



老年日报



中国邮政发行畅销报刊

国内统一连续出版物号:

CN23-0018

邮发代号:13-18

中国百强畅销报刊
年长者的精神家园

总9775期
今日8版

2026/05/24 星期日 丙午年四月初八

周刊

31省份2025年常住人口数据公布: 谁在增? 谁在减?

目前,31个省份已全部披露了2025年的常住人口数据。相比2024年,有7个省份常住人口出现了增长,分别是广东、浙江、新疆、海南、上海、西藏和宁夏。其中,广东新增常住人口达79万,位居第一;山东、河南、四川等多个传统人口大省则出现同比下降。而经济强省江苏也出现了多年来的首次常住人口负增长。

这份新鲜出炉的“人口成绩单”,不仅是一系列数据的更新,更是洞察中国区域经济活力、人口流动新趋势与未来发展前景的关键窗口。

南开大学经济学院教授、老龄发展战略研究中心主任原新强调:“‘十五五’时期是基本实现社会主义现代化夯实基础、全面发力的关键时期,更是中国人口发展进入深度转型的重要窗口期。”

厦门大学经济学系副教授丁长发则从发展经济学视角补充称,大国的非均衡分布是市场竞争、产业竞争和公共服务竞争的必然结果。美国、俄罗斯等大国均呈现类似特征,这是规律而非异常。“全球通行的准则只有一个——人口流向哪里,公共服务与财政支持就跟到哪里。”

区域人口增减分化

数据显示,2025年中国人口流动的版图呈现出高度集聚的特征。增长区域主要汇聚于东南沿海、西部省份和个别直辖市,而众多传统人口大省及部分中部、东北地区则普遍面临人口减少的压力。

与增长阵营相比,诸多省份面临着常住人口下降的挑战。根据已公布数据,山东2025年常住人口减少约37.17万人,总量回落至10043万人边缘。江苏则出现了多年来的首次常住人口负增长,降至8518万人。中部地区的安徽和湖北分别减少41万和23万人。西南地区的四川人口减少达46万人,是已公布数据中减幅较大的省份之一。东北地区的辽宁和黑龙江分别减少24万人和28万人。

此外,湖南、河南、河北、广西、江西等其他省份常住人口也出现不同程度的下降。

其中,湖南2025年末常住人口减少47万人,主要受自然增长转负(-4.40‰)和人口净流出(约18.3万人)双重影响。河南减少约41万人,为连续第五年下滑,其自然增长率已降至-2.13‰的历史低点。河北减少24万人,由自然减少约27万人和净流入约3万人共同作用所致。直辖市中,北京、天津、重庆分别减少3.2万、1万和3.21万人。福建在2025年减少3万人。其余如江西、广西、甘肃、山西、陕西、云南、贵州、青海等省份,也普遍面临自然负增长与人口外流的双重压力。

人口增减,原因各不同

2025年各省份常住人口数据的变动,揭示了中国人口发展格局正在经历的结构性调整,其背后是自然增长(出生与死亡之差)与机械增长(迁入与迁出之差)两种力量的此消彼长。

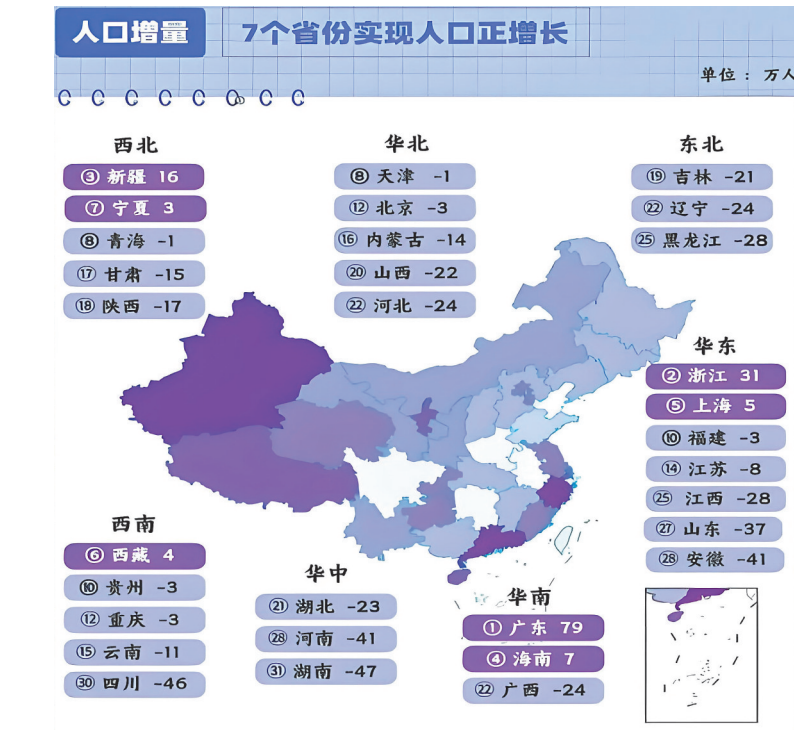
增长动力最为全面和强劲的广东,自然增长和省外净流入的“双轮驱动”模式,不仅使其连续多年实现全国人口总量与增量“双第一”,更凸显了其作为经济与人口核心引擎的持久吸引力。

与广东类似,新疆2025年常住人口实现了约7.1万的自然增长和约9.1万的机械增长。一方面,新疆持续吸引着人才与劳动力流入;另一方面,当地保持着较高的人口自然增长水平——2025年出生率达8.97‰,自然增长率为2.70‰,高于全国平均水平。

广东和新疆之外,更多人口增长省份依靠的是以强大的人口吸引力来弥补自然增长转负的缺口。浙江是其中的典型。2025年,浙江在自然增长人口减少约7.9万的情况下,依靠高达约38.9万人的跨省净流入人口,最终实现了31万人的常住人口净增。这背后是浙江极具活力的数字经济和民营经济对人口的吸聚效应所致。

上海常住人口的的增长与浙江类似,作为国际经济、金融、贸易、航运和科技创新中心,上海持续吸引着全球人才前来发展,凭借10.85万人的净流入实现了人口的总量增长。

海南、西藏、宁夏也主要得益于自贸港政策、边疆稳定发展与特色产业路径带来的外部人口吸纳能



力,尽管总量有限,但能实现人口稳定增加已属不易。

值得注意的是,在普遍面临人口外流压力的中部地区,湖北成为一个亮点。尽管人口总量在减少,但人口净流入在增长。湖北也是中部地区唯一的人口净流入省份——2025年较上一年减少23万人,其中自然减少26.8万人,净流入3.8万人。

与湖北情况类似的还有江苏、福建等经济强省,它们对省外人口仍具吸引力,但日益加深的老龄化和低生育率带来的自然人口“赤字”,导致人口总量下滑。这反映出,即便是经济发达地区,若不能有效提振生育水平,仅靠外部流入也难以完全扭转人口下降的长期趋势。

与上述省份相比,部分传统人口大省则面临着自然增长与机械增长均下降的“双重压力”。四川、湖南、安徽、山东、河南等省份均呈现这一特征。

寻求差异化人口发展路径

常住人口变动,不仅是统计数字的变化,更标志着中国人口发展已进入新阶段。

国家统计局人口和就业统计司司长王萍萍在2026年年初指出,中国正从数量型人口红利向质量型人才红利转变,这将有利于推动“十五五”时期经济社会高质量发展。

“十五五”规划纲要提出,完善人口发展战略,促进人口高质量发展。以应对人口老龄化、少子化为重点完善人口发展战略,健全覆盖全人群、全生命周期的人口服务体系,优化人口结构,提高人口素质,以人口高质量发展支撑中国式现代化。

对于广东、浙江等人口持续流

入的省份而言,当前的首要任务是将规模优势转化为质量优势。

四川、河南、山东等传统人口大省则正通过产业升级、区域协同和人力资本投资,力图化人口压力为发展动能。以四川为例,其“十五五”规划纲要提出,提升大城市人口和经济综合承载能力,推动制造业规模化、集群化发展,布局建设区域性医疗中心、教育中心,形成配套完善、功能复合的城市功能格局。

丁长发指出,不同省份呈现出差异化的发展特征:四川、河南当前更需强化产业支撑能力,全省产业链吸纳人口的潜力尚未充分释放;湖北、江苏则需在保持省域经济整体优势的基础上,进一步优化内部协调。他认为,各地超越简单产业转移思维的关键在于激活自身“比较优势”——四川可依托电子信息产业、河南可强化郑州、洛阳的产业链承载能力,做好公共服务配套,在统一大市场环境下,产业梯度转移是发挥优势的积极进程。

东北三省的“十五五”规划均将人才与人口工作放在重要位置,试图通过人力资源开发,吸引和留住人才,服务于全面振兴的目标。

在制度改革层面,丁长发建议,可重点探索建立与人口流动相匹配的财政资源配置机制,使教育、医疗、社保等公共资源更好服务于实际居住人口。同时深化社会保障全国统筹,降低生育养育成本——相关研究显示,中国0岁至大学本科毕业阶段的养育成本平均约为68万元,0至17岁的抚养成本也超过53万元,与人均可支配收入之比仍有优化空间,这为提振生育率、促进人口合理分布提供了政策发力点。

朱玟