

令和7年度

18歳のわたしへ

～民主主義の主役はわたしたち～

中学3年生向け

選挙ガイドブック

茨城県選挙管理委員会
茨城県明るい選挙推進協議会

あたりまえ でも とても

わたしたちの暮らしには、とても大事なことなのに

ふだんは気づかないことがたくさんあります。

ちょっとふりかえってみてください。

安全な街、快適な生活、豊かな自然環境・・・。

「幸せだな」「ありがたいな」と思えることがたくさんあるはずです。



だいじなこと

これらを支えている世の中の仕組みについて、

あなたはどのくらい知っていますか？

「こうなったらいいな」「ああなればもっとうれしいな」・・・。

そんな願いをかなえるために、わたしたちはどうしたらいいでしょう？

大人になる前に、少しだけ政治の扉を開けてみましょう。



民主主義の基本原則

選挙の原則と投票

選挙と被選挙権

選挙の歴史

茨城県の現状

データ

わたしたちが主役 これが民主主義

日本国憲法の前文

そもそも国政は、
国民の^{げん しゅく}厳粛な^{しん たく}信託によるものであって、
その権威は国民に由来し、
その権力は国民の代表者がこれを行使し、
その福利は国民がこれを^{きょう じゅ}享受する。

地方自治

県や市町村などの地方公共団体がその権限と責任で地域の行政を処理し、また、その事務の処理を地域の住民が自らの意思において行うことを地方自治といいます。

地方公共団体の長や議員は、その地方公共団体の住民が直接選挙します。

【日本国憲法】第8章 地方自治

第93条第2項 地方公共団体の長、その議会の議員及び法律の定めるその他の吏員は、その地方公共団体の住民が、直接これを選挙する。

【地方自治法】

第17条 普通地方公共団体の議会の議員及び長は、別に法律の定めるところにより、選挙人が投票によりこれを選挙する。

民主主義

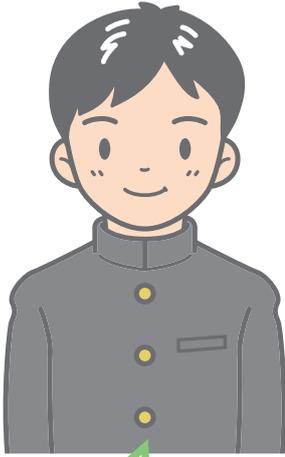
一人ひとりの意見を尊重するために、みんなで話し合って決定するというやり方、これが民主主義です。

国民主権

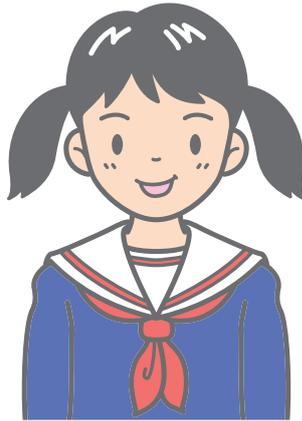
国民は、政治のあり方を最終的に決める主権者です。
わたしたちは、政治に積極的に参加することが大切です。

参政権

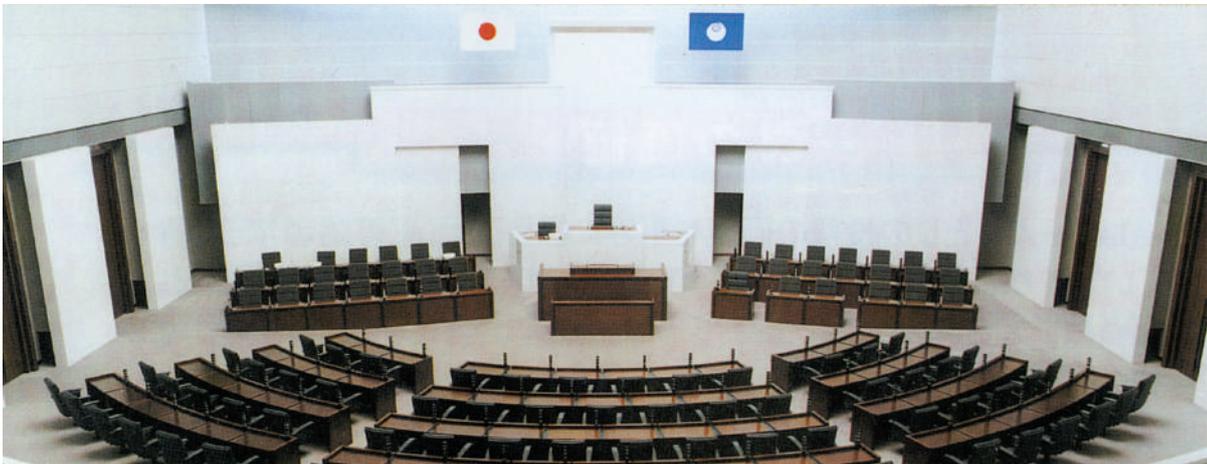
わたしたちは、政治を行う代表者を選ぶことができます。
また、その代表者になることもできるのです。



わたしたちの
願いをかなえてくれる代表
者は選挙で選
ばれるのね。



政治に
関わる権利は
憲法で保障されて
いるんだね。



茨城県議会が開かれる本会議場

わたしたちが 未来を決める

普通選挙

財産や納税額などで
選挙権を制限しない

平等選挙

一人一票
等しい価値

選挙の原則

直接選挙

有権者が直接代表者
を選ぶ

秘密選挙

だれがだれに投票
したかわからない

一票の価値

憲法は、一人ひとりの投票の価値を平等に扱うこと（平等選挙）を原則としていますが、同じ一票による選挙でも、議員一人当たりの選挙区ごとの有権者数に大きな違いがあると「一票の価値」が不平等になるという問題が起こります。

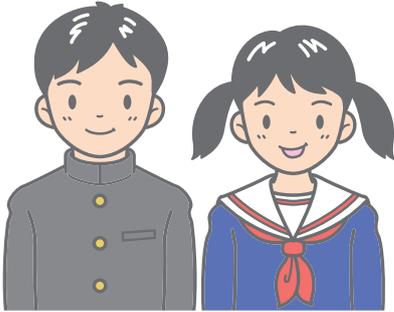
最高裁判所も、一票の価値に大きな^{かくさ}較差があった場合は、憲法の下の平等に反するという判断を下しています。（15ページに関連データ）

投票の手順

投票所
入口選挙人
名簿対照投票用紙
交付投票
記載所

投票箱

出口



投票にはいろんな人が
関わっているんだね。



投票管理者

投票立会人



名簿対照係



投票用紙交付係



投票記載所

投票箱

選挙権を持つための条件

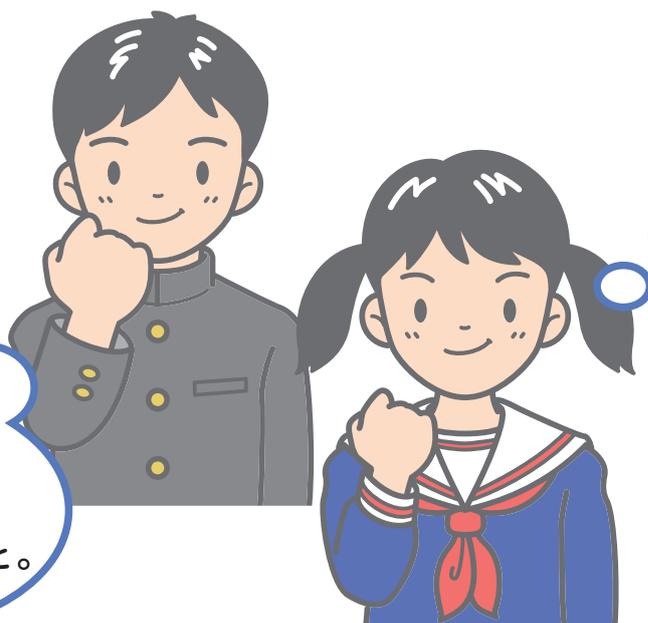
1. 日本国民であること
2. 満18歳以上であること
3. 都道府県、市町村の選挙については引き続き3ヶ月以上その地域に住んでいること

※これらに当てはまる場合でも一定の刑罰を科せられた人などは選挙権を持つことができません。

3年後には
選挙権を
持つんだね。



わたしたちもみんなの 代表者になれる



わたしも25歳になったら立候補できるのね！

政治に対して
しっかりとした
考えを持たないと。



公示日
(告示日)

選挙運動期間

投票日

基本的に投票時間は、
午前7時から午後8時までです。
この日は選挙運動はできません。

選挙
期間前

立候補予定者
説明会があります。

立候補の届出を
行った後、選挙運動を
開始します。





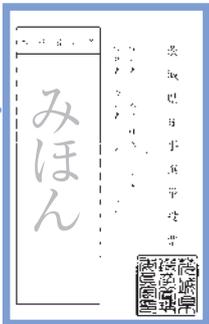
開票は公開で行われます。

代表者

当選



開票



代表者になると…

見事当選すると、代表者として、地域のためにやらなくてはいけないことがたくさんでてくることでしょう。

住み良い街づくりを計画したり、福祉の充実に取り組んだり…、わたしたちの暮らしをもっと良くするための方法はいろいろあります。

みんなの願いをかなえるために、あなただったら何からはじめますか？

被選挙権を持つための条件

国		地方公共団体			
衆議院議員	参議院議員	議員		長	
		都道府県議会議員	市町村議会議員	都道府県知事	市町村長
年齢満25歳以上	年齢満30歳以上	その選挙権を有し年齢満25歳以上	その選挙権を有し年齢満25歳以上	年齢満30歳以上	年齢満25歳以上

選挙の歴史は 民主主義への道



▲有権者の宛名書き（水戸市 昭和11年）



水戸駅前の選挙啓発垂れ幕（水戸市 昭和11年）▶

便利な期日前投票制度

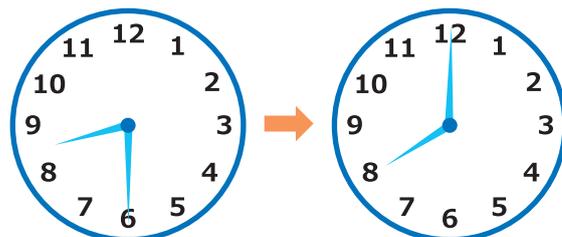
期日前投票

投票日当日に用事がある場合は、投票日前に市役所、町村役場などで投票することができます。

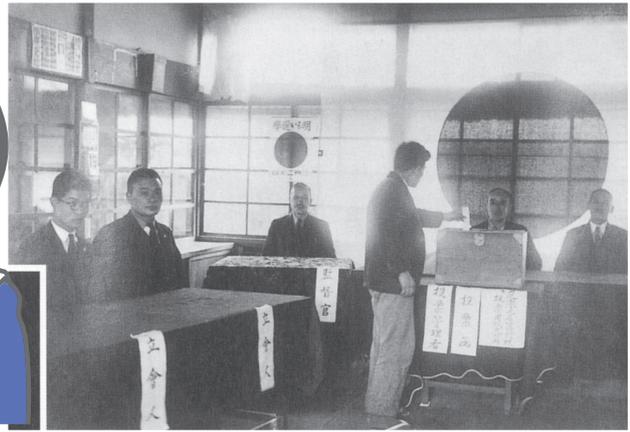


投票時間

原則午前8時30分から午後8時まで



なるほど！
普通選挙になるまでには
いろんな制限が
あったのね。



▲投票風景（行方市（旧麻生町）昭和11年）

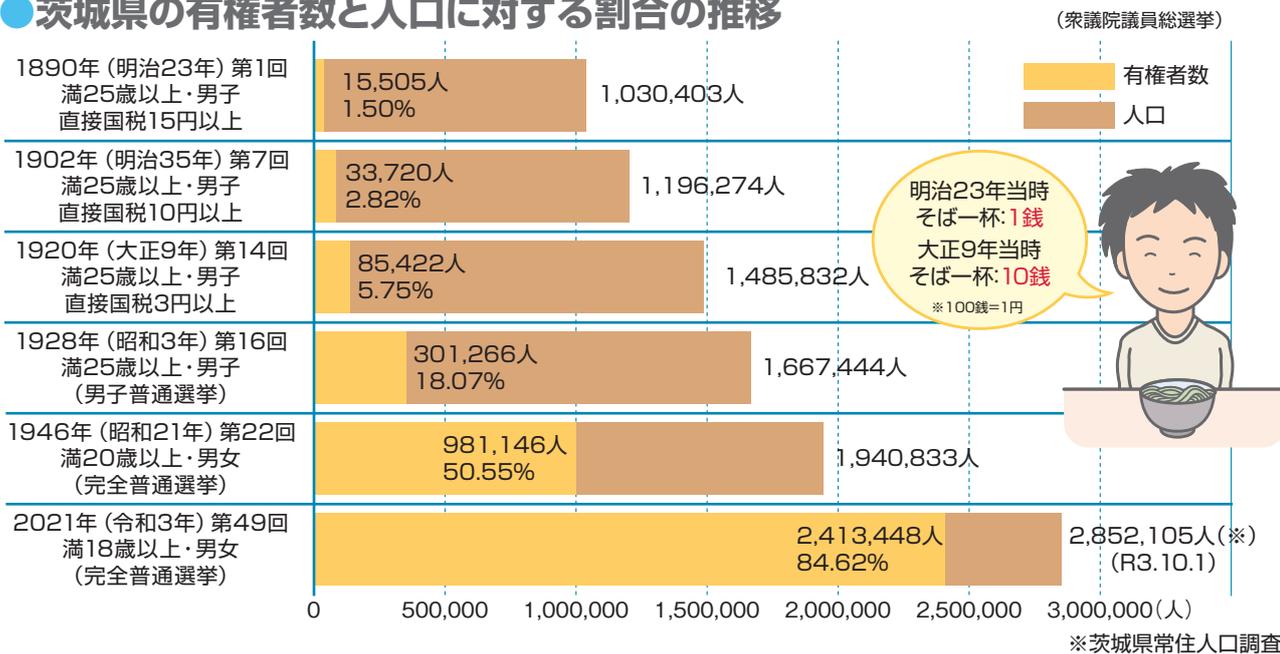


▲初めて1票を投じる女性たち（東京都 昭和21年）
写真提供：（公財）市川房枝記念会

女性は戦後になって
初めて投票できるよう
になったのね。



茨城県の有権者数と人口に対する割合の推移



投票しなければ 何も始まらない



茨城新聞
(令和4年7月12日)より

投票率、初の40%割れ

過去最低 桜川市のみ6割超

11月投票の県選出議員選挙は、過去最低の38.5%だった。これまでも、54%か、初めて40%を下回った。新型コロナウイルス感染症の「第8波」で外出自粛や、前大坂東市が解散した影響も、投票率が下がったと見られる。選挙区が前回の選挙に比べて、13%ポイント以上下がったところがある。

投票率 (%)

選挙区・市町村別投票率

選挙区名	市町村名	有権者数	投票者数	投票率 (%)
水戸市・竜里町	水戸市	224,776	84,953	37.79
	竜里町	16,271	7,318	44.98
日立市	日立市	241,047	92,271	38.27
石岡市	石岡市	147,045	54,806	37.22
桜川市	桜川市	61,234	24,764	40.44
碓氷郡	碓氷郡	40,902	15,893	38.85
利根郡	利根郡	63,526	21,810	34.33
群馬県	群馬県	13,508	4,665	34.31
下妻市	下妻市	77,124	26,475	34.33
常陸市	常陸市	34,157	15,712	46.00
常陸市・八千代町	八千代町	48,141	18,056	37.51
常陸市	常陸市	17,009	6,917	40.67
常陸市	常陸市	65,150	24,973	38.33
常陸市・大子町	大子町	42,826	16,769	39.16
常陸市	常陸市	19,956	7,624	38.21
常陸市	常陸市	56,782	24,383	42.96
高萩市・北茨城市	北茨城市	23,354	9,115	39.03
高萩市	高萩市	35,642	13,411	37.63
取手市	取手市	58,986	22,526	38.18
牛久保市	牛久保市	90,434	29,671	32.81
つくば市	つくば市	69,761	22,471	32.21
ひたちなか市	ひたちなか市	192,794	72,715	37.72
鹿嶋市	鹿嶋市	130,129	40,440	31.08
潮来市	潮来市	55,570	15,738	28.32
潮来市	潮来市	23,000	11,783	51.23
潮来市	潮来市	27,478	13,187	47.99
常陸大宮市	常陸大宮市	50,478	24,970	49.47
那珂市	那珂市	34,359	16,385	47.69
那珂市	那珂市	45,811	18,658	40.73
筑西市	筑西市	84,753	36,661	43.26
かすみがうら市	かすみがうら市	33,715	15,628	46.35
桜川市	桜川市	33,795	20,797	61.54
神栖市	神栖市	77,042	29,712	38.57
鉾田市	鉾田市	38,316	16,726	43.65
鉾田市	鉾田市	26,410	12,497	47.32
鉾田市	鉾田市	13,238	6,442	48.66
つくばみらい市	つくばみらい市	77,964	35,665	45.75
小美玉市	小美玉市	42,299	14,461	34.19
東海村	東海村	40,518	19,377	47.82
美浦村	美浦村	31,368	11,010	35.10
美浦村	美浦村	12,379	4,177	33.74
美浦村	美浦村	40,180	11,876	29.57
阿見町	阿見町	52,539	16,053	30.55
阿見町	阿見町	1,925,766	742,225	38.54

※無投票の6選挙区は除く (長瀬光司)

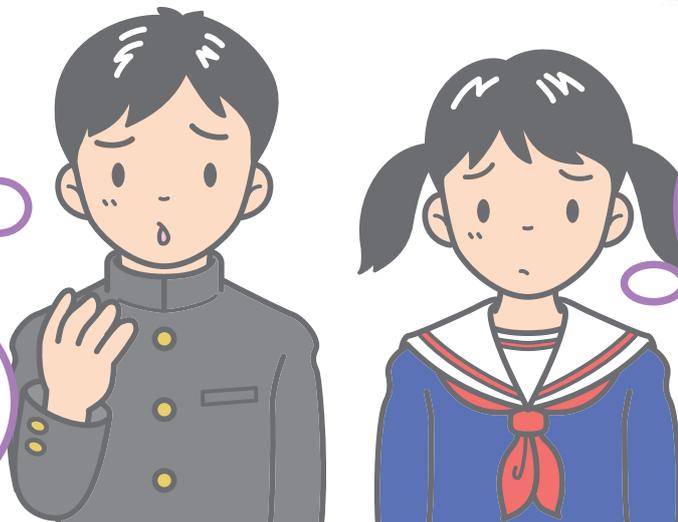
無投票の9市町を除く市町村別では、現職と新人が競り合った桜川市が61.54%と最も高く、唯一6割を上回った。2010年以降の選挙戦となった信濃太田市・大子町の太田市長が63%、現職と前市長が51%対23%で競った潮来市が51%で、投票率が最も低かったのは鹿嶋市の28.32%。次いで、阿見町29.57%、ひたちなか市の31.08%だった。期日投票者数は32万1436人、不在者投票者は3万1422人、今回は全44市町村中42市町村(無投票の9市町を含む)が投票締め切り時間を1〜2時間繰り切った。

県選管は投票率が低迷する若年層向けとして、同年動画を大学生に依頼し、啓発イト(SNS)の広告や交流サロームページで発信するなどしてPR活動を展開したものの、投票率の低下には歯止めがからなかった。

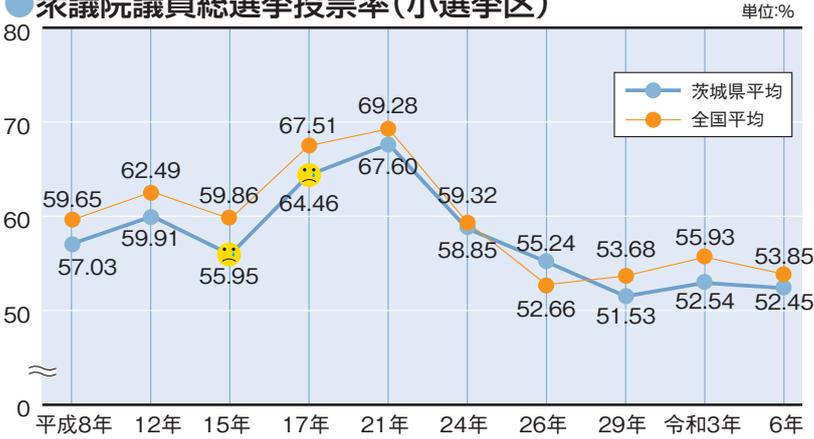
茨城新聞 →
(令和4年12月13日)より

せっかく選挙権があるのに、どうして投票に行かないのかな？

民主主義のピンチね。これでわたしたちの願いが実現するのかしら？

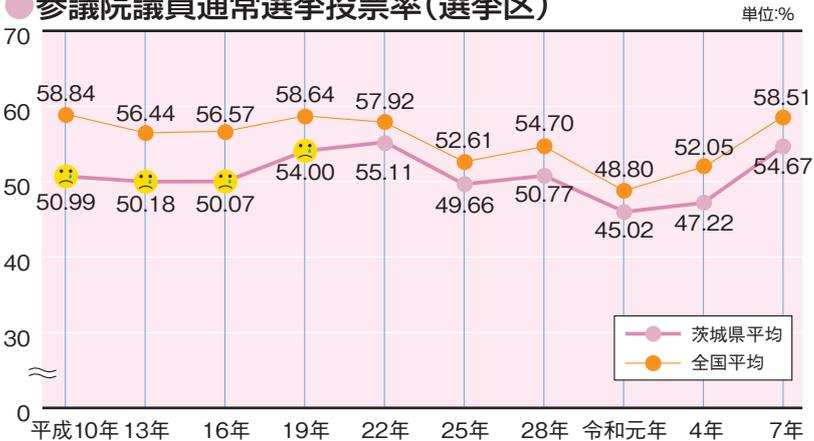


● 衆議院議員総選挙投票率(小選挙区)



- 平成15年 全国ワースト3位
- 平成17年 全国ワースト3位

● 参議院議員通常選挙投票率(選挙区)



- 平成10年 全国ワースト1位
- 平成13年 全国ワースト1位
- 平成16年 全国ワースト1位
- 平成19年 全国ワースト2位

● 茨城県議会議員一般選挙投票率

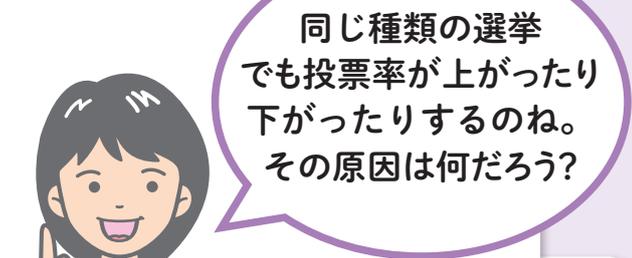


※県議会議員一般選挙は、統一地方選ではなく茨城県単独で行っている。平成26年は衆議院議員総選挙と同日に選挙を行っている。

● 茨城県知事選挙投票率



※平成17年と平成21年は衆議院議員総選挙と同日に選挙を行ったため、高い投票率となっている。



同じ種類の選挙でも投票率が上がったり下がったりするのね。その原因は何だろう？

- 平成13年 全国歴代ワースト13位

気がついたことを書き出してみよう

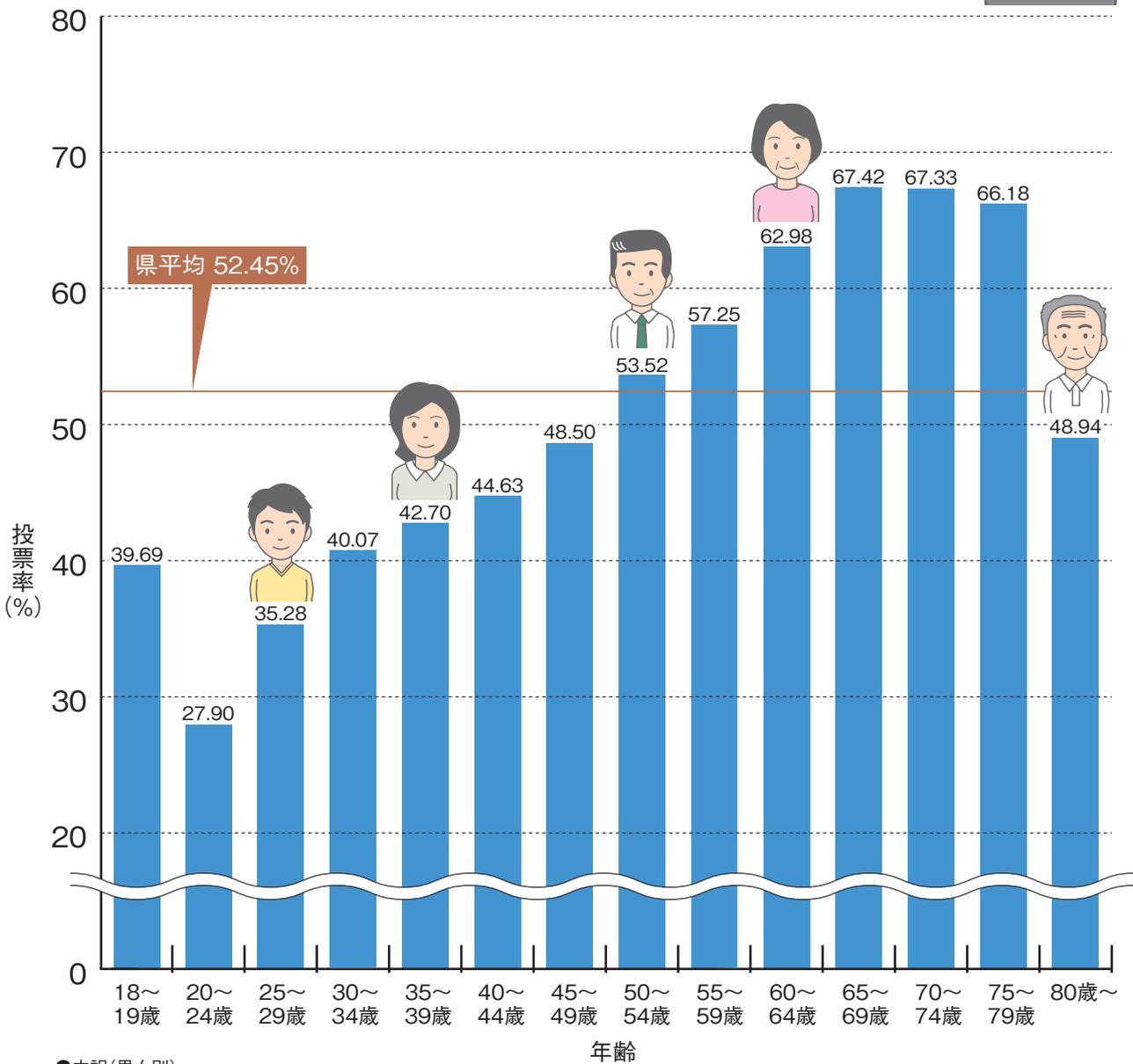
データ①

年齢別投票率

令和6年 衆議院議員総選挙 ※抽出投票区

気がついたことを書き出してみよう

投票率は、
 年齢や性別などによって
 変わっているんだね。
 なんで若い人たちの投票率は
 こんなに低いのかなあ？



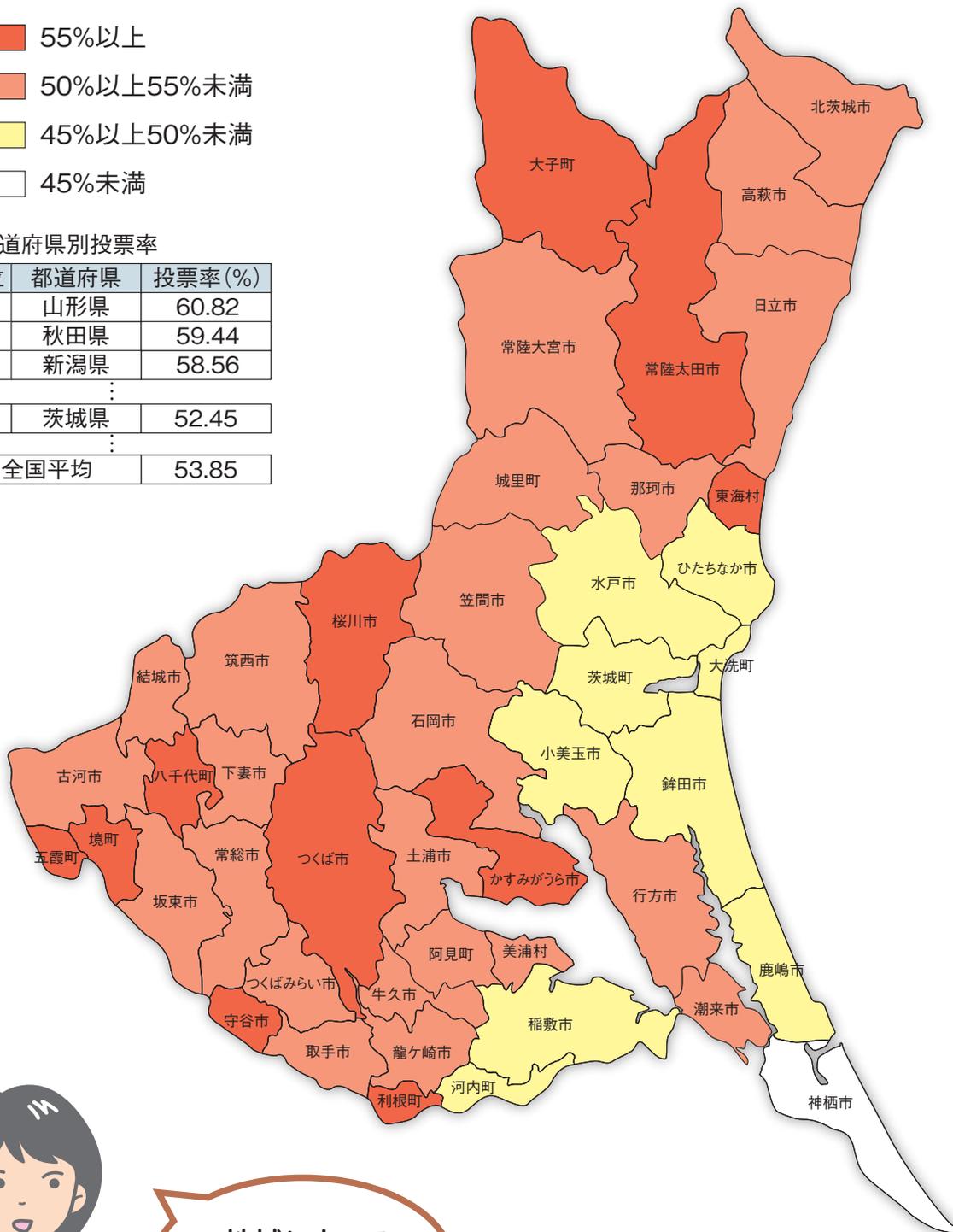
●内訳(男女別)

年齢	18~19	20~24	25~29	30~34	35~39	40~44	45~49	50~54	55~59	60~64	65~69	70~74	75~79	80~
男	38.95	25.95	33.86	38.30	40.94	43.46	48.28	52.86	56.97	62.08	68.30	69.51	69.53	59.63
女	40.48	30.09	36.98	42.17	44.70	45.91	48.73	54.26	57.56	63.89	66.52	65.31	63.32	41.88
計	39.69	27.90	35.28	40.07	42.70	44.63	48.50	53.52	57.25	62.98	67.42	67.33	66.18	48.94



●都道府県別投票率

順位	都道府県	投票率(%)
1	山形県	60.82
2	秋田県	59.44
3	新潟県	58.56
⋮		
31	茨城県	52.45
⋮		
	全国平均	53.85



地域によって
投票率が違うのね。

データ③ 選挙区マップ (1)

衆議院

4年

令和10年10月26日

465人

小選挙区 289人
(茨城県 7人)

比例代表 176人
(北関東ブロック※19人)

任期

任期満了日

定数

参議院

6年(3年ごとに半数改選)

令和13年7月28日
令和10年7月25日

248人

選挙区 148人
(茨城県 4人)

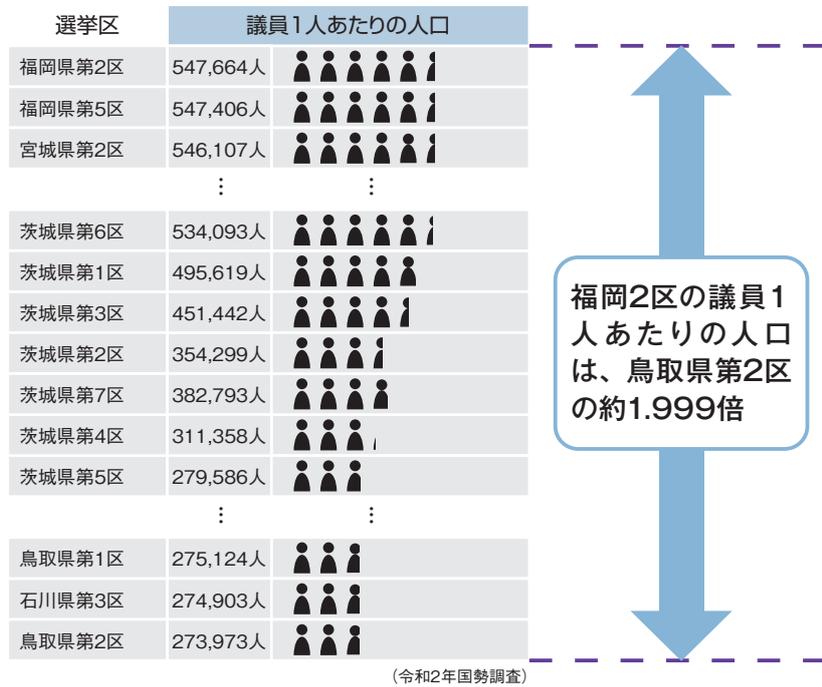
比例代表 100人

※北関東ブロックは、茨城県、栃木県、群馬県及び埼玉県の区域です。

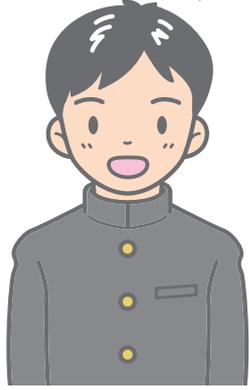
衆議院議員 小選挙区



●衆議院議員小選挙区

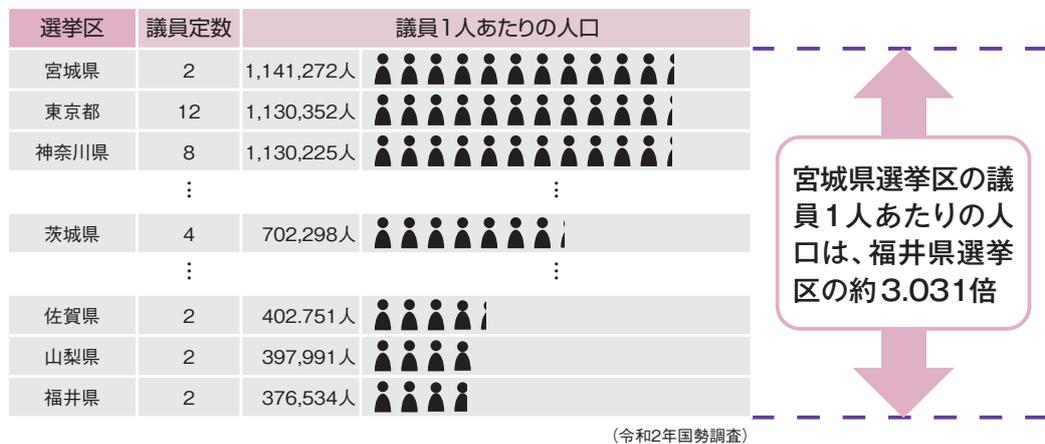


茨城県内でも一票の較差はあるんだね。



衆議院議員小選挙区における一票の較差を是正するため、令和4年12月28日以後初めておこなわれる衆議院議員総選挙から、「10増10減」を内容とする選挙制度が適用されました。

●参議院議員選挙区



参議院議員選挙区における一票の較差を是正するため、令和元年7月21日執行の参議院議員通常選挙から、定数「6増」を内容とする選挙制度が適用されました。

- 議員定数が増えた都道府県（2増）
埼玉県

※このほか、比例代表4増

一票の較差を解消するためには、どんな方法があるのかな？



データ⑤ 選挙区マップ (2)

県議会議員

4年

令和9年1月7日

62人

任期

任期満了日

定数

知事

4年

令和11年9月25日

1人

県議会議員 選挙区

選挙区数…32選挙区
議員定数…62人

凡例

□…定数



令和7年10月10日現在

データ⑥

市町村議会議員及び長の任期満了日等一覧

市町村議会議員

4年

任期

市町村長

4年

市町村	長		議会議員			市町村	長		議会議員		
	任期満了日	前回の投票率	任期満了日	前回の投票率	定数		任期満了日	前回の投票率	任期満了日	前回の投票率	定数
水戸市	R9.5.28	42.58	R9.5.28	42.58	28	筑西市	R11.4.23	51.06	R9.4.25	53.56	24
日立市	R9.4.30	46.06	R9.4.30	46.06	24	坂東市	R11.4.16	—	R8.12.21	52.91	20
土浦市	R9.11.21	28.84	R9.4.30	40.20	24	稲敷市	R8.11.24	—	R8.12.21	54.62	18
古河市	R10.12.15	45.10	R9.4.30	42.42	24	かすみがら市	R8.7.22	61.94	R9.1.27	51.54	16
石岡市	R10.4.25	43.30	R9.4.30	52.67	22	桜川市	R7.10.29	57.75	R8.9.23	61.74	16
結城市	R9.8.23	45.63	R9.4.29	48.99	18	神栖市	R7.12.5	49.35	R10.2.29	44.60	23
龍ヶ崎市	R8.1.17	43.37	R9.4.30	44.18	22	行方市	R11.10.1	63.52	R9.4.25	61.90	18
下妻市	R8.4.13	—	R9.12.20	53.82	18	鉾田市	R7.11.12	61.21	R9.7.3	51.72	18
常総市	R10.8.2	54.37	R9.4.30	54.10	20	つばみらい市	R8.5.13	—	R10.2.29	48.17	18
常陸太田市	R11.5.21	55.06	R8.8.5	60.81	17	小美玉市	R8.4.29	48.79	R9.11.30	54.51	20
高萩市	R8.3.1	—	R9.11.22	56.48	14	茨城町	R9.4.26	37.57	R9.12.20	53.65	16
北茨城市	R9.6.17	48.43	R11.3.30	56.17	19	大洗町	R10.9.21	—	R9.11.2	57.10	12
笠間市	R8.4.22	—	R8.12.23	45.70	22	城里町	R8.9.20	61.14	R8.3.11	55.81	14
取手市	R9.4.26	37.25	R10.2.14	43.10	24	東海村	R11.9.20	46.94	R10.1.31	50.24	18
牛久市	R9.10.2	40.99	R9.4.29	42.03	22	大子町	R9.1.11	—	R10.3.30	68.59	11
つば市	R10.11.16	60.97	R10.11.29	60.97	28	美浦村	R9.5.14	54.97	R9.4.22	54.95	12
ひたちなか市	R8.11.26	41.21	R9.10.31	42.72	25	阿見町	R8.3.19	—	R10.3.31	42.78	18
鹿嶋市	R8.4.23	—	R9.4.29	47.01	20	河内町	R11.5.28	—	R10.2.20	62.57	10
潮来市	R9.3.6	58.22	R10.2.10	62.26	16	八千代町	R10.9.5	—	R9.12.10	64.09	14
守谷市	R10.12.5	52.14	R10.2.29	46.79	20	五霞町	R9.4.30	70.04	R9.4.29	70.04	10
常陸大宮市	R10.4.22	53.55	R8.8.5	—	18	境町	R8.3.2	—	R11.7.2	55.52	12
那珂市	R9.2.12	—	R10.3.9	54.17	18	利根町	R11.7.23	61.81	R9.4.29	53.20	11

※ 前回の投票率の「—」は無投票。

※ 市町村の議会議員及び長の任期満了による選挙は、原則としてその任期満了日前30日以内に行われます。

令和7年10月10日現在

クイズの答え

A1 くじで決めます。
得票数が同じであった場合はくじで当選人を決めることになっています。

A2 かかります。
ひやかし半分での立候補を防ぐため、国に選挙ごとに決められた額のお金を預けます。(注)

A3 公職選挙法
買収、戸別訪問や飲食物の提供等は禁止されています。

A4 選挙人名簿
選挙人名簿の登録は、市町村の選挙管理委員会が行っています。

A5 普通選挙
満18歳以上という年齢以外の制限を原則として禁止しています。

A6 午前7時～午後8時
市町村(投票所)によって終了時刻がかわるところもあります。

A7 できます。
平成25年の公職選挙法改正で可能になりました。ただし一般有権者は、電子メールを利用した選挙運動はできません。

A8 できません。
インターネットなどを利用する方法を含め、一切禁止されています。

A9 投票できます。
投票日の前に市役所・町村役場などで期日前投票をすることができます。

A10 1人
候補者の氏名は、1人のみ書くことができます。また、2人以上の者の名前を書いたり、氏名以外のことなどを書く原則として無効となります。

(注) 決められた額

選挙の種類	額
衆議院議員(小選挙区選出)	300万円
衆議院議員(比例代表選出)	600万円
参議院議員(選挙区選出)	300万円
参議院議員(比例代表選出)	600万円
茨城県議会議員	60万円

選挙の種類	額
茨城県知事	300万円
市長	100万円
町村長	50万円
市議会議員	30万円
町村議会議員	15万円

※一定以上の得票をとれば預けたお金は戻ってきます。

★★★★★ あなたは何問正解した? ★★★★★

全問正解

立派な選挙通です。
あなたは選挙博士。



7~9問

優秀です。
選挙通の素質あり。



4~6問

もう一歩です。
もう一度よく読んでみましょう。



0~3問

きびしい結果です。
もっと選挙に関心をもってください。



めいすいくん

未来をつくる
あなたの一票大切に



めいすいくんは、明るい選挙の実現を願う選挙のイメージキャラクターです。名前は「明るい選挙推進運動」の「明」と「推」からきており、投票箱をモチーフにしています。

●発行者

茨城県選挙管理委員会
茨城県明るい選挙推進協議会

茨城県水戸市笠原町978番6 〒310-8555

茨城県総務部市町村課内

TEL.029-301-2462

FAX.029-301-2489

URL <http://www.pref.ibaraki.jp/somu/shichoson/senkyo/senkan/index2.html>

X <https://x.com/ibarakisenkan>

Instagram <https://instagram.com/ibarakisenkan>

●編集協力 茨城県教育委員会

●印刷 朝日印刷株式会社

令和7年11月発行

中学校 3年 組

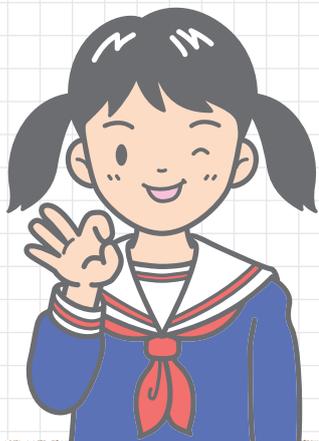
氏名

18歳のわたしへ

わたしたちの暮らしを支え、願いをかなえていくための民主主義と選挙のしくみ。中学3年生のあなたも、3年後には選挙権をもち、投票することができます。そのときあなたはどんな理由でだれを選ぶのでしょうか。そこにどんな未来が待っているのでしょうか。

さあ、3年後の自分に、メッセージを書きましょう。

※このメッセージは、3年後、有権者となったあなたに郵送されます。
お住まいの市町村の選挙管理委員会に提出してください。



切り取り線
✂

18歳のわたしへ

学校名

中学校 3年 組 氏名

(生年月日：平成 年 月 日生まれ)



茨城県

このパンフレットは再生紙を使用しています。

郵便はがき

□ □ □ □ □ □ □ □



氏名

住所

様

切り取り線

茨城県選挙管理委員会
水戸市笠原町978番6

このはがきは3年前(令和7年度)にあなたが書いたものです。

3 1 0 8 5 5 5