



Pénurie de main-d'œuvre, Conjoncture et croissance

Japon, l'exemple à ne pas suivre: sa population vieillit, s'appauvrit et diminue

02.06.2026

D'un coup d'oeil

- Depuis 30 ans, le Japon est confronté à une diminution de sa population active
- La croissance économique est restée modeste et on assiste à un exode rural
- L'exemple du Japon doit nous mettre en garde contre l'idée de mettre en place en Suisse une politique d'immigration rigide

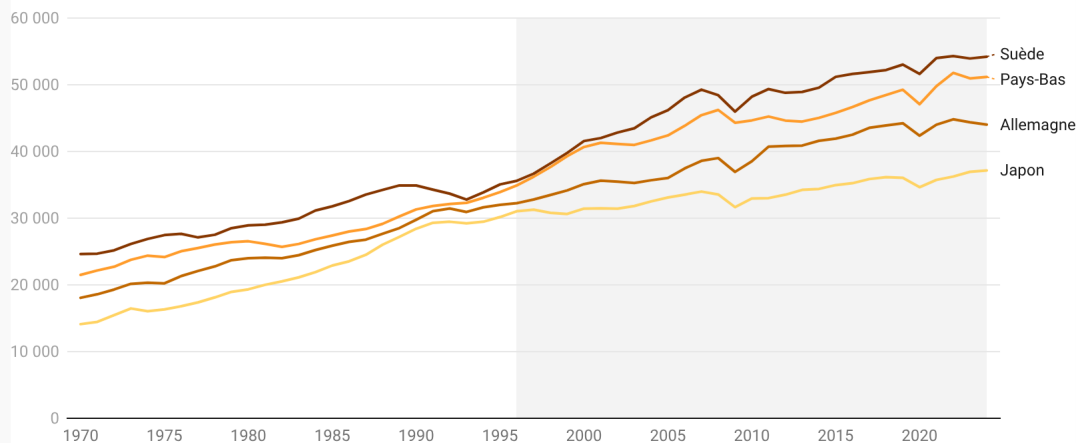
Le 14 juin 2026, le peuple suisse se prononcera sur l'inscription dans la Constitution d'un plafond démographique fixé à 10 millions d'habitants. D'après les enquêtes réalisées, cette initiative pourrait recueillir de nombreuses voix, en particulier dans les zones rurales. De nombreux citoyens estiment en effet que l'immigration et la croissance démographique qui en découle sont trop importantes. Le plafond démographique proposé est présenté comme une solution simple pour lutter contre cette tendance. «Préservez ce que nous aimons», tel est le slogan des partisans d'un plafonnement rigide. Examinons les faits: dans un pays à la population vieillissante, peut-on maintenir la prospérité, l'approvisionnement hors des centres et le dynamisme économique et en même temps limiter strictement l'immigration lorsque le seuil inscrit dans la Constitution sera atteint? Dans le débat actuel, il est intéressant de s'intéresser au Japon.

Une population active qui diminue et des gains de prospérité pour ainsi dire inexistantes

La population japonaise est l'une des plus âgées du monde. Depuis près de trente ans maintenant, la population active du Japon, c'est-à-dire les personnes âgées de 15 à 64 ans, diminue. Cette évolution démographique impacte l'évolution du produit intérieur brut (PIB) réel par habitant: à partir de 1970, le Japon a commencé à rattraper son retard en matière de prospérité par rapport aux autres pays industrialisés. Au milieu des années 1990, son PIB par habitant était aussi élevé que celui de l'Allemagne, des Pays-Bas ou de la Suède. Sauf que la situation a changé à ce moment-là: la population active a continué de croître dans les pays européens, mais commencé à se contracter au Japon. Les conséquences sur l'évolution de la prospérité sont évidentes: depuis 1996, les Allemands ont vu leur PIB par habitant augmenter de 37%, après correction de l'inflation, sachant que les Néerlandais et les Suédois ont même enregistré une progression de 50% environ. Au Japon, les gains de prospérité ont été bien plus modestes (20%). Avec le déclin de sa population active, le Japon n'était plus en mesure de rivaliser avec les autres pays.

PIB réel par habitant

En USD



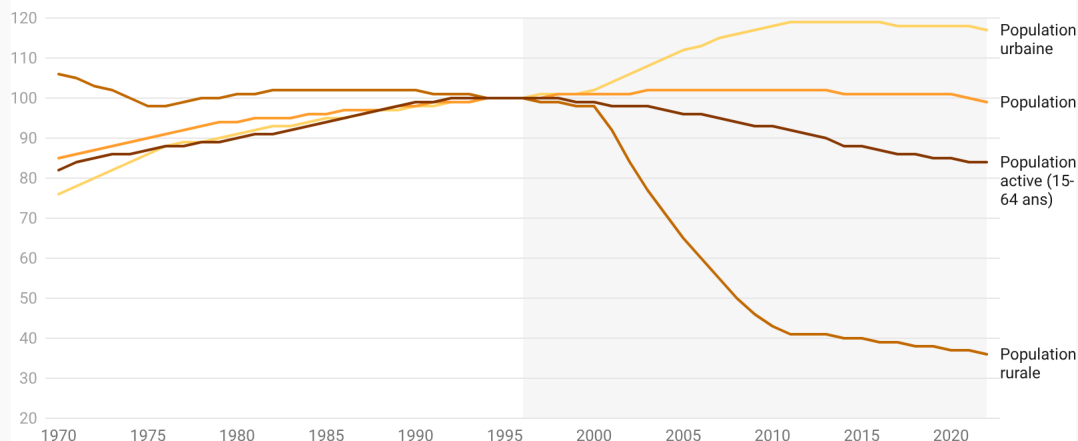
Graphique: economiesuisse (Guido Saurer) • Source: Banque mondiale • Créé avec Datawrapper

Les zones rurales du Japon se dépeuplent toujours plus

Depuis le milieu des années 1990, la population active japonaise diminue, avec une population totale pour ainsi dire stable. Depuis cette période, la croissance économique est restée modeste. Cela n'est toutefois qu'une des conséquences du vieillissement démographique. Une autre conséquence apparaît lorsqu'on examine la répartition de la population entre les zones rurales et urbaines. Jusqu'au milieu des années 1990, la population totale a augmenté à peu près au même rythme que la population active. La population urbaine a poursuivi sur sa lancée, alors que celle des zones rurales est restée globalement stable. Depuis que la population active diminue, on observe un exode rural massif. Depuis 1996, la population a reculé de 63% dans les zones rurales. En chiffres absolus, elle est passée de plus de 27 millions de personnes à quelque 10 millions seulement aujourd'hui.

Évolution démographique du Japon

Indexé, 1996 = 100



Graphique: economiesuisse (Guido Saurer) • Source: FAO • Créé avec Datawrapper

Enseignements pour la Suisse

L'exemple du Japon met en évidence deux choses: premièrement, un pays dont la population active diminue et qui ne peut compenser cette baisse par l'immigration, en raison d'une politique migratoire restrictive, voit son niveau de vie baisser à moyen terme. Deuxièmement, lorsque la population active baisse, il devient de plus en plus difficile de maintenir l'approvisionnement en biens et, surtout, en services dans les zones rurales. La main-d'œuvre nécessaire pour cela fait tout simplement défaut.

Les gens se voient contraints de déménager dans des zones plus urbaines, où l'approvisionnement reste assuré. Chaque départ accentue la spirale baissière: moins de personnes, c'est moins d'offre. Au final, il reste des zones rurales dépeuplées. Des villages autrefois animés se muent en groupes de maisonnettes inhabitées. Des restaurants, des magasins, des écoles et des hôpitaux ferment.

Dans la perspective de la votation sur un plafond démographique rigide, l'exemple du Japon montre dans quelle direction les choses pourraient évoluer sous peu. En Suisse aussi, la population active diminue à l'échelle nationale. Et pour pouvoir respecter la limite de 10 millions d'habitants, il faudra bientôt

restreindre massivement l'immigration. Dès lors, la question se pose: un plafonnement démographique nous permettrait-il vraiment de «préserver ce que nous aimons», ou provoquerait-il la disparition progressive de ce que nous aimons?



Rudolf Minsch

Responsable Politique économique générale & Économie extérieure, Chef économiste, membre de la direction



Guido Saurer

Responsable suppléant du département Politique économique et formation



Corine Fiechter

Responsable de projets Politique économique et formation