第1章　本県のあらまし

1　位置

○　本県は、関東地方の北部に位置する内陸県で、北緯 36° 11’59”（極南：栃木市藤岡町下宮南方）～37° 9’18”（極北：那須塩原市三本槍岳西方）、東経139° 19’35”（極西：日光市袈裟丸山北方）～140° 17’33”（極東：那須郡那珂川町大那地東方）の間にあり、東は茨城県、西は群馬県、南は茨城、埼玉、群馬の3県に、北は福島県に接し、首都圏から 60～160km の位置にあります。

2　面積

○　本県は、面積 6,408.09 ㎢で、国土面積の約 1.7%に当たり、関東地方の都県の中で最大の広さ（全国第 20 位）となっています。東西約 84km、南北約 98km の楕円形をなし、東部、北部及び西部が山地であり、中央部から南部にかけて関東平野が広がっています。

図1-1　栃木県の位置

3 地形

○　本県の自然は、東部の八溝山地、北部から西部にかけての那須連山、帝釈山地、足尾山地の山岳地帯と中央部の那珂川、鬼怒川、渡良瀬川の沿岸平野部の３地域に大別されます。

東部の八溝山地は、標高 300～1,000m のなだらかな丘陵地です。北部から西部にかけての山岳地帯は日光国立公園に指定されており、日光・鬼怒川・川治・栗山・塩原・那須などの観光地があります。日光国立公園区域の大半は那須火山帯に属する山岳地であり、那須岳（活火山）、高原山（活火山）、男体山（活火山）などの山岳が分布します。これらの標高 1,900m 以上の山脈が関東地方の北限を形成し、その山麓には瀑布や湖沼が点在しています。

また、那珂川は八溝地域から東折して茨城県に入り、鬼怒川は中央部を、渡良瀬川は群馬県との県境を流れ利根川に合流し、ともに太平洋に注いでいます。

なお、土地の最も高いところは白根山頂の海抜 2,578m、最も低いところは栃木市藤岡町下宮地内の海抜 12.1m です。

図1-2　地　形　図

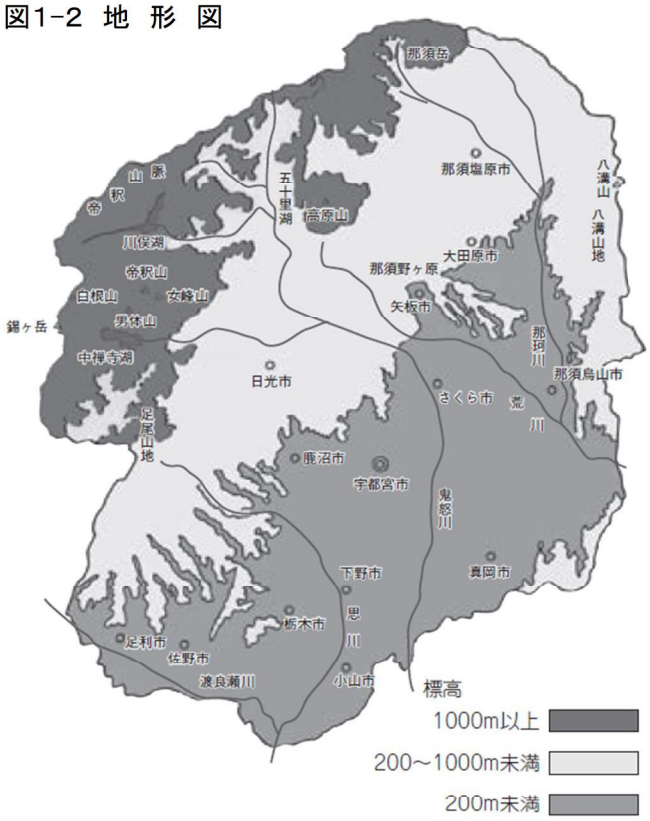
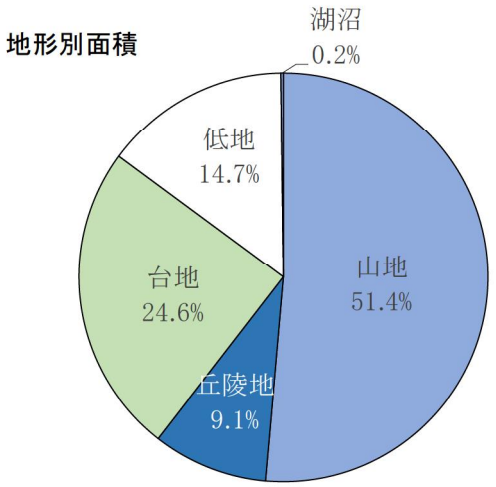
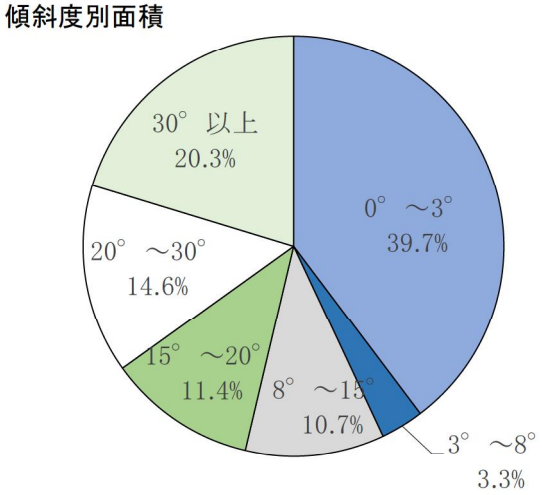


図1-3　地形別傾斜度別面積



資料：国土交通省「土地分類図」



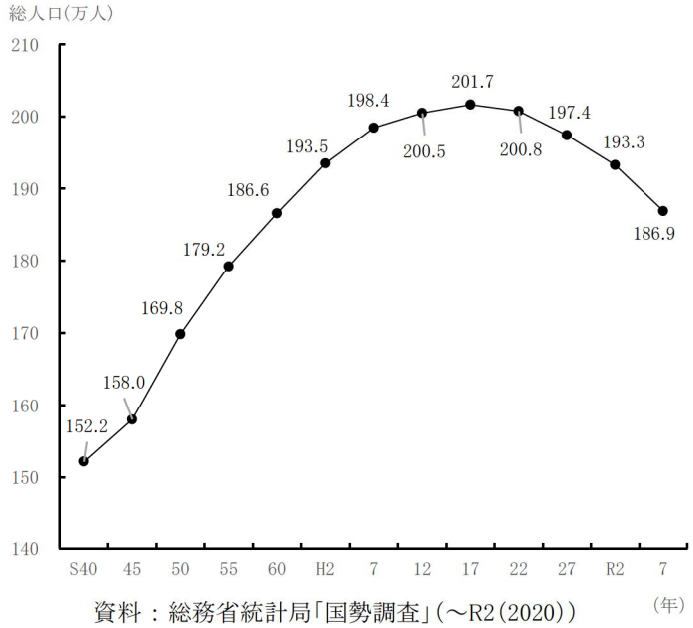
資料：国土交通省「土地分類図」
※湖沼等の面積を除く。

4 人口

○ 本県の人口は、平成9(1997)年9月3日に 200 万人を突破しましたが、平成 17(2005)年 10 月1日現在の 2,016,631 人をピークに減少傾向を示しています。令和7(2025)年 10 月1日現在では、1,868,706 人(男 934,062 人、女 934,644 人)と、令和6(2024)年 10 月と比べ 13,636 人(0.72%)減少しています。

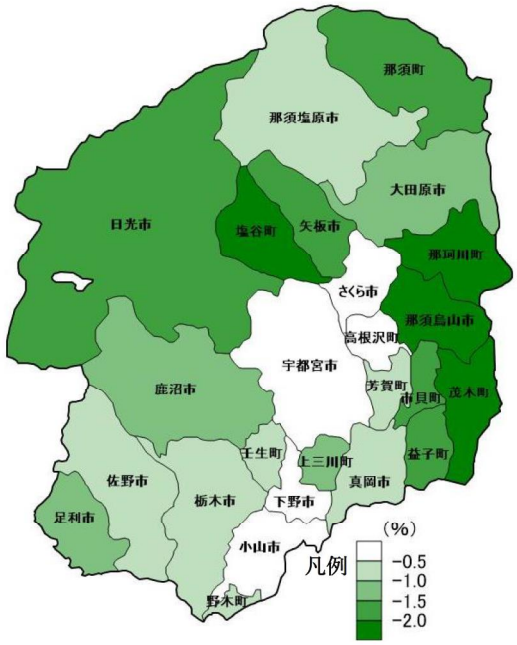
○ 本県の人口を令和7(2025)年 10 月1日現在で市町別にみると、宇都宮市が 51.1 万人で最も多く、小山市が 16.5 万人、栃木市 14.8 万人、足利市 13.6 万人と続いており、上位4市が栃木県人口の半分以上(51.52%)を占めています。人口の増減について、令和6(2024)年と令和7(2025)年の 10 月1日現在で比べてみると、25 市町全てで減少しています。

図1-4 人口の推移
(昭和40(1965)年～令和7(2025)年)



資料：総務省統計局「国勢調査」(～R2(2020))
生活文化スポーツ部統計課「栃木県毎月人口調査」
(令和7(2025)年10月1日現在)

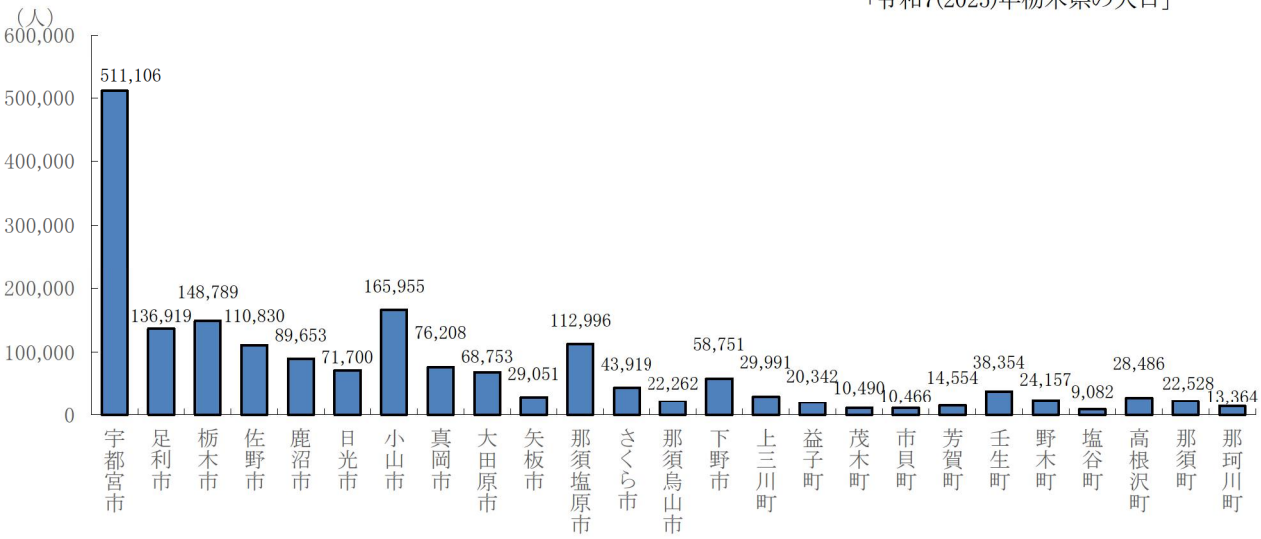
図1-5 人口増減状況
(令和6(2024)年～令和7(2025)年)



※令和7(2025)年 10 月1日現在

資料:生活文化スポーツ部統計課
「令和7(2025)年栃木県の人口」

図1-6 市町別人口状況



資料:総務省統計局「国勢調査」(～R2(2020))
生活文化スポーツ部統計課「栃木県毎月人口調査」
(令和7(2025)年10月1日現在)