

AI が予測する 2040 年・少子化ニッポンの未来と選択

～少子化が進むか、回復するか？今、日本社会は分かれ道に立っている～

ライフデザイン研究部 主席研究員/テクノロジーリサーチャー 柏村 祐

(要旨)

- 日本は歴史的にも未曾有の急速な人口減少に直面しており、出生数や合計特殊出生率は過去最低を更新し続けている。この状況は、労働力不足による経済成長の鈍化や社会保障制度の持続可能性など、社会経済システムの根幹を揺るがす複合的な課題を突きつけている。このまま有効な対策が講じられなければ、国家としての強靱性そのものが損なわれかねないという強い危機感が示されている。
- 当レポートでは、AI 技術を用いて 2040 年の少子化に関する 3 つのシナリオ（楽観・中立・悲観）を予測した。AI は、政府の子育て支援、実質賃金上昇を伴う経済成長、ジェンダー平等、国民の結婚・出産への幸福度などが将来の出生動向を左右する重要変数と分析した。現状の延長線上では合計特殊出生率が 1.0 近辺まで低下する「中立シナリオ」の可能性が最も高く、有効な対策がなければ 0.7～0.9 まで落ち込む「悲観シナリオ」も警告されており、社会活力の低下と将来世代の負担増が深刻化する未来が示唆される。
- AI 予測は未来を確定するものではなく、現時点での可能性として吟味し活用することが重要である。この AI の警告を真摯に受け止め、政府は安定財源に基づく子育て世帯への経済支援、保育・教育の質の向上、働き方改革の徹底、若者が希望を持てる社会経済環境の整備といった大胆な政策パッケージを策定・実行する必要がある。未来は私たちの選択と行動に委ねられており、社会全体でこの歴史的国難に立ち向かう国民的コンセンサスと世代を超えた連帯を築き、持続可能で包容力のある日本の未来を創造していくことが求められる。

1. はじめに

我が国は今、歴史上経験したことのない急速な人口構造の変化に直面している。厚生労働省が発表した令和6年の人口動態統計（概数）（注1）によれば、出生数は68万6061人と前年より4万1227人減少し、統計開始以来過去最少を更新し続けている。

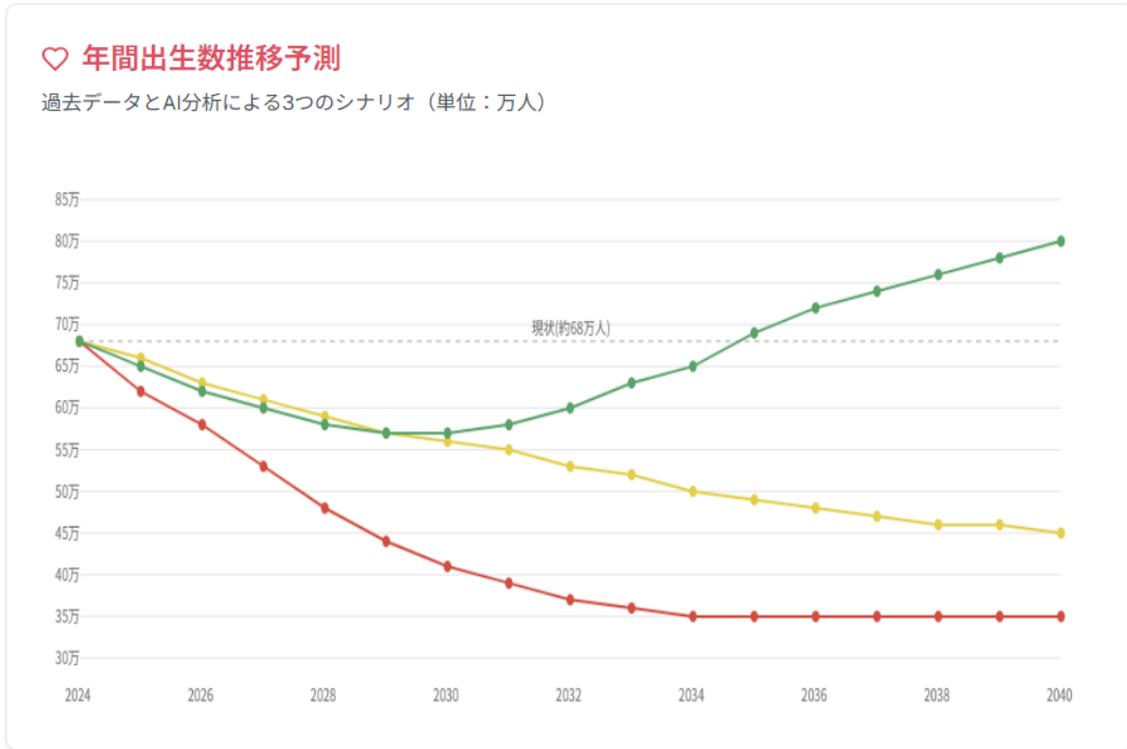
合計特殊出生率は1.15と、前年の1.20からさらに低下し、人口維持に必要とされる置換水準2.07を大きく下回る状況が長期化している。一方で、死亡数は160万5298人と増加傾向にあり、自然増減数はマイナス91万9237人と、減少幅は拡大の一途を辿る。

この「静かなる有事」ともいえる少子化と人口減少は、労働力不足による経済成長の鈍化、社会保障制度の持続可能性への挑戦、イノベーション創出力の低下、地域社会の活力喪失など、社会経済システムの根幹を揺るがす複合的な課題を突きつけている。このまま有効かつ抜本的な対策を講じられなければ、国家としてのレジリエンス（強靱性）そのものが損なわれかねないという強い危機意識のもと、我々は未来の日本の姿を冷静かつ多角的に見据える必要がある。

2. AIによる2040年少子化シナリオ予測

本レポートでは、最新のAI技術を用い、過去の出生数、合計特殊出生率、経済指標、社会保障制度、女性の就業状況、育児支援策、国民の価値観の変化など多岐にわたるデータを学習させ、2040年までの日本の少子化に関する3つのシナリオを予測した。AIは特に、1) 政府の子育て支援予算の対GDP比と実効性、2) 実質賃金上昇を伴う経済成長と雇用の安定性、3) ジェンダー平等と働き方改革の真の進展、4) 国民の結婚・出産への主観的幸福度と将来への楽観度が、将来の出生動向を左右する重要変数であると分析した（資料1）。

資料 1 AIによる2024年～2040年の3つのシナリオ予測



<p>↗ 発生確率 15%</p> <p>楽観シナリオ：希望への転換点</p> <p>政府の異次元対策が奏功し、V字回復を実現</p> <p>2040年出生数 約80万人</p> <p>合計特殊出生率 1.6～1.8</p>	<p>⊖ 発生確率 55%</p> <p>中立シナリオ：緩慢なる構造的低下</p> <p>現状政策は継続するが根本解決には至らず</p> <p>2040年出生数 約45万人</p> <p>合計特殊出生率 1.0近辺</p>	<p>↘ 発生確率 30%</p> <p>悲観シナリオ：加速する負の連鎖</p> <p>有効対策なく少子化が加速、負のスパイラル</p> <p>2040年出生数 約35万人</p> <p>合計特殊出生率 0.7～0.9</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(出所) Google AI Studio より筆者作成

1) 楽観シナリオ (発生確率: 15%)

政府の異次元かつ持続可能な少子化対策が奏功し、社会全体の意識と行動が構造的に変革されることで、合計特殊出生率は2040年に1.6～1.8程度までV字回復する。背景には、GDP比3%以上の児童関連社会支出、質の高い教育・保育の提供、男性育休取得率80%超、ワークライフバランスの抜本的改善、若年層の経済的安定がある。AIは、今後5～10年の集中的な政策投資と社会システムのパラダイムシフトが成功した

場合に、その実現可能性が高まると分析している。このシナリオによれば、年間出生数は一時的な減少後、2030年代半ばから増加に転じ、2040年には約80万人を回復し、人口減少速度を大幅に緩和する。

2) 中立シナリオ(発生確率:55%)

現状の政策は一定効果をもつものの、少子化の根本的な原因である構造的課題の解決には至らず、合計特殊出生率は2040年に1.0近辺まで緩やかに低下する。子育て支援策は継続されるが、財源制約や社会変革の遅れから効果は限定的となる。また、経済低成長と若年層の経済基盤の脆弱さが続き、子どもを持ちたいと願う人の障壁が残る。AIは過去トレンドと政策効果の限定性から、このシナリオを最も可能性が高いと判断している。このシナリオによれば、年間出生数は減少し続け、2040年には約45万人となり、社会活力低下と将来世代の負担増が深刻化する。

3) 悲観シナリオ(発生確率:30%)

有効な対策が打たれないか的外れだった場合、少子化がさらに加速し、合計特殊出生率は2040年に0.7～0.9程度まで落ち込む。経済悪化、社会不安増大、未婚化・晩婚化の進行、「子どもをもつことはリスク」という意識の蔓延が想定される。これらにより、現役世代の社会保障負担が限界を超え、将来不安が出生行動をさらに抑制する負のスパイラルに陥る。外的ショックや国内政治・経済の混乱長期化で現実味が増すとAIは警告している。このシナリオによれば、年間出生数は急減し、2040年には約35万人に突入し、国家機能維持すら困難な「人口崩壊」に近づく。

3. AIの予測をどう受け止め、どう活かすか？

AI予測は未来を確定するものではなく、現時点での可能性である。AI予測には、1) 未曾有の事象や人間の意志による非連続的な変革の織り込みの困難性、2) 学習データバイアスの影響リスク、3) 政策の質や実行力などの定性的要素評価の難しさといった限界がある。これらを認識したうえで、AI予測を批判的に吟味し、不確実性を許容しながら未来を構想する「思考の触媒」として活用する姿勢が肝要である。

個人レベルでは、マクロな社会変動をライフキャリアデザインと照らし合わせ、主体的に対応する力を養うことが肝要である。キャリア形成、結婚、出産、子育て、老後の生活設計において、個人が社会構造変化の影響を理解し、レジリエンスを高めることが求められる。

また、企業にとって少子化は労働力不足に留まらず、市場構造、イノベーション、社会的存在意義に関わる経営課題である。従業員の仕事と育児の両立支援環境整備は

必須の投資であり、人口構造の変化を新たな事業機会と捉える戦略的視点と人材育成が不可欠となる。

最も重要なのは、政府および地方自治体の役割である。未来は能動的な政策介入と国民的努力で創造されるべきであり、AIの警告を真摯に受け止め、真に「異次元」の長期的・包括的・大胆な政策パッケージを策定・実行する必要がある。具体的には、1) 安定財源に裏打ちされた子育て世帯への抜本的経済支援、2) 保育・教育の質の向上と量の確保、3) 働き方改革の徹底とジェンダー平等の実現、4) 結婚・妊娠・出産・育児に関する包括的支援体制、5) 若者や女性が希望を持てる社会経済環境の整備などを強力に推進すべきである。その際、AI予測を政策効果のシミュレーションや進捗評価に活用し、EBPMを徹底するとともに、国民各層との対話を通じた「参加型ガバナンス」が政策の実効性を高める鍵となる（資料2）。

資料2 AI予測をどう受け止め、どう活かすか？



(出所)筆者作成

4.未来は私たちの選択と行動に委ねられている

AIが描き出した少子化の未来シナリオは、私たちと社会全体に突きつけられた厳しい課題である。現状トレンドが継続すれば、日本社会の活力は不可逆的に損なわれ、次世代に計り知れない困難を強いる。しかしAI予測は運命論ではなく、「このままではいけない」という強い警鐘を鳴らし、覚醒と行動変容を促す「鏡」として機能する。楽観シナリオの存在は、たとえ困難な条件下でも、私たちの主体的な選択と断固たる行動で未来を変革し得る希望の証左である。

少子化は、個人の選択と、長年の経済・社会構造の歪み、ジェンダー不平等、未来

への希望の持ちにくさが絡み合った「社会の鏡像」である。AI 予測はその因果関係の一端を可視化し、課題の深さと対策の緊急性を浮き彫りにする。この科学的知見にもとづく警鐘をエネルギーへと転換し、政府、企業、そして私たち一人ひとりが「自分ごと」として何をすべきかを真剣に問い直し、具体的行動へと踏み出すことが今まさに求められている。「まだ間に合う」のではなく、「今、行動しなければ間に合わない」という切迫感を共有し、社会全体でこの歴史的国難に立ち向かう国民的コンセンサスと、世代を超えた連帯を構築しなければならない。未来の世代に対する最も重要な責任は、彼らが希望をもって生きられる社会基盤を築くことである。AI という強力なツールがもたらす洞察を最大限に活用しつつも、最終的には倫理観と未来への責任感に裏打ちされた人間の知恵と勇気ある決断によって、この危機を克服し、持続可能で包容力のある日本の未来を創造していかなければならない（資料 3）。

資料3 少子化対策の主体別アクションプラン



(出所)筆者作成

以上

【注釈】

- 1) 厚生労働省「令和6年(2024)人口動態統計月報年計(概数)の概況」
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai24/dl/kekka.pdf>

人口減少時代の未来設計図

～社会・経済、そしてマインドの変革～

本資料は情報提供を目的として作成されたものであり、投資勧誘を目的としたものではありません。作成時点で、第一生命経済研究所が信ずるに足ると判断した情報に基づき作成していますが、その正確性、完全性に対する責任は負いません。見直しは予告なく変更されることがあります。また、記載された内容は、第一生命保険ないしはその関連会社の投資方針と常に整合的であるとは限りません。