

# 我国的少数民族及其地理分布

## I. 我国民族概况

- 我国地大物博，拥有多元文化，共有 56 个官方认可的民族。
- 相较于汉族，其他 55 个民族的人口较少，因此通常被称为「少数民族」。
- 我国的民族分布特征显着，呈现「大杂居、小聚居、相互交错居住」的格局。在汉族为主的地区，有少数民族聚居；而在少数民族地区，也有汉族居民。这种分布格局是各民族长期历史互动和流动的结果。我国的少数民族虽然人口较少，但分布广泛。

## II. 人口统计概况

- 如前所述，汉族是我国最大的民族，2020 年汉族人口超过 12 亿。虽然汉族占总人口的大多数，截至 2020 年的第七次全国人口普查，汉族人口约占 91.11%。但其余 55 个少数民族为我国的文化多样性和丰富性作出了重大贡献 (国务院第七次全国人口普查领导小组办公室, 2020)。
- 在汉族之后，人口较多的少数民族有 (表一) (国务院第七次全国人口普查领导小组办公室, 2020):

表一：我国主要少数民族人口

民族	人口 (2020 年)	占我国总人口的百分比
壮族	19,568,546	1.39%
维吾尔族	11,774,538	0.84%
回族	11,377,914	0.81%
苗族	11,067,929	0.79%
满族	10,423,303	0.74%
彝族	9,830,327	0.70%
土家族	9,587,732	0.68%
藏族	7,060,731	0.50%
蒙古族	6,290,204	0.45%
布依族	3,576,752	0.25%

资料来源：中国人口普查年鉴 2020

- 少数民族在我国的分布不均，主要集中在西部和北部地区（表二）。其特点包括：
  - 山地地形：西藏自治区、新疆维吾尔自治区、内蒙古自治区等地以喜马拉雅山、昆仑山、天山等高山山脉为主。这些崎岖的环境塑造了藏族、维吾尔族和蒙古族的传统生活方式和生计。
  - 草原：我国北方地区，包括内蒙古自治区和新疆维吾尔自治区，拥有广阔的草原。这些环境支撑着蒙古族、哈萨克族等民族的传统游牧生活方式。

表二：我国少数民族分布

地区	少数民族数量	少数民族
东北、内蒙古	7	满族、朝鲜族、蒙古族、达斡尔族、鄂温克族、鄂伦春族、赫哲族
西北	14	回族、维吾尔族、哈萨克族、东乡族、土族、锡伯族、柯尔克孜族、撒拉族、塔吉克族、乌孜别克族、俄罗斯族、裕固族、保安族、塔塔尔族
西南	25	苗族、彝族、藏族、布依族、侗族、白族、哈尼族、傣族、傈僳族、仡佬族、拉祜族、佤族、水族、纳西族、羌族、景颇族、布朗族、普米族、阿昌族、怒族、基诺族、德昂族、独龙族、门巴族、珞巴族
中南、东南	9	壮族、土家族、瑶族、黎族、畲族、高山族、仫佬族、毛南族、京族

### III. 文化多样性

- 我国少数民族拥有多元的文化、语言、习俗和传统，为丰富的文化做出了巨大贡献。
- 这种文化多样性最明显地体现在各族群的传统服饰上。除了服饰，少数民族还有独特的宗教信仰、音乐、舞蹈和手工艺等艺术传统。
- 这些文化元素深植于各民族的历史和身份认同中，并经常通过节庆、文化活动和教育计划得以传承。
- 透过各种旨在保护这些少数群体权利的政府政策和措施来庆祝和维护这种多样性：

- 语言—我国各民族都有使用和发展自己的语言文字的自由。除了回族和满族共用汉语外，其他 53 个民族都使用自己的语言。有文字的民族共有 21 个，使用的文字共有 27 种。其中壮族、布依族、苗族、纳西族、傈僳族、哈尼族、佤族、侗族、景颇族、土族等十三个民族是在政府的帮助下发展或完善的。
- 宗教—根据《中华人民共和国宪法》关于公民宗教信仰自由的规定，我国政府制定了尊重和保护少数民族宗教自由的具体政策，保障少数民族公民参与一般合法的正常宗教活动的自由。



广西壮族的传统服饰



苗族的传统服饰

鸣谢广西贵港市江南中学及广西贵港市蒙公镇民族初级中学提供照片

#### **IV. 区域自治和政策**

- 我国为了体现充分尊重和保障各少数民族管理本民族内部事务权利的精神，中国政府实行区域自治制度，体现了国家坚持实行各民族平等、团结和共同繁荣的原则（中华人民共和国中央人民政府, 2005）。这一制度赋予某些地区一定程度的自治权，如新疆维吾尔自治区和西藏自治区。
- 我国政府成功地寻求在民族团结和保护民族多样性之间取得平衡。
- 我国的民族自治地方分为自治区、自治州和自治县（旗）三类。民族自治地方的设立主要包括以下几种情况：
  - 以一个少数民族聚居区为主建立的自治地方，如新疆维吾尔自治区等。
  - 以两个少数民族聚居区联合建立的自治地方，如青海省海西蒙古族藏族自治州等。
  - 以多个少数民族聚居区联合建立的自治地方，如广西龙胜各族自治县等。
  - 在一个大的少数民族自治地方内，人口较少的少数民族聚居区建立自治地方，如广西壮族自治区的恭城瑶族自治县等。
  - 若一个民族在多处有聚居区的，则建立多个自治地方，如宁夏回族自治区、甘肃省临夏回族自治州、河北省大厂回族自治县等。
  - 对于有些少数民族聚居地区，因地域太小、人口太少，不宜建立自治地方和设立自治机关的，我国政府通过在这些地区设立民族乡的办法，使这些地区的少数民族也能行使当家作主的权利。民族乡是对民族区域自治制度的一种补充。

#### **V. 各自治区民族分布**

- 某些少数民族在特定自治区的高人口比例，突显了我国的文化多样性（国务院第七次全国人口普查领导小组办公室, 2020）：
  - 新疆维吾尔自治区
    - 维吾尔族：44.96%；汉族：42.24%；哈萨克族：5.96%；回族：4.27%
  - 西藏自治区
    - 藏族：86.01%；汉族：12.15%；回族：0.70%；门巴族：0.29%
  - 内蒙古自治区
    - 汉族：78.74%；蒙古族：17.66%；满族：1.95%；回族：0.89%
  - 宁夏回族自治区
    - 汉族：64.05%；汉族：35.04%；满族：0.39%；苗族：0.15%
  - 广西壮族自治区
    - 汉族：62.48%；壮族：31.36%；瑶族：3.36%；苗族：1.15%

## **VI. 结论**

- 我国丰富的民族多样性，展现了悠久的历史以及各民族在多样化自然环境中的共存。要全面了解这种多样性，认识少数民族的独特文化、面临的挑战和所作的贡献至关重要。
- 请浏览中华人民共和国国家民族事务委员会的网站，以获取更多关于我国各少数民族的资讯 (<https://www.neac.gov.cn/seac/ztzl/zgmzjs/index.shtml>)。

## **参考资料**

1. 中华人民共和国国家民族事务委员会. (2024) “中华各民族.” <https://www.neac.gov.cn/seac/ztzl/zgmzjs/index.shtml>
2. 国务院第七次全国人口普查领导小组办公室. (2020). “中国人口普查年鉴 2020.” <https://www.stats.gov.cn/sj/pcsj/rkpc/7rp/zk/indexce.htm>
3. 中华人民共和国中央人民政府. (2005) “中国的民族区域自治” [http://big5.www.gov.cn/gate/big5/www.gov.cn/zwgk/2005-05/27/content\\_1585.htm](http://big5.www.gov.cn/gate/big5/www.gov.cn/zwgk/2005-05/27/content_1585.htm)