

For New Voters

関連ページ集

(令和8年5月現在)



東京都選挙管理委員会
ホームページ



文京区選挙管理委員会
ホームページ

新たに 「有権者」となる あなたへ

- How to Vote
- Various Information
about Elections



令和7年度 明るい選挙ポスターコンクール
文京区優秀賞・東京都最優秀賞・
みんなのいいね♪賞
都立工芸高等学校 江渡 茜さんの作品

[選挙についてのお問い合わせは]

文京区選挙管理委員会事務局 TEL 03(5803)1287

〒112-8555 文京区春日一丁目16番21号
文京シビックセンター11階 北側

令和8年5月作成
印刷物番号 M0126001

Bunkyo City Election Commission

Contents

皆さんは、これからさまざまな
権利と義務を持つこととなりますが
最も象徴的なことは、権利として
「選挙権」を得ることではないでしょうか。

皆さん一人ひとりの投票が私たちの生活に
いかに大きな影響を及ぼすかを
改めて考えていただき、
若者の意見を政治に反映させるためにも
貴重な一票を大切にしていきたいと
思っております。

これから新たなステージへと踏み出す
皆さんのご活躍を
ここから期待いたします。

文京区選挙管理委員会

● 選挙の豆知識	2
選挙のアレコレ	
● 選挙のながれ	4
自分にあった投票方法を見つけよう！	
● 当日投票	6
投票所のながれから豆知識まで	
● 期日前投票	8
便利で気軽に投票できます	
● 不在者投票	10
急な出張などにも対応！	
● 在外投票	11
外国からも投票できるんです	
● 有権者としての心得	12
寄附の禁止、選挙運動、投票率についてなど	

For New Voters

このバースデーレターは、70年ぶりの選挙権年齢
引き下げを機に、新有権者の皆さんに選挙をより
知っていただきたいとの思いから、平成28年6月
より作成しています。

なぜ投票に行くべきなのか

日本は皆さん一人一人が決定権(国民主権)を持っている国です。

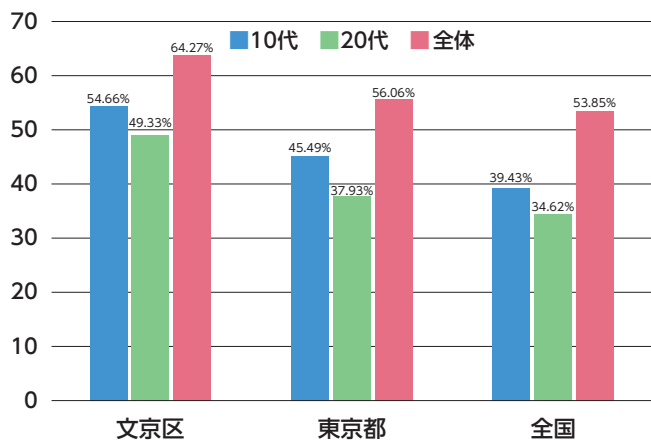
選挙は、私たち国民が政治に参加し、意思を政治に反映させることのできる最も重要かつ基本的な機会です。

現代では、当たり前に行える投票ですが、昔は納税額や性別により制限があり、先人たちが大変な努力と長い歴史により闘い勝ち得た一票です。

「自分の一票なんて関係ない」ではなく、一人一人が先人たちの思いを受け継ぎ、意思表示の一票を投じましょう！

10代・20代の投票率について

令和6年 衆議院議員選挙投票率



令和6年の衆議院議員選挙では文京区の10代・20代・全体の投票率は、ともに東京都23区26市の中で一番でした！

しかし10代・20代は全体の投票率に及ばずまだまだ若い世代の投票率向上が必要です。



選挙の種類と今後のスケジュール

選挙種別	2026	2027	2028	2029
衆議院議員(4年)	○			
参議院議員(6年) 3年おきに改選			○	
都知事(4年)			○	
都議会議員(4年)				○
区長(4年)		○		
区議会議員(4年)		○		

※解散・辞任により早まる場合があります。

選挙の種類によって、記入内容が異なります。

(候補者名や政党名、×印等)

投票に行く前に確認しておきましょう！

Q 地方の大学に進学し、一人暮らしを始めました。住民票を移さなくても、今住んでいる自治体で投票はできるでしょうか？

A できません！
投票するには、選挙人名簿への登録が必要です。登録されるためには、転居先に住民票を移して、3か月経過する必要があります。引っ越したら、住民票を移しましょう。

Q 3月8日はある選挙の投票日。
Aさんは投票日翌日の3月9日が18歳の誕生日ですが、この選挙の投票ができるでしょうか？

A できます！ 年齢は、「年齢計算ニ関スル法律」で、誕生日の前日に1歳年齢を加算するものとされています。選挙資格は、選挙期日(投票日)現在において有していればよいため、選挙期日の翌日が18歳の誕生日であるこの場合は、投票ができます。

選挙の始まり

最初に、立候補の届出があります。
選挙権は日本国民なら18歳で得ることができますが、立候補するためには、選挙によって異なった年齢などの要件があります。

情報収集

候補者ごとに、それぞれ信条や理念は異なります。どの候補者の意見に賛成できるか、よく考えて、自分の意見をまとめておきましょう！

投票！

主張に共感できた候補者に一票を託します。
自分にあった方法で投票しましょう！

もっとも
スタンダード
「当日投票」

→P.6

当日に
用事があるなら
「期日前投票」

→P.8

旅行や
レジャーで
出かけていても
「不在者投票」

→P.10

海外からの
国政への
参画
「在外投票」

→P.11

当選、政治に反映

有権者からの支持を得て、定数や必要な得票数を満たした候補者が当選人となり、掲げた理念を実行していきます。政治家は、当選後が肝心です。厳しくチェックしていきましょう。

再び立候補

時代にあったニーズに応えるため、また、より良い社会の実現のために、任期を定めています。選挙はあなたの意見を政治に反映させるチャンスです。



投票日までの間に候補者や政党の情報を集めましょう！

演説会・討論会

候補者がどんな人物なのか、実際に見聞することで初めて分かる部分もあります。また、候補者同士が意見を交わす公開討論会は必見です。



インターネット

候補者や政党によっては、SNSやブログを選挙運動に活用しています。スマホやパソコンで簡単に情報収集できるので、選挙を身近に感じられるでしょう。



選挙公報

候補者の氏名・経歴などをまとめた新聞のようなものです。文京区では全世帯への各戸配布に加え、区内の駅や図書館等でも入手できます。



政見放送

テレビやラジオで候補者が自身の意見や考えを訴えます。候補者によって特色が出るので、中には政見放送が話題となる候補者もいます。



マニフェスト

当選した後に、どのようなことをいつまでに実現するかといった政策や目標などの公約がまとまったものです。比較することで、各々の主義・主張が見えてきます。



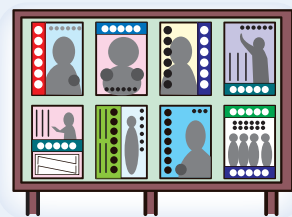
マスメディア

当選後、政党や当選者が実際にどのように活動しているのか、日頃から情報を集めておくことも、選挙の際に候補者を決める重要な要素のひとつになります。



その他

上に挙げたほかにも、選挙前になると街角に貼り出される選挙ポスターや地域の明るい選挙推進委員、有権者として一番身近な先輩である家族など、実際には色々な手段で選挙の情報は入手することができます。「いざ選挙！」という時に、「誰に投票すればいいかわからない」ということがないようにしましょう。



投票する候補者を選ぶ手段は、意外とたくさんあります！

当日投票

投票の流れを動画にしました! →



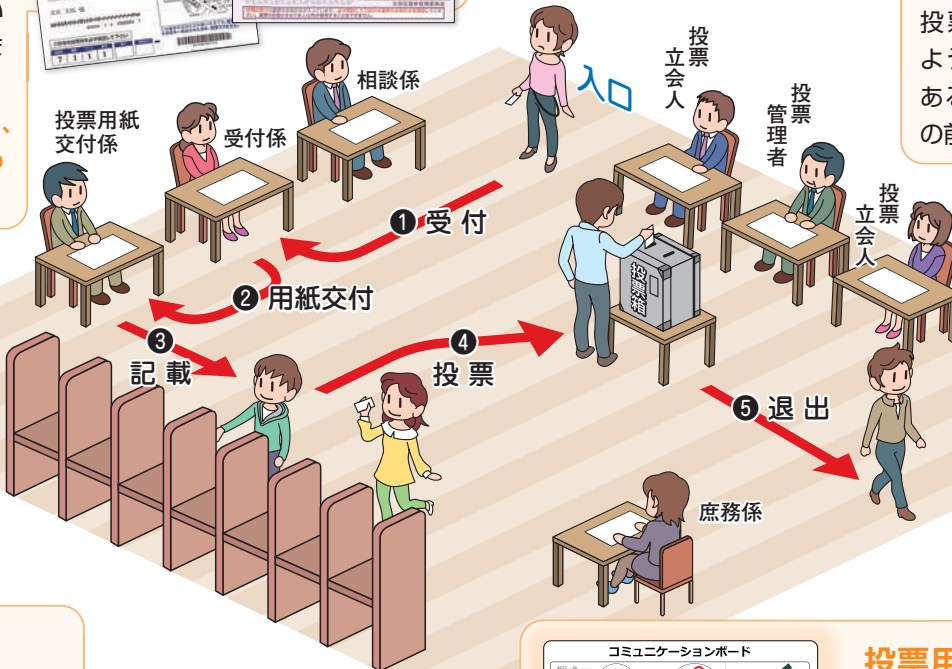
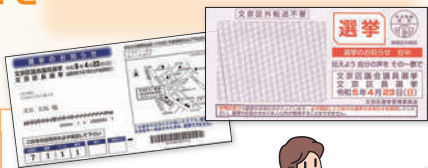
1 受付

Point なくした場合

本人確認ができれば、投票することができます！投票所で「相談係」へ行きましょう。

選挙のお知らせを渡します

ここで、選挙人名簿に登録されているか確認を行います。選挙のお知らせは、世帯ごとにまとめて郵送します。



本番であわてないように、ここでリハーサルしておきましょう!

Point 従事してる人って?

投票所の事務運営は、地域の方々と協力して行っています。

4 投票

忘れずに投票箱へ!

投票が公正に行われるよう、投票所の責任者である投票管理者や立会人の前で投票します。

お疲れ様でした。

2 用紙交付

投票用紙を受け取ります

本人の登録確認済みの選挙のお知らせを手渡し、投票用紙を受け取ります。



Point 投票用紙のヒミツ

実は普通の紙ではなく、特殊な素材で作られているため、折って投票箱に入れても自然に紙が開きます！ぜひ実際に触ってみてください。

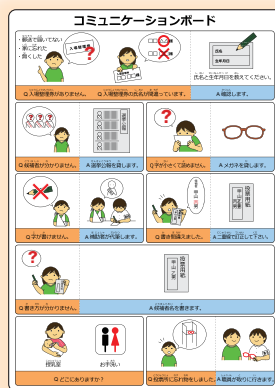
3 記載

投票用紙に記載します

投票用紙には、投票所にある鉛筆等を使ってお書きください。記載台には候補者等の一覧もあります。貴重な一票ですので、記入ミスに注意!

Point 意思表示の難しい方へ

各投票所にコミュニケーションボード等を用意しています。点字や代理での投票も可能です。



期日前投票

近年、利用者数が増加中！

「投票日は仕事やレジャーなどで投票に行けない…」
といった場合、公示（告示）日翌日から投票日の前日まで、区内の該当施設で期日前投票ができます。

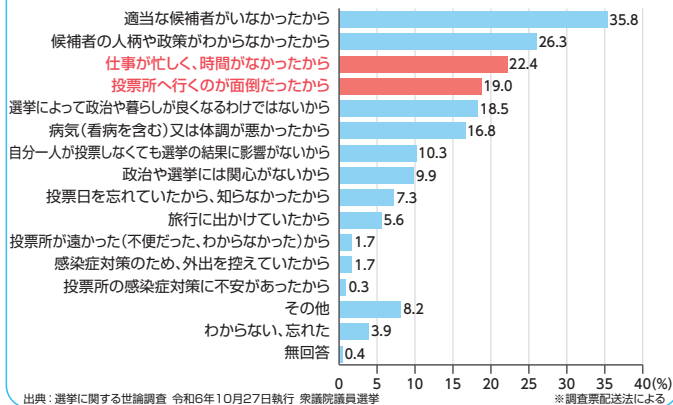
場所	文京区役所(文京シビックセンター内) ほか区内3か所
期間	文京区役所 選挙の公示(告示)日の翌日から投票日前日まで その他の施設 投票日1週間前の日曜日から投票日前日まで ※区議・区長選挙の場合は、投票日6日前の月曜日から投票日前日までとなります。

こんなあなたにオススメ!

- 投票日に学校行事がある
- 投票日は旅行に行く予定が…
- 引越しで当日は忙しい
- 病気や出産で、投票日の外出は難しいかもしれない…



棄権理由(複数回答) 令和6年執行 衆議院議員選挙



当日の投票所へ行くのが面倒な方や、仕事が忙しく、時間がない方には、期日前投票の利用がオススメです！

期日前投票は8時30分～20時まで！
(土・日曜日、祝日も投票できます)

「選挙のお知らせ」が お手元に届きます

期日前投票は、区役所ほか区内3か所の期日前投票所で行うことができます。
お越しの際は当日投票と同じく、「選挙のお知らせ」をお持ちください。

Point

「選挙のお知らせ」が届かない
(紛失した)

手元に「選挙のお知らせ」がなくても、本人確認(住所・氏名・生年月日)ができれば、投票することができます。



「宣誓書兼請求書」 に記入します

「宣誓書兼請求書」とは、投票日当日に都合がつかないことを宣誓し、投票用紙の交付を受けるためのものです。
その際には印鑑なども不要です。手続きも簡単です。

Point

選挙のお知らせの裏側を
ご覧ください!

世帯ごとに郵送している「選挙のお知らせ」の裏面には、「宣誓書兼請求書」が印刷されています。
こちらに記入して期日前投票所にお越しいただくと、より手続きがスムーズになります。

投票!

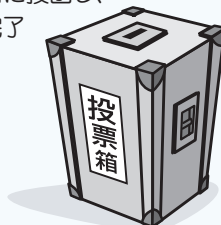
あとは、当日投票と同じ流れです。(P.6～7参照)
投票箱に投函し、投票完了です。

Point

「最初の投票者※」は

最初に投票箱に投函する方は、「投票箱に何も入っていないこと」を確認するため、投票箱の中を見ることができます。このことを「空虚確認」と呼び、2人目以降の方はできない貴重な体験です!!

※期日前投票においては、初日の最初に投票する方のみ。

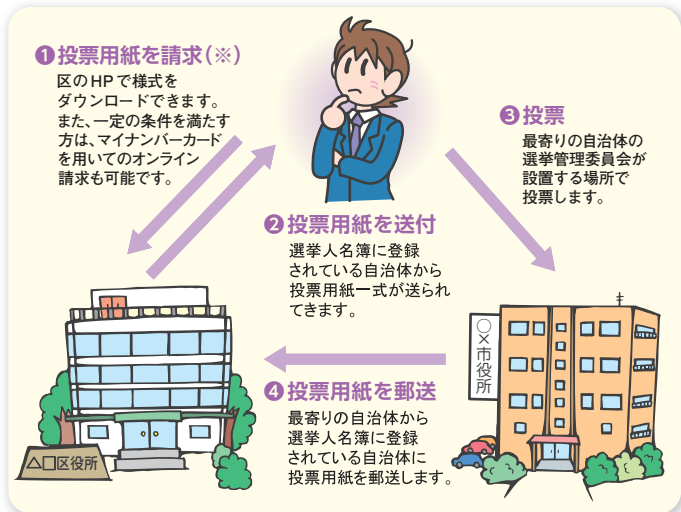


不在者投票

文京区から離れていても、投票できます！

一時滞在先での不在者投票

仕事や旅行などで、選挙期間中に名簿登録地以外の自治体に滞在している場合、滞在先の自治体の選挙管理委員会が設置する場所で、不在者投票をすることができます。



※詳しい請求方法等については、HPをご覧ください。

指定施設等での不在者投票

病院などの都道府県で定める「指定施設」に入院・入所されている場合、その施設内で不在者投票をすることができます。詳細は各施設にお問い合わせください。



郵便等による不在者投票

身体障害者手帳をお持ちで、別表に当てはまる方を対象に、自宅などで郵便等によって投票できる制度があります。事前に登録が必要ですので、詳細は選挙管理委員会にご相談ください。

【郵便等による不在者投票ができる方】

身体障害者手帳に記載されている障害の内容

障害等	等級等
両下肢、体幹、移動機能	1級又は2級
内臓機能 (心臓・腎臓・呼吸器・膀胱・直腸・小腸)	1級又は3級
免疫・肝臓	1級から3級まで

※一定の要件を満たしている場合、**代理記載人**による投票も可能です。

在外投票

海外居住者の投票

留学や仕事で海外に住んでいても、国政選挙で投票できる制度です。投票するには、「在外選挙人証」(在外選挙人名簿への登録)が必要となります。

●登録資格【申請場所】

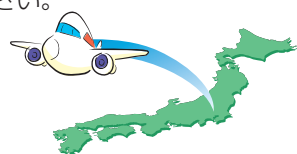
日本国籍を持つ満18歳以上で、以下のいずれかに該当する方

- 1) 同一在外公館の管轄区域内に引き続き3か月以上住所を有している【現住地を管轄する在外公館】
- 2) 出国前の最終住所地の選挙人名簿に登録されている【最終住所地の選挙管理委員会】

※申請手続きは、代理の方でもできる場合があります。詳細は選挙管理委員会までお尋ねください。

●投票方法 (以下の3種類)

- 「在外公館投票」
- 「郵便等投票」
- 「国内における投票」



有権者としての心得 ①

社会の一員として、必要な知識です。

寄附の禁止

政治家が選挙区内の人や団体にお金や物を贈ることは、時期や理由を問わず、公職選挙法で禁止されています。また、有権者から政治家に寄附を求めることも禁止されています。

- 入学祝や卒業祝
- 祭りや旅行への寄附や差し入れ
- 開店祝の花輪、葬式の供花 など



有権者は
政治家に寄附を
求めない!

「ルールを守って明るい選挙」

政治家から
有権者への寄附は
受け取らない!

政治家は
有権者に寄附を
贈らない!

明るい選挙推進運動

文京区では、約120人の明るい選挙推進委員が投票参加や棄権防止、明るくきれいな選挙を呼びかける啓発活動を行っています。

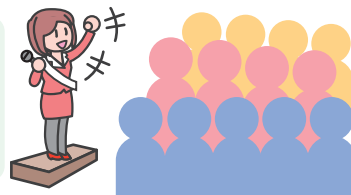


選挙運動

選挙運動には、公正・公平性を確保するために一定のルールが設けられています。

選挙運動は立候補届出が受理された時から、選挙期日の前日までの限られた期間のみ行うことができます。

- 街頭演説
- 個人演説会
- 選挙葉書の頒布
- 車上での拡声器の使用 など



選挙運動とは

「特定の選挙」に「特定の候補者」の当選をはかることを目的に投票行為を勧めることを指します。

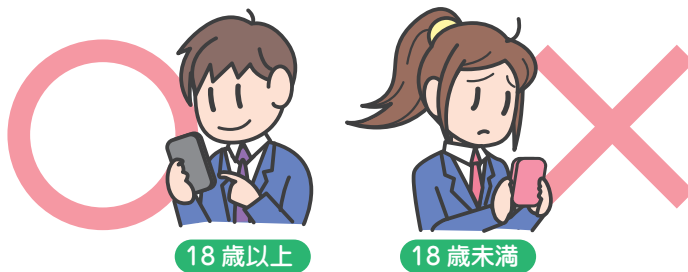


また、候補者以外に誰でも自由に行うことができる選挙運動もあります。

- 友達に投票や応援の依頼をする
- 候補者の応援メッセージをブログに書き込む
- 電話によって投票や応援の依頼をする など

例外

満18歳未満の人は、選挙運動を行うことができません。高校3年生の場合、同級生の中でも選挙運動をできる人とできない人がいますので、注意が必要です。



18歳以上

18歳未満

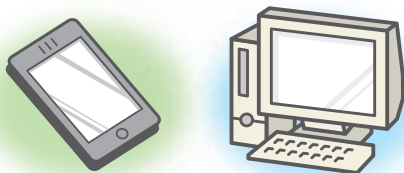
● 有権者としての心得 ②

インターネットの利用には気をつけましょう！

インターネット選挙運動

インターネットやメール、SNSを使った選挙運動ができます。

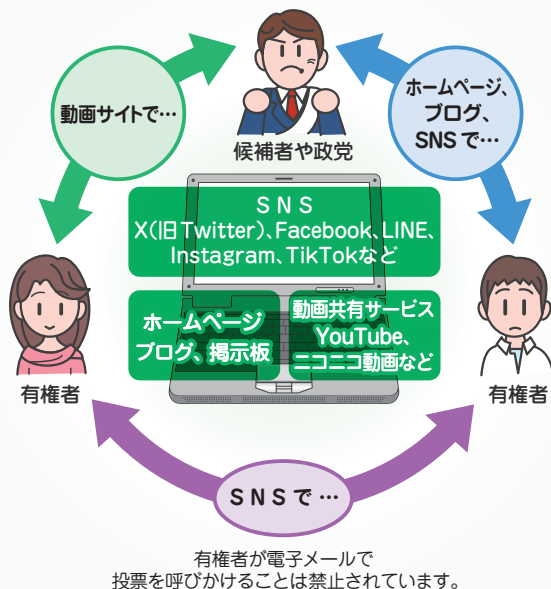
- X(旧Twitter)で応援メッセージを送る
- ホームページ上で街頭演説の動画を共有する
- 候補者のメールマガジンに登録する など



電子メールの使用

候補者以外の有権者は、電子メールを使って投票を呼びかける行為は禁止されているので注意が必要です。

インターネットで、選挙がより身近になっています。



投票自体がインターネットでできるわけではありませんので、ご注意ください。

Q Facebook のメッセージ機能を使った選挙運動はできる？

A **できます！**
メッセージ機能と電子メールは混同しやすいので、注意が必要です。



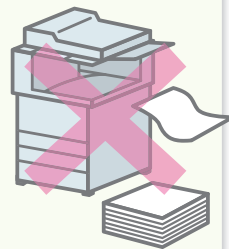
Q X(旧Twitter)で選挙運動の様子をリポストしていい？

A **大丈夫です！**
ただし、満18歳未満の人が同じことをすると、公職選挙法違反となる恐れがあります。LINEやX(旧Twitter)などのSNSを使用するときは気をつけましょう。



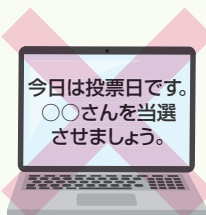
Q 候補者の選挙運動用のホームページを印刷して、みんなに見せてあげたいんだけど？

A **ダメです！**
プリントしてしまうと、「文書図画」に該当します。「文書図画」は頒布できるものが法律で定められています。



Q 投票日の当日にブログで投票を呼びかけてもいい？

A **ダメです！**
選挙運動は公示(告示)日から投票日の前日までの限られた期間内で行うことはできません！



文京Vote Supporters 新メンバー募集中

応募資格 区内在住・在学・在勤の
高校生～25歳程度までの方

目指せ若年層の投票率UP↑



活動内容

- ・啓発グッズ作成 & 配布
- ・定例会議（月1回程度）
- ・選挙の立会人
- ・イベントの参加



↑応募はこちらから

東洋大学学園祭



啓発グッズ配布の様子

選挙啓発ティッシュ



文京区議・
区長選挙の啓発グッズ



詳しい活動内容は
こちらから
是非フォローお願いします

X(旧Twitter)

立会人募集

選挙管理委員会では、体験型学習の一環として、若い方々の投票立会人登録制度を設けています。

投票立会人は、投票所で投票事務が公正に行われるよう、投票手続きや投票箱の送致に立ち会います。投票立会人を経験してみたい方、興味をお持ちの方は、まず投票立会人への登録をお願いします。

登録を希望される方は、氏名・住所・生年月日・連絡先電話番号を選挙管理委員会までご連絡ください。

対象者	投票区域内の選挙人名簿に登録されている18歳～20歳台の方
定員	52人(各投票所2人)
従事時間	前半：午前6時30分から午後1時30分まで
	後半：午後1時30分から午後8時30分まで

登録後は…

選挙ごとに登録者の中から、選挙管理委員会より投票立会人の就任を依頼します。

各投票所とも、前半・後半の各1人程度の就任となります。また、従事していただいた投票立会人には、謝礼を支払います。

あしがき

選挙権を行使することは国民の義務でしょうか？それとも権利でしょうか？あなたはどちらだと思いますか？それぞれの思いは違って、あなたの1票が貴重な1票であることに変わりはありません。あなたがこの冊子に目を通し、少しでも政治や選挙に興味を持っていただけたのであれば、幸いです。