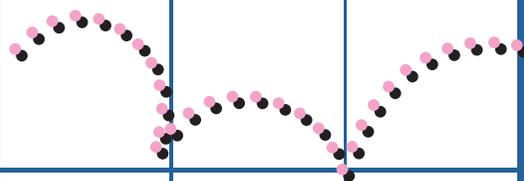


未来への



GUIDE BOOK
2026

ステップ

中学3年生用
選挙ガイドブック
2026年度版



3年後に向けて

今考えよう



3年後 皆さんは18歳になります

18歳になったら…

そのころ皆さんはどうしているでしょうか

高校生活？ それとも立派な社会人？

いずれにしても「将来は明るいものだ」って思っていますか？

そうでしょうか？

今の世の中に目を向けてみましょう

環境問題 人口減少問題など

解決しなければならない問題がたくさんあります

皆さんにとって住みよい社会を築いていくためには

国や地域の政治を担う優れた代表者を

選挙で選ぶことが大切です

3年後には 皆さんに選挙権が与えられます

より良い私たちの代表者を選ぶことができるよう

選挙のしくみについて今から考えてみましょう

選挙を知るための10のSTEP

	ページ		ページ	
STEP 1	選挙の4原則 ……	1	STEP 9 寄附の禁止 ……	12
STEP 2	選挙権と被選挙権 ……	2	STEP10 インターネット選挙運動 ……	13
STEP 3	選挙のスケジュール ……	4	— 付 録 —	
STEP 4	投 票 ……	6	投票率 ……	14
STEP 5	開 票 ……	7	チャレンジ！選挙問答 ……	18
STEP 6	期日前投票 ^{きじつぜん} 、不在者投票 ^{ふざいしや} 、在外投票 ^{ざいがい} ……	8	山梨県選挙区マップ ……	19
STEP 7	選挙運動 ……	9	選挙プレイバック ……	20
STEP 8	明るい選挙の推進 ……	10	山梨県の選挙の予定 ……	21

STEP1.

選挙の4原則



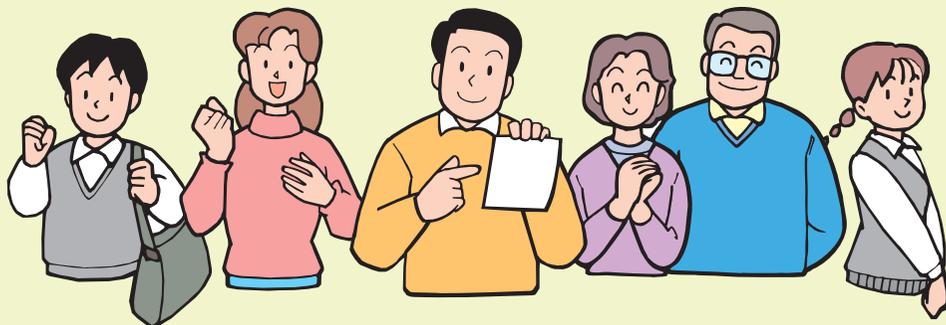
現在選挙は次の4つの原則で行われています。

普通選挙

すべての国民に、財産や納税^{のうぜい}の有無、性別などにかかわらず、一定の年齢^{ねんれい}に達した時に選挙権や被選挙権^{ひせんきょけん}が与えられています。(⇔制限選挙)

平等選挙

選挙権は1人につき1票とされ、有権者が行うすべての投票は平等にあつかわれます。(⇔不平等選挙)



直接選挙

議員などの選出は、一般の有権者によって直接行われることとなっています。(⇔間接選挙)

秘密選挙

有権者の自由な意思による投票が行われるように、誰に投票したかわからない制度^{ひそかめい}（無記名投票）となっています。(⇔公開選挙)

※これらの原則にもとづき、**公職選挙法**^{こうしよくせんきょほう}により、各種の選挙のしかたが統一して決められています。

選挙権は、18歳から

選挙権を持つのは何歳からが良いか、ということは多くの議論がされてきたところですが、日本では昭和20年に、それまでの25歳から満20歳に引き下げられ、さらに平成27年には満18歳に引き下げられました。

STEP2.

選挙権と被選挙権

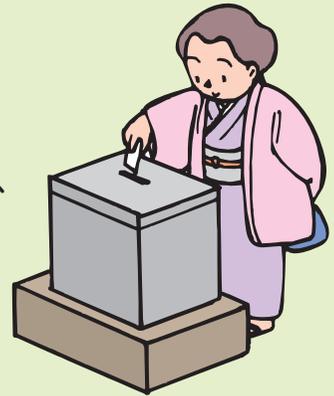


選挙権

選挙権とは、投票に参加する権利、自分たちの代表者を選ぶために投票することができる権利のことです。

選挙権を持つためには、

- ① 日本国民であること
- ② 年齢満18歳以上であること
- ③ 地方公共団体（都道府県や市町村）の選挙では、
①、②の条件に加え引き続きその地方公共団体内に3か月以上居住していることが必要です。



選挙人名簿

選挙人名簿とは、市町村の選挙管理委員会が市町村内の有権者を登録している台帳のことで、この名簿に登録されていないと選挙権があっても投票できません。

選挙人名簿の登録は、住民基本台帳の記録にもとづき、市町村選挙管理委員会によって年4回（3、6、9、12月）行われます。また、選挙が実際に行われるときも登録が行われます。



引っこした人は、引っこし先の市町村に3か月以上住んでいれば、その市町村の選挙人名簿に登録されることになります。

※ 住民基本台帳… 市役所や町村役場がその市町村内の住民を登録している台帳のことをいいます。

住 所	ふりがな氏名	生年月日	性 別
〇〇郡〇〇町〇〇××番地	やまなし たろう 山 梨 太 郎	昭和36年7月1日	男
登 録	平成5年9月2日	住民票作成日 転入届出日	平成5年4月1日
表示・表示の削除 (理由及びその年月日)	年 月 日	備 考	投 票 区
抹 消 (理由及びその年月日)	年 月 日		第2

被選挙権



被選挙権とは、選挙により議員や首長しゅちょうに選ばれることができる権利（資格）のことをいいます。

被選挙権を持つためには、

- ① 日本国民であること
- ② 一定の年齢ねんれい以上であること
- ③ 地方公共団体（都道府県や市町村）の議会議員については①、②の条件に加えて、引き続きその地方公共団体内に3か月以上居住きよじゅうしていることが必要です。

年齢ねんれいは、公職の種類によって次のとおり定められています。

・衆議院議員	満25歳	（任期4年）
・参議院議員	満30歳	（任期6年）
・都道府県知事	満30歳	（任期4年）
・都道府県議会議員	満25歳	（任期4年）
・市町村長	満25歳	（任期4年）
・市町村議会議員	満25歳	（任期4年）



※選挙犯罪を犯し刑に処せられた者などは、一定の期間、選挙権及び被選挙権（公民権）を停止される場合があります。この停止期間中は投票することも立候補することもできず、また選挙運動をすることもできません。

各国の「選挙権年齢」と「被選挙権年齢」

ドイツ	カナダ	オランダ	イギリス	スウェーデン	オーストラリア
選挙権年齢 18歳以上					
被選挙権年齢 18歳以上					
ベルギー	フランス	ロシア	アメリカ合衆国	イタリア	
選挙権年齢 18歳以上					
被選挙権年齢 18歳以上		21歳以上		25歳以上	

※2015年12月時点（国立国会図書館資料）

※下院の場合

STEP3. 選挙のスケジュール

START

各種説明会
諸用紙印刷
(投票用紙など)



7/2

選挙人名簿
の登録

事前準備 ()

【ポスター掲示場の準備】

選挙が近づくと街頭に選挙運動用ポスターの掲示板が設置されます。公示日の約1ヶ月前から市町村選挙管理委員会は業者に発注するなど準備を行います。
県内の掲示場数：約3,200ヶ所

【市町村選挙管理委員会 事務担当者会議】

投票、開票をはじめとする選挙の事務がスムーズに行えるよう、県と市町村の選挙管理委員会の事務担当者が一堂に集まり打ち合わせを行います。

事前準備

【投票用紙の印刷開始】

県の選挙管理委員会の職員が立ち会いながら印刷会社で投票用紙の印刷を行います。

【立候補届出書類の事前審査】

立候補の届出をするには、公示日にたくさんの書類を提出しなければなりません。書類の内容が整っているかどうか県選挙管理委員会があらかじめチェックを行います。

7月3日(木)

【選挙運動】

立候補の届出を終えた候補者は原則として投票日の前日まで選挙運動を行うことができます(ポスターの掲示、街頭演説、選挙運動用自動車による運動、政見放送、新聞広告、インターネット選挙運動など)。

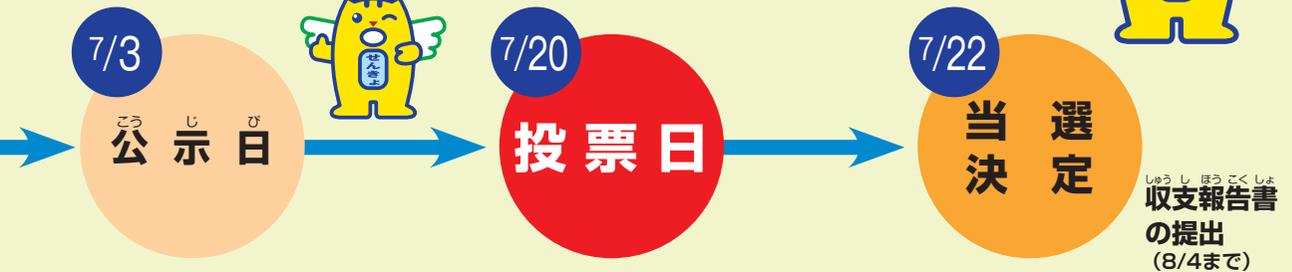
7月20日(日)

【投票日】

県内480か所の投票所において、原則として午前7時から午後8時まで投票が行われます。また、投票終了後、各市町村ごとに設けられる開票所で、開票が行われます。



令和7年の参議院議員通常選挙の例



～7月2日)

【不在者投票管理者説明会】

病院や老人ホームなどで行われる不在者投票がスムーズに行えるよう、県の選挙管理委員会と指定された病院や老人ホームなどの事務担当者が一堂に集まり打ち合わせを行います。

【立候補予定者説明会】

立候補を予定している人に、立候補の届出、選挙運動の手続きや注意点について、県の選挙管理委員会から説明を行います。

7月2日(水)

【選挙人名簿の登録】

この日現在で名簿に登録されている人が投票することができます。投票日の翌日までに18歳の誕生日を迎える人は名簿に登録されます。
県内の登録者数：約67万人

7月3日(木)

【公示日】

この日に立候補の届出が行われます。届出を終えた候補者は、その時から選挙運動を行うことができます。なお、投票日に都合が悪い人などは、公示日の翌日から期日前投票ができます。

7月22日(火)

【選挙会・当選証書の付与】

当選人を確定するために選挙会が行われます。また、選挙会で確定した当選人に対し、当選証書が付与されます。

8月4日(月)

【選挙運動収支報告書提出】

選挙運動の出納責任者は、この日までに選挙運動に要した収入・支出の報告書を県選挙管理委員会に提出しなければなりません。提出された収支報告書は3年間誰でも見ることができます。



STEP 4.

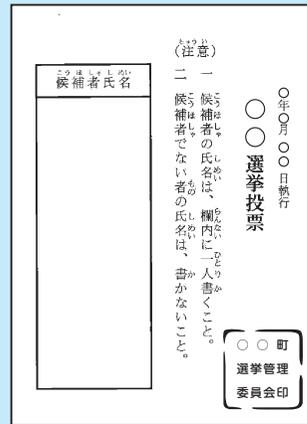
投票

投票は難しいものではなく、
数分で手続きは完了します。

投票時間

**午前7時から
午後8時まで**

※投票所によっては、開始時刻が繰下げ、又は終了時刻が繰上げられているところもあります。



投票用紙を受け取ります。



選挙人名簿に載っている本人であるかどうか確認を受けます。



決められた投票所へ行き
入場券を提出します。

※入場券はあらかじめ自宅に
送付されます。



投票記載所



投票用紙に候補者又は政党の名前を書いて投票箱に入れます。



投票立会人 投票管理者

その選挙の選挙権を有する者の中から選任されます。



! 「うっかり入場券をなくしてしまった…」

そのような時は、投票所でそのことを申し出て選挙人名簿に載っている本人であることが確認できれば投票できます。



STEP 5.

開票

開票は各市町村ごとに設けられる開票所で行われます。

開票所



せっかくの投票も次のような場合には無効となってしまう。

所定の用紙を用いないもの



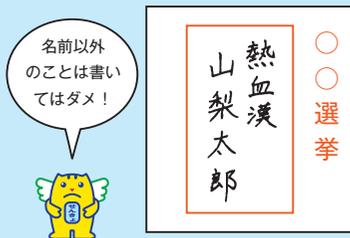
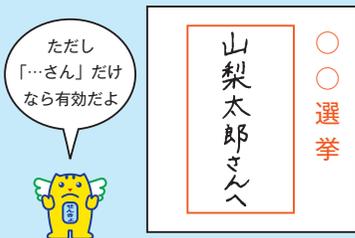
候補者でない者の氏名を記載したもの



2人以上の候補者の氏名を記載したもの



候補者の氏名のほか、他事を記載したもの



候補者の氏名を自書しないもの



STEP 6.

期日前投票



投票日に学校や仕事、旅行や冠婚葬祭などの予定が入っていて、投票に行けない人のために、公示(告示)日の翌日から投票日の前日まで投票することができる制度です。

● 期日前投票できるのは、投票日に次の条件のいずれかに該当する人です。

- ① 仕事がある人や葬式の喪主など冠婚葬祭をとり行う人
 - ② レジャーや買い物などにより自分の属する投票区の区域外にいる人
(投票区：1つの投票所が管轄する区域)
 - ③ 病気、けが、妊娠、老衰、身体の障害のため歩行が困難である人
 - ④ 天災や悪天候などにより、投票所に行くことが困難である人
- ※この他にも交通の不便な島などに住んでいる人なども期日前投票ができます。

● 期日前投票は市町村役場などで、

原則として午前8時30分から午後8時まで投票できます。

不在者投票

仕事や旅行などで、名簿登録地以外の市町村に滞在している人は、滞在先の市町村の選挙管理委員会で不在者投票ができます。また、指定病院等に入院等している人は、その施設内で不在者投票ができます。投票用紙の請求は、選挙の公示(告示)日前からできます。

在外投票

仕事や留学などで、海外に住んでいる人が、外国にしながら国政選挙(衆議院・参議院)と最高裁判所裁判官国民審査に投票できる制度です。在外投票ができるのは、日本国籍を持つ18歳以上の有権者で、在外選挙人名簿に登録され在外選挙人証を持っている人です。

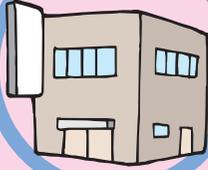
STEP 7.

選挙運動



公示(告示)日に立候補の届出を終えた候補者は投票日の前日までの間、次のような選挙運動が行えます(選挙の種類によって行える選挙運動が異なります)。

選挙事務所の設置



ピラの旗布



はがきの差し出し



ポスターの掲示



自動車による運動



街頭演説



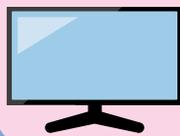
個人演説会



選挙公報・新聞広告



政見放送



インターネット選挙運動



次のような行為は禁止されています

事前の選挙運動



氣勢を張る行為



戸別訪問



限度を越えた飲食物の提供



STEP 8.

明るい選挙の推進

● 「明るい選挙」とは…

買収（お金を渡して投票の依頼をすること）などの選挙犯罪や義理人情などによるゆがんだ選挙を排し、選挙が公正かつ適正に行われ、私たちの意思が政治に正しく反映される選挙を「明るい選挙」といいます。そして、この「明るい選挙」を進めるための運動が「明るい選挙推進運動」です。

● 「明るい選挙」の歴史

明るい選挙推進運動は、はじめは「公明選挙運動」と呼ばれていました。昭和40年3月に、“みんなに親しまれるように”ということから名称を改めて公募し、「明るく正しい選挙」になりました。その後、昭和49年にはこの名称の簡潔化と“明るく”の中に“正しい”の意味が入っているという意見などから、現在の「明るい選挙推進運動」という呼び名が生まれたのです。

● 明るい選挙推進運動の実践

明るい選挙推進運動は、選挙管理委員会や明るい選挙推進協議会という組織を中心に次のように様々な事業が行われています。



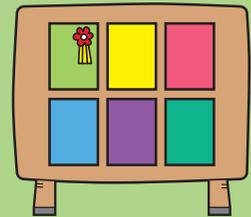
がいとうけいはつ
街頭啓発



講演会・研修会



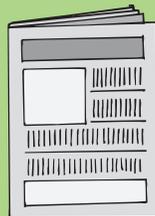
選挙出前授業



啓発ポスターコンクール



テレビ・ラジオCM



新聞広告



話し合い活動

明るい選挙啓発 ポスターコンクール



県選挙管理委員会と県明るい選挙推進協議会では、毎年県内の小・中学生、高校生を対象に「明るい選挙啓発ポスターコンクール」を行っています。

令和7年度は、県内で3,492点の応募がありました。中学生の部での入選作品の一部を紹介します（学校名・学年・氏名は表彰時のものです）。

特選

河口湖南中学校組合立河口湖南中学校
1年 青木 優花 さん
あおき ののか うえはら さん



特選

南部町立南部中学校
2年 四條 星夕 さん
しじょう ほしゆ さん



特選

昭和町立押原中学校
3年 山本 一葉 さん
やまもと かずは さん



優秀

河口湖南中学校組合立河口湖南中学校
1年 窪田 日葵 さん
くぼた ひまゐ さん



優秀

富士吉田市立下吉田中学校
2年 田形 ひかり さん
たがた ひかり さん



優秀

中央市立玉穂中学校
2年 石井 絢香 さん
いしい あやか さん



優秀

富士河口湖町立勝山中学校
2年 堀内 愛音 さん
ほりうち まのん さん



優秀

河口湖南中学校組合立河口湖南中学校
2年 外川 紗楽 さん
とがわ さら さん



優秀

甲府市立笹南中学校
3年 小林 和包 さん
こばやし わかね さん



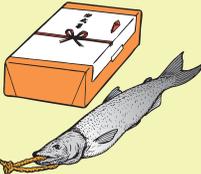
STEP 9.

寄附の禁止



政治家が選挙区内の人に寄附をすることは禁止されています。また、一般の人が政治家に寄附を求めたり勧誘したりすることも禁止されています。きれいな選挙や政治を実現するためには、選挙にお金がかからないようにすることが重要です。これには政治家はもちろんのこと、有権者一人ひとりが寄附の禁止について自覚することがとても大切なのです。

具体的には、次のようなことが禁止されています。

 <p>病気見舞い</p>	 <p>お祭りへの寄附や差入</p>	 <p>地域の運動会やスポーツ大会への飲食物</p>	 <p>秘書などが代理で出席する場合の結婚祝</p>
 <p>秘書などが代理で出席する場合の葬式の香典</p>	<p>贈らない！ 求めない！ 受け取らない！</p>		 <p>葬式の花輪、供花</p>
 <p>落成式、開店祝の花輪</p>	 <p>町内会の集会や旅行などの催物への寸志や飲食物の差入</p>	 <p>入学祝・卒業祝</p>	 <p>お中元やお歳暮</p>

「贈らない」

「求めない」

「受け取らない」

寄附の禁止についてこの3つのことから進める運動を「三ない運動」といいます。

STEP10.

インターネット
選挙運動

平成25年4月の法律の改正により、インターネットを使った選挙運動ができるようになりました。

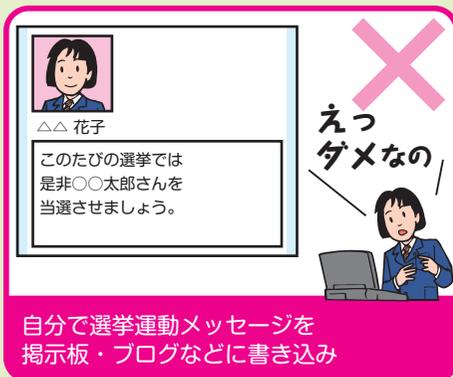
- ① 有権者は、ウェブサイト等(ホームページ、ブログ、X(旧ツイッター)やフェイスブック等のSNS、動画共有サービス、動画中継サイト等)を利用した選挙運動ができますが、電子メール(SMTP方式及び電話番号方式)を利用した選挙運動は引き続き禁止されています。
- ② 候補者・政党等は、ウェブサイト等及び電子メールを利用した選挙運動ができます。

	ネット選挙解禁で ○ できること × できないこと	 候補者	 政党等	 一般有権者	 18歳未満
情報発信方法 解禁された	ウェブサイト等 (HP・ブログ・ 掲示板、SNS、 動画共有サービス等) 	○	○	○	×
	電子メール (SMTP方式、 電話番号方式) 	○	○	×	×

※送信先には一定の制限

※年齢満18歳未満の者の選挙運動は、法律により禁止されています(公職選挙法第137条の2)。
インターネットが身近となっている今、何気ない行動が法律違反になってしまうおそれがありますので、十分理解して、インターネットを利用することが大切です。

年齢満18歳未満の者の次のような行為は禁止されています。

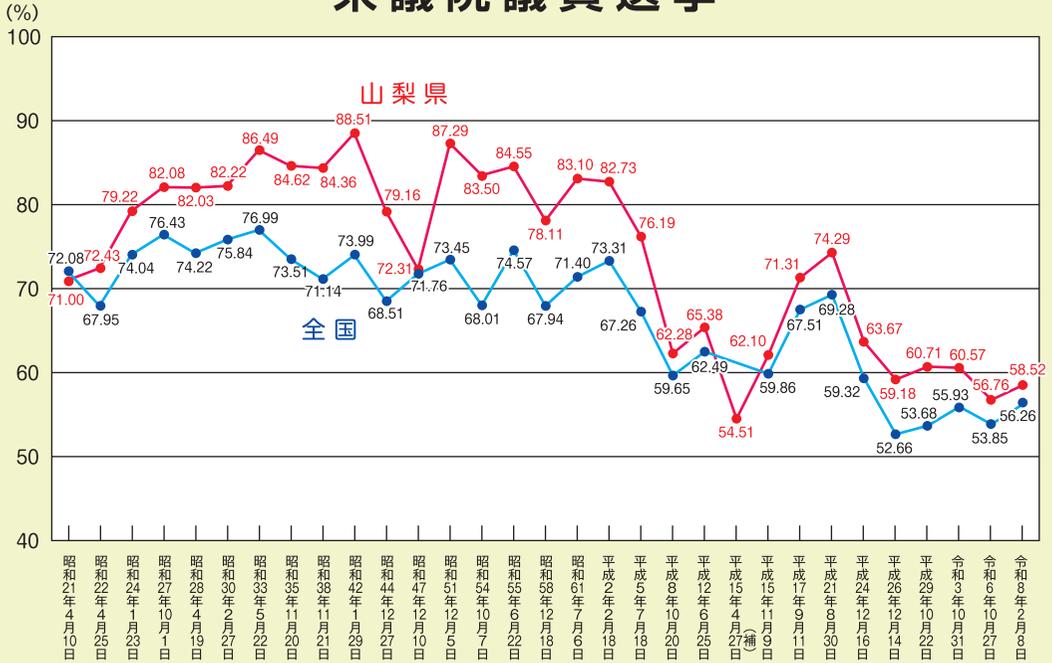


～総務省作成啓発チラシによる～

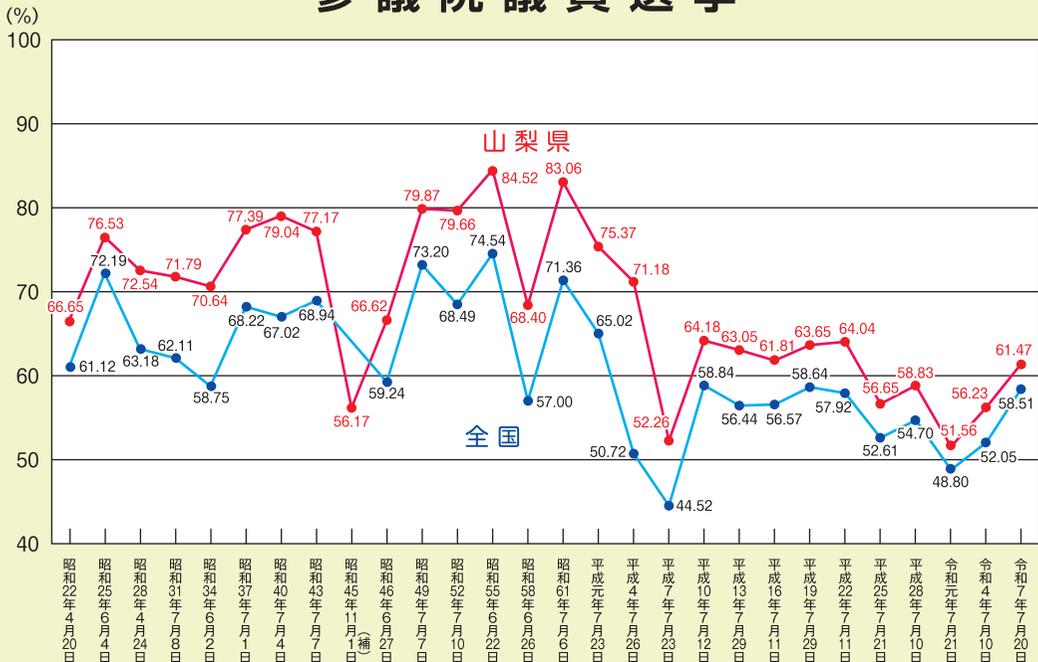
なお、これらはあくまで例示です。選挙運動に当たるかどうかは、個別具体的な事実関係に即して判断されます。

投票率

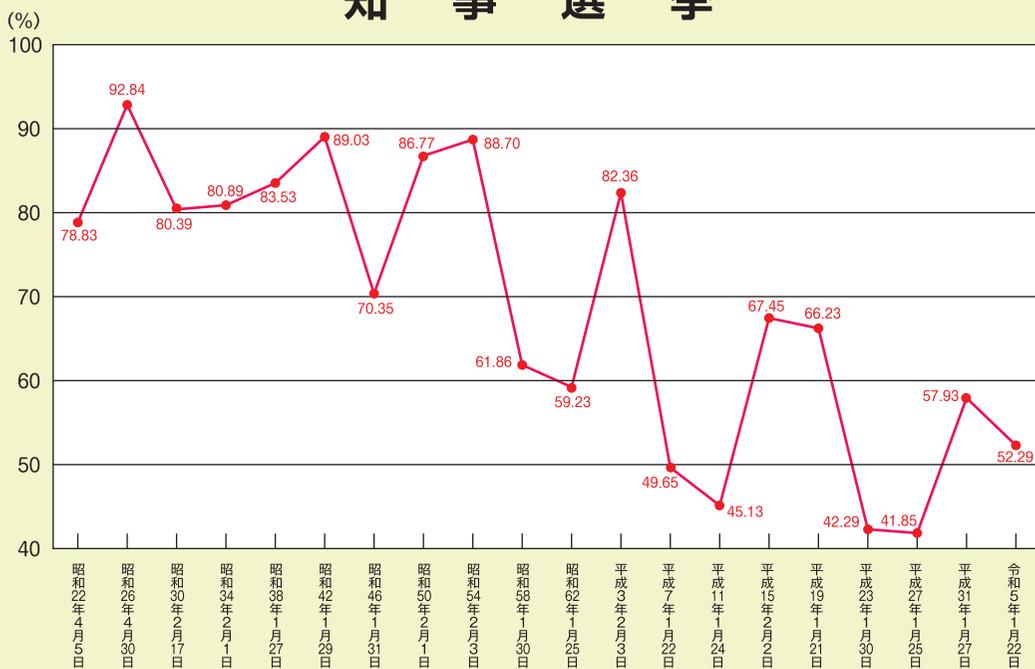
衆議院議員選挙



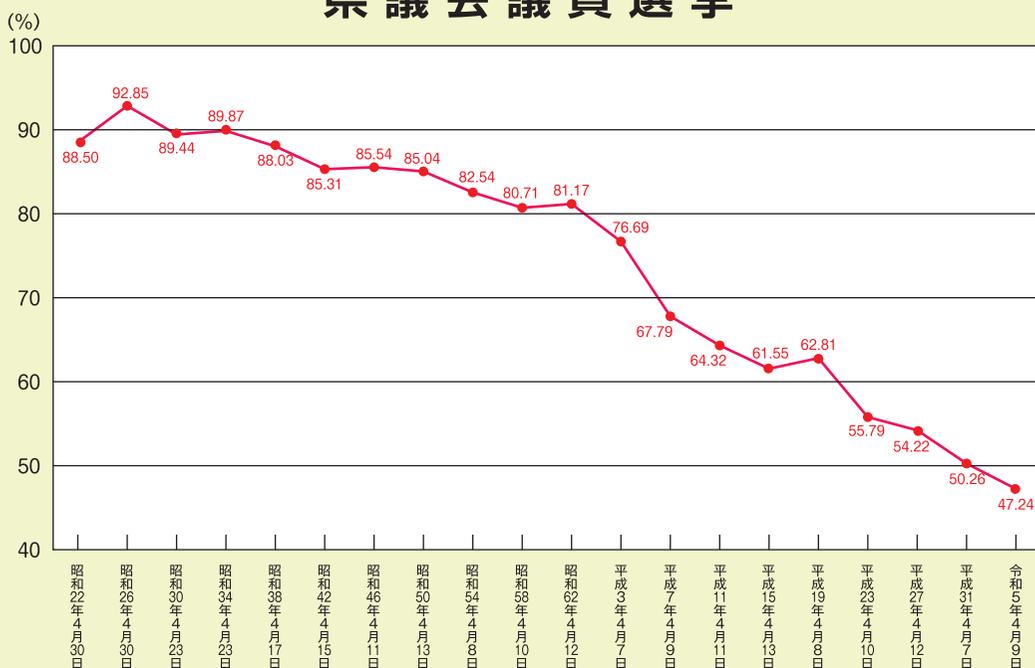
参議院議員選挙



知事選挙

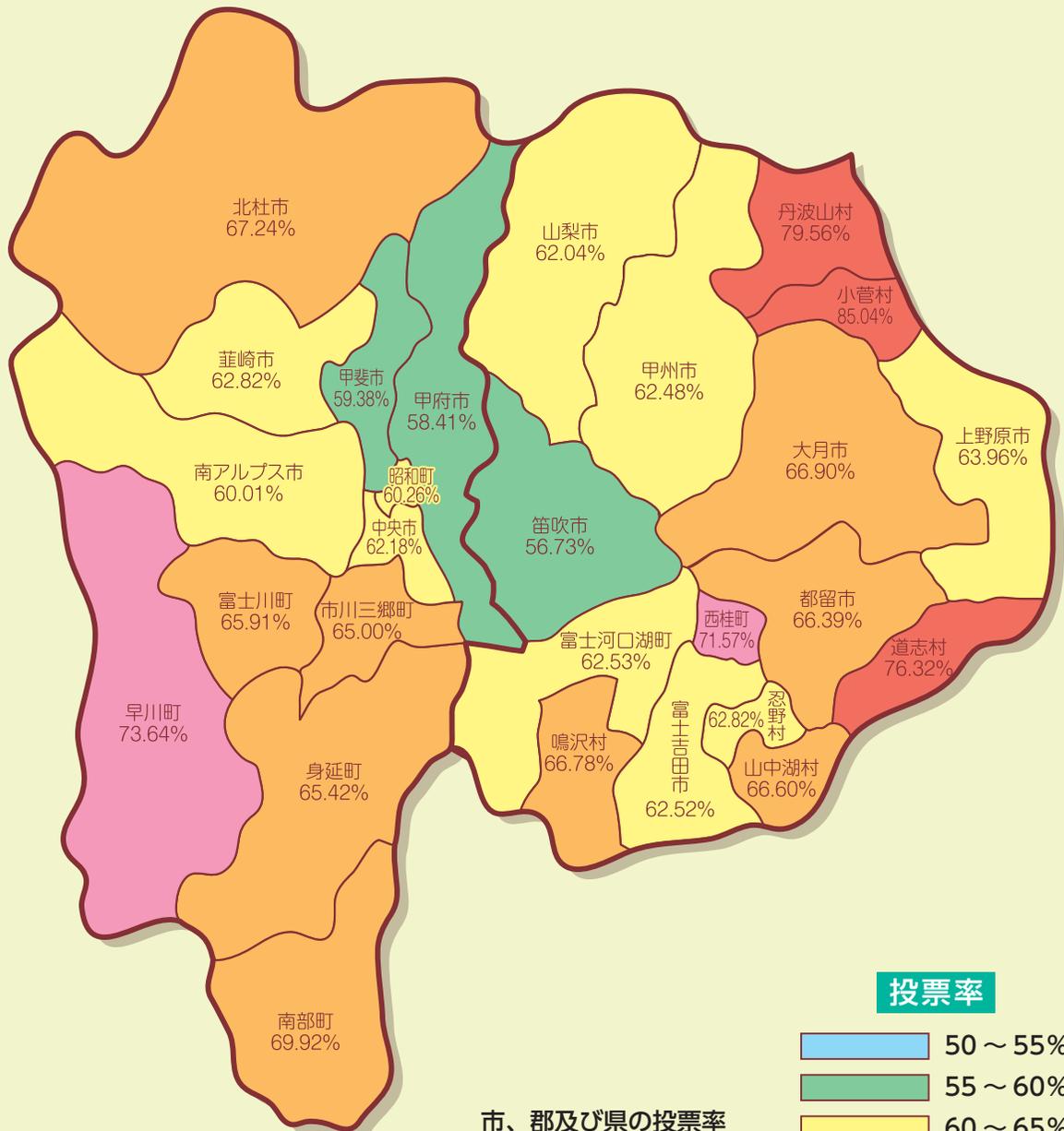


県議会議員選挙



令和7年7月20日執行

参議院議員通常選挙における 市町村別投票率(選挙区)



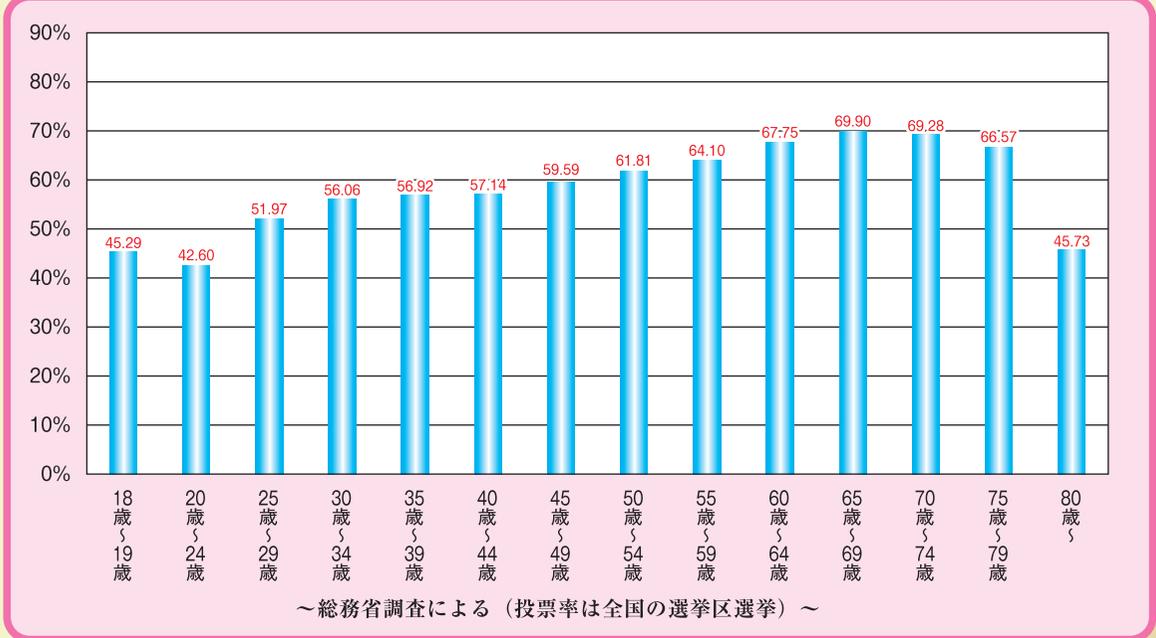
投票率

- 50 ~ 55%
- 55 ~ 60%
- 60 ~ 65%
- 65 ~ 70%
- 70 ~ 75%
- 75% ~

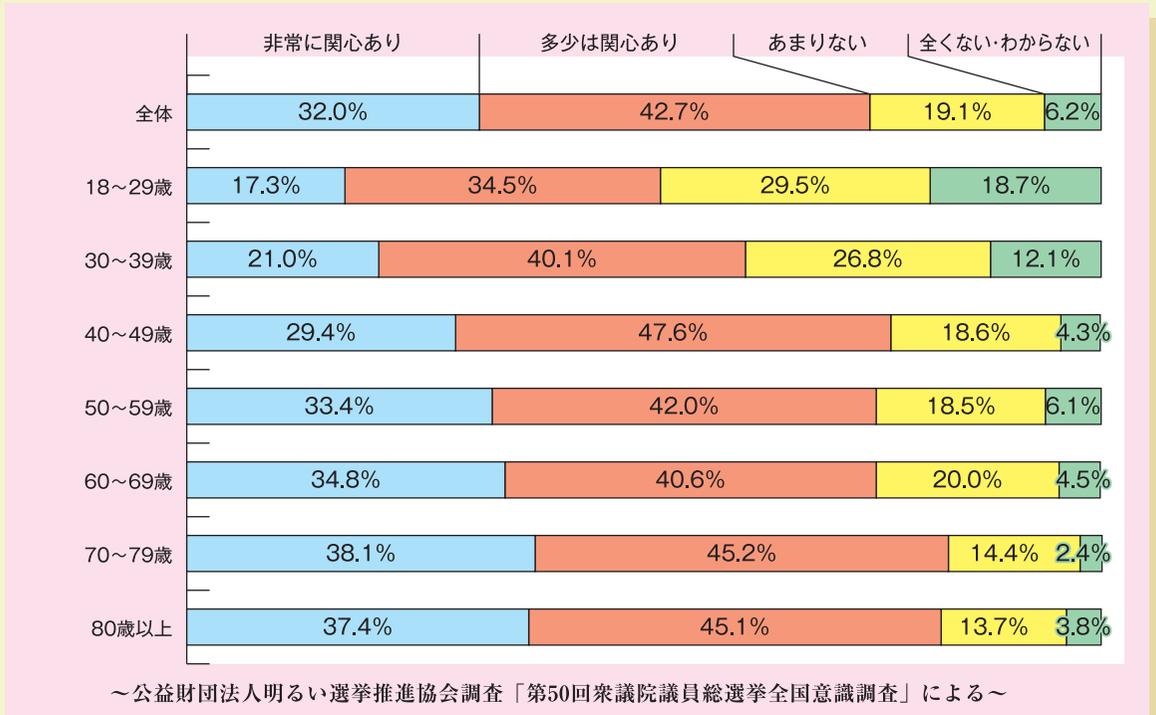
市、郡及び県の投票率

	県計
市	60.91%
郡	64.67%
県	61.47%

令和7年7月20日執行 参議院議員通常選挙の年齢別投票率（抽出）



令和6年10月27日執行 衆議院議員総選挙の年代別選挙関心度



チャレンジ！選挙問答

第1問 選挙や政治活動に関するルールが定められている法律を何というか？

第2問 一定の年齢以上のすべての人に選挙権を与える制度を何というか？

第3問 有権者の氏名などが登録してある名簿を何というか？

第4問 それぞれ投票所で一番最初に投票する人ができることは何でしょうか？

第5問 衆議院議員の被選挙権は満25歳以上です。
参議院議員の被選挙権は満何歳以上でしょうか？

第6問 投票日は、原則として午前7時から午後何時まで投票ができるでしょうか？

第7問 やむを得ない理由で投票日に投票できない人のために投票日の前にあらかじめ投票することを認める制度を何というか？

第8問 海外に住んでいる日本人が衆議院議員選挙及び参議院議員選挙で投票できる制度を何というか？

第9問 各家庭（戸別）に訪問して選挙運動を行うことは許されているか？

第10問 政治家が選挙区内の人に寄附をすることは禁止されているが、寄附を「贈らない」「求めない」「受け取らない」という3つのことがらを進める運動を何というか？

※答えは20ページにあります。

どうでしたか？あなたの正解数は？

8～10問

素晴らしい出来です。いつ選挙権が与えられても大丈夫です。

6～7問

まずまずの出来です。今から投票に行く日が待ち遠しい？

3～5問

選挙は政治参加の第一歩です。もう一度よく読んでみよう！

0～2問

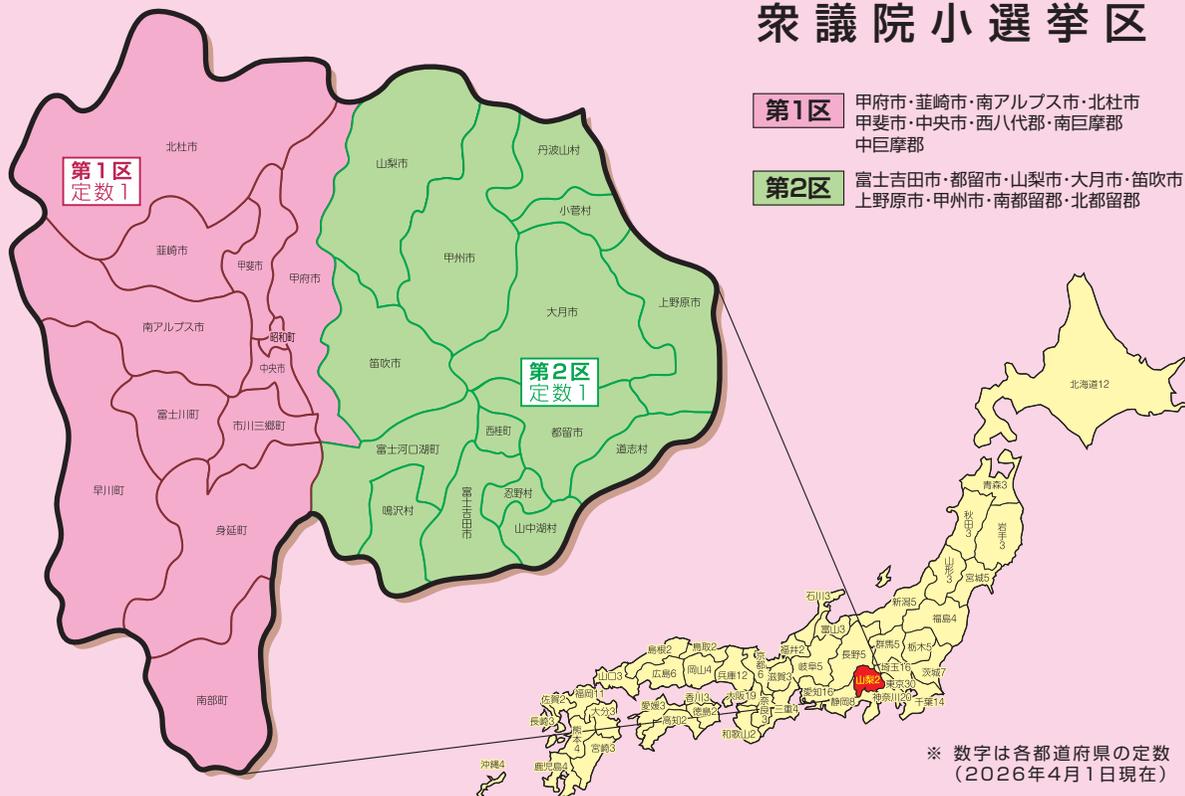
選挙に関心をもってね。未来の日本はあなたたちの手にかかっています！

山梨県選挙区マップ

衆議院小選挙区

第1区 甲府市・韮崎市・南アルプス市・北杜市
甲斐市・中央市・西八代郡・南巨摩郡
中巨摩郡

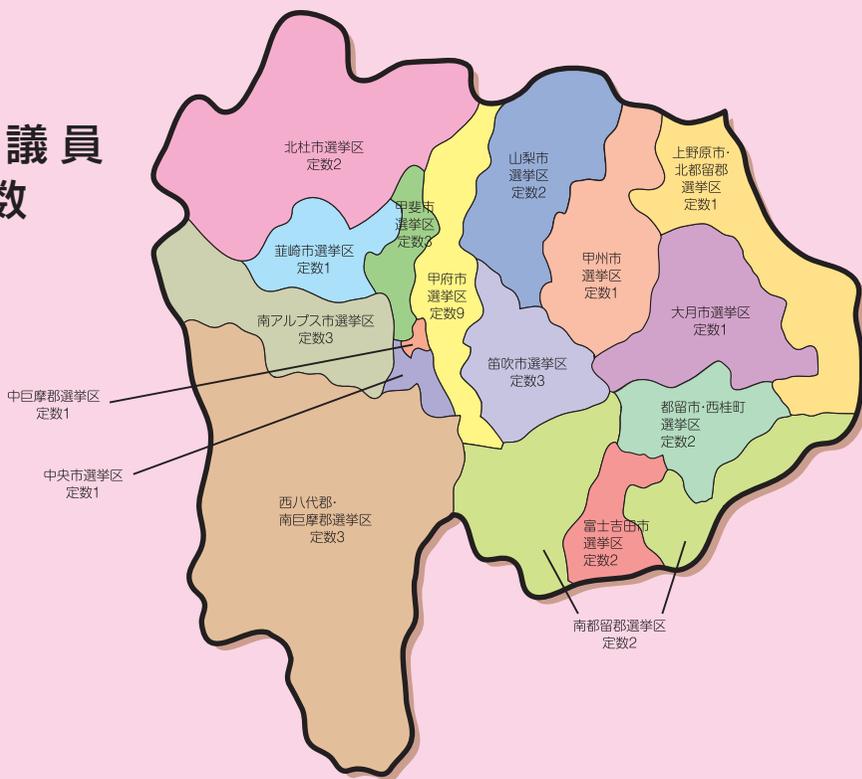
第2区 富士吉田市・都留市・山梨市・大月市・笛吹市
上野原市・甲州市・南都留郡・北都留郡



※ 数字は各都道府県の定数
(2026年4月1日現在)

山梨県議会議員選挙区・定数

総定数：37



選挙プレイバック



選挙権の歴史

1889年(明治22年)	年齢満 25 歳以上の男子	直接国税 15 円以上の納税者
1900年(明治33年)	年齢満 25 歳以上の男子	直接国税 10 円以上の納税者
1919年(大正 8年)	年齢満 25 歳以上の男子	直接国税 3 円以上の納税者
1925年(大正14年)	年齢満 25 歳以上の男子	
1945年(昭和20年)	年齢満 20 歳以上の男子・女子	
2015年(平成27年)	年齢満 18 歳以上の男子・女子	

あなたが生まれた年からの選挙を振り返ってみると…

2011年(平成23年) 0歳 1/30 山梨県知事選挙 4/10 山梨県議会議員一般選挙 4/24 統一地方選挙(市町村)	2012年(平成24年) 1歳 12/16 衆議院議員総選挙	2013年(平成25年) 2歳 7/21 参議院議員通常選挙	2014年(平成26年) 3歳 12/14 衆議院議員総選挙
菅 直人		野田 佳彦	
安倍 晋三			
横内 正明			
2015年(平成27年) 4歳 1/25 山梨県知事選挙 4/12 山梨県議会議員一般選挙 4/26 統一地方選挙(市町村)	2016年(平成28年) 5歳 7/10 参議院議員通常選挙	2017年(平成29年) 6歳 10/22 衆議院議員総選挙	2018年(平成30年) 7歳
安倍 晋三			
横内 正明		後藤 斎	
2019年(平成31・令和元年) 8歳 1/27 山梨県知事選挙 4/7 山梨県議会議員一般選挙 4/21 統一地方選挙(市町村) 7/21 参議院議員通常選挙	2020年(令和2年) 9歳	2021年(令和3年) 10歳 10/31 衆議院議員総選挙	2022年(令和4年) 11歳 7/10 参議院議員通常選挙
安倍 晋三		菅 義偉	
岸田 文雄			
後藤 斎		長崎 幸太郎	
2023年(令和5年) 12歳 1/22 山梨県知事選挙 4/9 山梨県議会議員一般選挙 4/23 統一地方選挙(市町村)	2024年(令和6年) 13歳 10/27 衆議院議員総選挙	2025年(令和7年) 14歳 7/20 参議院議員通常選挙	2026年(令和8年) 15歳 2/8 衆議院議員総選挙
岸田 文雄		石破 茂	
高市 早苗			
長崎 幸太郎			

□ = 内閣総理大臣 □ = 山梨県知事

チャレンジ！選挙問答の答え

- | | | | |
|------------|------------|-----------|--------------------------------|
| 第1問／公職選挙法 | 第2問／普通選挙 | 第3問／選挙人名簿 | 第4問／投票箱の中を確認できる(何も入っていないことの確認) |
| 第5問／満30歳以上 | 第6問／午後8時まで | 第7問／期日前投票 | 第8問／在外投票 |
| | | | 第9問／許されていない |
| | | | 第10問／三ない運動 |

山梨県の選挙の予定



(2026年4月1日現在)

任期満了日一覧表

区分	2026年		2027年		2028年		2029年		2030年	
	長	議員	長	議員	長	議員	長	議員	長	議員
1月									15 富士川町	
2月			1 甲府市 16 山梨県知事 27 昭和町	12 上野原市 19 中央市	8 甲州市					7 衆議院議員
3月							19 上野原市			
4月	8 中央市	24 富士川町 30 甲斐市	25 南部町 26 富士吉田市 南アルプス市 30 鳴沢村	25 小菅村 29 山梨県議会 都留市 昭和町 忍野村 山中湖村 鳴沢村 30 甲府市 富士吉田市 丹波山村				30 山梨市		
5月						12 道志村				
6月			8 丹波山村		12 小菅村					
7月				26 大月市		25 参議院議員	30 道志村			
8月			5 大月市 28 忍野村							
9月		30 市川三郷町					30 山梨市	29 早川町		
10月				9 韮崎市	2 甲斐市 23 身延町	31 南部町	30 市川三郷町	15 富士河口湖町 31 身延町		
11月	27 韮崎市				13 笛吹市 15 早川町 24 西桂町 27 北杜市	13 笛吹市 24 西桂町 27 南アルプス市 北杜市		26 甲州市		
12月			6 富士河口湖町		26 山中湖村		7 都留市			

※地方公共団体の長及び議会の議員の任期満了による選挙は、原則として任期満了日前30日以内に執行する。
(同一の地方公共団体の議会の議員と長の任期満了日が90日以内にある場合は、それぞれの任期満了による選挙を同時に行うことができる。)

※参議院議員の任期は6年。任期満了日は令和10年(2028年)7月25日と令和13年(2031年)7月28日。



GUIDE BOOK 2026

学校名

年

組

氏名



選挙の「めいすい」くんは、明るい選挙のイメージキャラクターです。

※「めいすい」= (めい)明るい選挙の (すい)推進の意味