 福島町 | 85.3 |
| 172 | 白老町 | 77.6 | 173 | 赤平市 | 85.2 |
| 173 | 函館市 | 77.5 | 173 | 上ノ国町 | 85.2 |
| 173 | 夕張市 | 77.5 | 175 | 倶知安町 | 85.0 |
| 175 | 様似町 | 77.4 | 175 | 新得町 | 85.0 |
| 176 | 稚内市 | 77.3 | 177 | 釧路市 | 84.8 |
| 176 | 三笠市 | 77.3 | 177 | 江差町 | 84.8 |
| 178 | 登別市 | 77.0 | 179 | 寿都町 | 84.7 |
| 179 | 芦別市 | 76.8 | | | |

※「平成22年市区町村別平均寿命」（厚生労働省）より

アクティブシニアを地域の力に

最後に2040年の高齢者推計人口値を用いて、元気なシニア（アクティブシニア）の人口を生産年齢人口（15～64歳人口）で除して、その比率を推計し「アクティブシニア指数」として算出してみました（表4）。

2040年には65歳以上人口の要介護者の割合は28.5%と推計されていることから、要介護者を除いた高齢者の人口をアクティブシニアの人口と設定しました。

多くの市町村では生産年齢人口の方がアクティブシニアを上回っていますが、松前町、福島町、木古内町など道南地域のほか、神恵内村、夕張市、月形町でアクティブシニア人口が生産年齢人口を上回っています。また、多くの市町村でアクティブシニア指数が0.5以上となっており、生産年齢人口の半数以上のアクティブシニアが存在することが推計されました。

今後は、元気な高齢者が末永く暮らしていける地域づくりが望まれるとともに、高齢者が活躍できる場を地域の中で創出していくことが期待されます。そのためには、地域づくりに関わる人たちが高齢者を地域の資源として認識し、高齢者も元気なうちは仕事を続けたり、ボランティア活動をしたりするなど、積極的に社会参加していくことが望めます。また、高齢化のスピードに着目して地域づくりを進めていく必要があるでしょう。

<参考>

健康長寿ネット <https://www.tyojyu.or.jp/net/>
（公益財団法人長寿科学振興財団）

表4 2040年の市町村別アクティブシニア指数

| 順 | 市町村名 | アクティブシニア指数 | 順 | 市町村名 | アクティブシニア指数 | 順 | 市町村名 | アクティブシニア指数 | 順 | 市町村名 | アクティブシニア指数 |
|----|-------|------------|----|-------|------------|-----|-------|------------|-----|-------|------------|
| 1 | 松前町 | 1.172 | 46 | 浦幌町 | 0.777 | 91 | 豊富町 | 0.655 | — | 北海道 | 0.573 |
| 2 | 福島町 | 1.075 | 47 | 様似町 | 0.776 | 92 | 清水町 | 0.654 | 136 | 鹿部町 | 0.573 |
| 3 | 神恵内村 | 1.059 | 48 | 訓子府町 | 0.773 | 93 | 湧別町 | 0.654 | 137 | 浦河町 | 0.572 |
| 4 | 夕張市 | 1.016 | 49 | 浦臼町 | 0.772 | 94 | 釧路町 | 0.653 | 138 | 浜中町 | 0.567 |
| 5 | 木古内町 | 1.014 | 50 | 乙部町 | 0.767 | 95 | 真狩村 | 0.650 | 139 | 石狩市 | 0.567 |
| 6 | 月形町 | 1.011 | 51 | 利尻富士町 | 0.766 | 96 | 上士幌町 | 0.649 | 140 | 上川町 | 0.567 |
| 7 | 歌志内市 | 0.954 | 52 | 豊頃町 | 0.765 | 97 | 佐呂間町 | 0.646 | 141 | 稚内市 | 0.566 |
| 8 | 南幌町 | 0.946 | 53 | 置戸町 | 0.761 | 98 | 日高町 | 0.645 | 142 | 新冠町 | 0.566 |
| 9 | 壮瞥町 | 0.945 | 54 | 黒松内町 | 0.759 | 99 | 岩内町 | 0.644 | 143 | 枝幸町 | 0.565 |
| 10 | 芦別市 | 0.943 | 55 | 増毛町 | 0.758 | 100 | 北見市 | 0.643 | 144 | 雄武町 | 0.561 |
| 11 | 上ノ国町 | 0.940 | 56 | 初山別村 | 0.758 | 101 | 大樹町 | 0.643 | 145 | 根室市 | 0.556 |
| 12 | 奈井江町 | 0.939 | 57 | 栗山町 | 0.756 | 102 | 旭川市 | 0.640 | 146 | 鹿追町 | 0.555 |
| 13 | 積丹町 | 0.930 | 58 | 愛別町 | 0.755 | 103 | 利尻町 | 0.639 | 147 | 更別村 | 0.555 |
| 14 | 洞爺湖町 | 0.920 | 59 | 美瑛町 | 0.752 | 104 | 美深町 | 0.635 | 148 | 幌延町 | 0.555 |
| 15 | 奥尻町 | 0.919 | 60 | 蘭越町 | 0.749 | 105 | 標津町 | 0.632 | 149 | 帯広市 | 0.553 |
| 16 | せたな町 | 0.918 | 61 | 士別市 | 0.743 | 106 | 浜頓別町 | 0.631 | 150 | 登別市 | 0.552 |
| 17 | 三笠市 | 0.902 | 62 | 剣淵町 | 0.743 | 107 | 岩見沢市 | 0.629 | 151 | 礼文町 | 0.551 |
| 18 | 羽幌町 | 0.895 | 63 | 本別町 | 0.739 | 108 | 知内町 | 0.628 | 152 | 新篠津村 | 0.551 |
| 19 | 上砂川町 | 0.887 | 64 | 鶴居村 | 0.727 | 109 | 森町 | 0.627 | 153 | 札幌市 | 0.547 |
| 20 | 深川市 | 0.883 | 65 | 大空町 | 0.726 | 110 | 平取町 | 0.622 | 154 | 東川町 | 0.544 |
| 21 | 赤平市 | 0.874 | 66 | 厚沢部町 | 0.720 | 111 | 豊浦町 | 0.622 | 155 | 斜里町 | 0.538 |
| 22 | 苫前町 | 0.863 | 67 | 清里町 | 0.719 | 112 | 厚岸町 | 0.620 | 156 | 中富良野町 | 0.530 |
| 23 | 池田町 | 0.849 | 68 | 白糠町 | 0.718 | 113 | 今金町 | 0.619 | 157 | 西興部村 | 0.530 |
| 24 | 滝上町 | 0.848 | 69 | 留萌市 | 0.717 | 114 | 厚真町 | 0.615 | 158 | 南富良野町 | 0.523 |
| 25 | 妹背牛町 | 0.847 | 70 | 紋別市 | 0.713 | 115 | 喜茂別町 | 0.614 | 159 | 興部町 | 0.517 |
| 26 | 津別町 | 0.844 | 71 | むかわ町 | 0.704 | 116 | 安平町 | 0.610 | 160 | 二セコ町 | 0.513 |
| 27 | 中川町 | 0.841 | 72 | 小清水町 | 0.702 | 117 | 東神楽町 | 0.610 | 161 | 上富良野町 | 0.513 |
| 28 | 遠別町 | 0.829 | 73 | 足寄町 | 0.701 | 118 | 遠軽町 | 0.609 | 162 | 占冠村 | 0.511 |
| 29 | 当麻町 | 0.821 | 74 | 島牧村 | 0.700 | 119 | 寿都町 | 0.607 | 163 | 長万部町 | 0.505 |
| 30 | 当別町 | 0.820 | 75 | 天塩町 | 0.697 | 120 | 羅臼町 | 0.604 | 164 | 音更町 | 0.499 |
| 31 | 美唄市 | 0.818 | 76 | 七飯町 | 0.687 | 121 | 仁木町 | 0.598 | 165 | 網走市 | 0.497 |
| 32 | 小平町 | 0.818 | 77 | 小樽市 | 0.683 | 122 | 函館市 | 0.595 | 166 | 赤井川村 | 0.496 |
| 33 | 沼田町 | 0.817 | 78 | 共和町 | 0.683 | 123 | 音威子府村 | 0.595 | 167 | 芽室町 | 0.490 |
| 34 | 北竜町 | 0.814 | 79 | 伊達市 | 0.680 | 124 | 幌加内町 | 0.594 | 168 | 北斗市 | 0.488 |
| 35 | 中頓別町 | 0.811 | 80 | 京極町 | 0.679 | 125 | 砂川市 | 0.594 | 169 | えりも町 | 0.478 |
| 36 | 陸別町 | 0.810 | 81 | 雨竜町 | 0.677 | 126 | 新ひだか町 | 0.593 | 170 | 倶知安町 | 0.476 |
| 37 | 古平町 | 0.806 | 82 | 余市町 | 0.674 | 127 | 幕別町 | 0.592 | 171 | 恵庭市 | 0.474 |
| 38 | 新十津川町 | 0.806 | 83 | 士幌町 | 0.670 | 128 | 中札内村 | 0.588 | 172 | 苫小牧市 | 0.472 |
| 39 | 白老町 | 0.803 | 84 | 長沼町 | 0.669 | 129 | 鷹栖町 | 0.584 | 173 | 中標津町 | 0.466 |
| 40 | 弟子屈町 | 0.797 | 85 | 下川町 | 0.668 | 130 | 釧路市 | 0.584 | 174 | 室蘭市 | 0.464 |
| 41 | 江差町 | 0.794 | 86 | 広尾町 | 0.663 | 131 | 標茶町 | 0.584 | 175 | 別海町 | 0.452 |
| 42 | 秩父別町 | 0.793 | 87 | 新得町 | 0.661 | 132 | 江別市 | 0.583 | 176 | 猿払村 | 0.436 |
| 43 | 比布町 | 0.792 | 88 | 北広島市 | 0.660 | 133 | 八雲町 | 0.582 | 177 | 名寄市 | 0.433 |
| 44 | 由仁町 | 0.790 | 89 | 美幌町 | 0.657 | 134 | 泊村 | 0.575 | 178 | 千歳市 | 0.394 |
| 45 | 和寒町 | 0.785 | 90 | 滝川市 | 0.656 | 135 | 富良野市 | 0.575 | 179 | 留寿都村 | 0.386 |

※「日本の地域別将来推計人口（平成25年3月推計）」（国立社会保障・人口問題研究所）、小数点第4位で四捨五入 ※アクティブシニア=要介護者（要介護率28.5%と想定）を除いた高齢者