

あした
選挙
行く？

第6号

東京都議会議員選挙、 参议院議員選挙の結果について

令和7年は東京都議会選挙と参议院議員選挙が行われました。
東京都議会議員選挙は前回よりも投票率が上がり51.15%、
参议院議員選挙については64.64%と杉並区においては令和になってから
一番高い投票率になり、政治に対する関心の高まりが伺える一年でした。

参议院議員選挙では、所謂Z世代と言われる20代の投票率が
80代以上の投票率を上回りました。若者の声を社会に届け、
反映させるためには他の年代よりも高い投票率を維持することが大切です。

あなたもこの社会の中で暮らしている一員です。こんな社会になってほしい。
あんなことがあったらいいな。大きいことも小さいこともあなたの中にありませんか？
投票は社会に自分の声を届ける最初の一步です。

小さな一步かもしれない。でも、あなたの声を、想いを届ける確かな一票です。

一人一人の小さな一步が、一票が、積み重なって社会を変える大きな力になっていく。

まずは投票へ一步踏み出してみませんか??

あなたの1票で思いを届けよう。

さあ、投票へ。私たちの一票は、明日への一步だから。

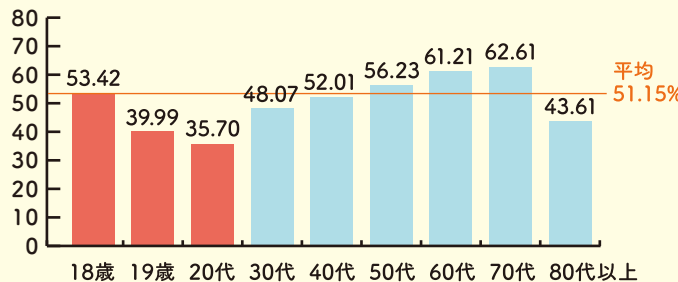
次の選挙で届けよう、若者の思い。



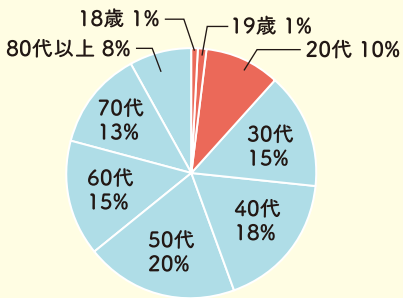
令和7年執行の東京都議会議員選挙・参议院議員選挙の結果について

◆年代別投票率

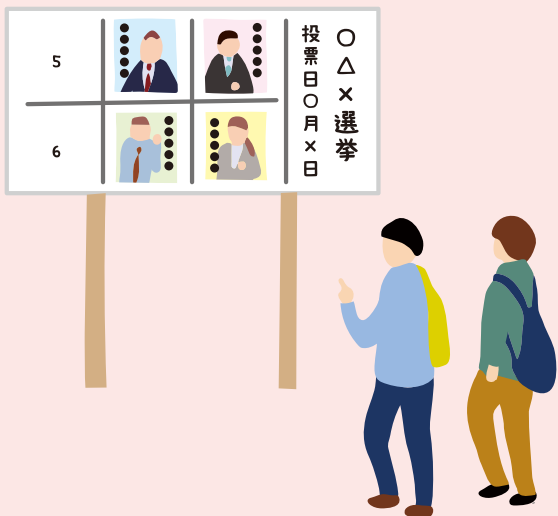
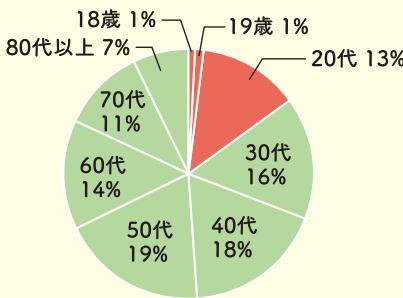
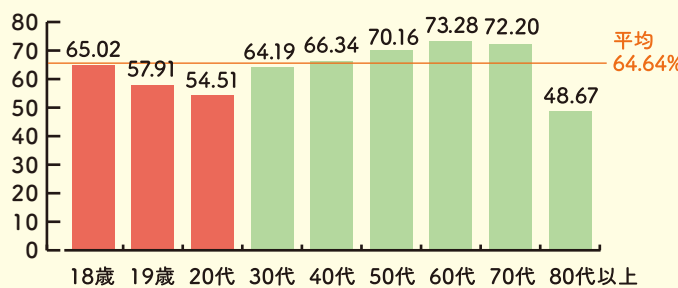
令和7年東京都議会議員選挙のデータ



◆すべての投票者数に占める年代別投票者数の割合



令和7年参议院議員選挙のデータ



誰に投票したらいいの？ 投票先決め方のススメ

投票しようかなと思っても、誰に投票したらいいのかよくわからない。そもそもどんな人が立候補しているのかも知らない。そんなことを思ったことはありませんか？
実はこの「誰に投票したらいいのかわからない」というのは、投票に行かなかった人があげるよくある理由の一つです。今回は投票先を決めるのに困ったら？ というテーマで皆さんに紹介します。

まずはここから！

1. 杉並区公式ホームページ内 選挙特設ページ

選挙が近づくと杉並区公式ホームページ内に選挙の特設ページが作られます。特設ページでは立候補者一覧を掲載しているので、選挙に誰が立候補しているのかをまず確認することができます。また、選挙の期日、期日前投票の詳細など選挙についての情報をこのページをみるだけでわかります。まずは特設ページをチェック！

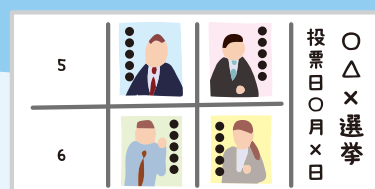
！Check！



一目でわかる！

2. 選挙ポスター公営掲示板

選挙が近づくと設置され、立候補者のポスターが貼られます。その多くは、候補者の顔や名前、伝えたいことが記載され、一目で色々な候補者を知ることができます。中でも杉並区役所前に設置してある区内529か所(令和7年都議選、参院選時)ポスター掲示板にはほとんどの候補者が貼りに来るのでおすすめです！



やっぱりこれだね！

3. 選挙公報

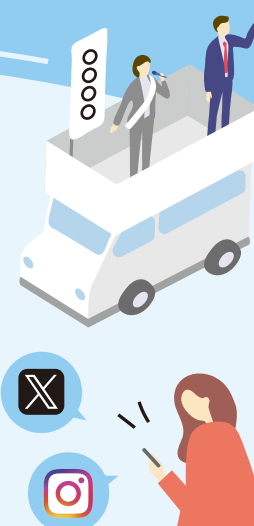
候補者の主張をまとめて詳しく見ることができます。候補者の政策や経歴などを確認することができ、情報量はナンバー1。投票日の2日前までに区内全世帯宛てにお届けします。もっと早く見たい場合は、最寄りの区施設への設置や1.選挙特設ページでの公開も行っていますので、チェックしてみてください！



もっと深掘り！

4. その他の媒体

もっと候補者のことを知りたくなったら、候補者の公式ホームページやSNSアカウント、新聞などもチェックしてみましょう。また、区内の主要な駅などでは候補者の街頭演説なども行われます。昨今、真偽に関わらず多くの情報があふれています。様々な情報源に触れ、直接見たり聴いたりしながら、正しい情報を取捨選択していくことが大切です。



投票先を決めるのに正解はありません。候補者のことを100%理解しないといけない、自分の考えと完全に一致していないといけないなんてこともありません。少しでも共感できる部分があるのなら、その人に投票していいんです。誰に投票すれば良いか決めるヒントはあなたの周りにたくさんあります。まずは知ることから始めてみませんか？

どこでも
できる!

不在者投票の方法について

日本の未来をつくる
あなたの一票



旅行中などの一時滞在先でも投票できる制度をご存じですか?
今回はそんな不在者投票制度を紹介します

不在者投票とは?

投票は原則、住民登録をしている自治体でしか投票することはできません。でも、不在者投票制度を利用することで、一時滞在先の自治体でも投票することができます。不在者投票をするまでの手順を見てみましょう!



～投票するまでのステップ～

step 1

まずは投票用紙を
請求しよう!



遠隔地で投票をする場合でも、投票用紙は自分の住所地の自治体から受け取る必要があります。まずはお住まいの自治体の選挙管理委員会事務局へ申請しましょう。申請は申請紙の郵送またはマイナンバーカードがあればオンラインでの申請も可能です。

step 2

滞在先で投票用紙を
受け取ろう!



申請書に記載の滞在先住所に、不在者投票用の投票用紙セットが郵送されます。対面で直接受け取る必要があり、ポストには投函されないので気を付けてください。

step 3

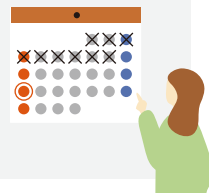
滞在先の
選挙管理委員会事務局で
投票しよう!



不在者投票は滞在先の市役所等の選挙管理委員会事務局で投票することができます。不在者投票をしたい旨を伝えれば、職員の方が投票の案内をしてくれます。投票後の投票用紙は、滞在先の自治体が投票先の自治体へ郵送してくれます。

注意

不在者投票制度は、申請者への不在者投票用投票用紙セットの送付、投票後の投票用紙の住所地自治体への返送と郵便を利用する制度になります。速達での郵送を行ってはいませんが、ある程度の日数がかかってしまいます。ギリギリでの申請にならないよう気を付けてください。



さらに詳しく知りたい方は杉並区役所公式ホームページ内「不在者投票制度について」をご覧ください。

投票に立ち会ってみませんか?

あなたの参加をお待ちしています。

実は2025年は日本国民が国政選挙に参加して135周年、普通選挙100周年、女性参政権80周年と節目の年でした。投票には長い歴史がありますが、選挙に参加する方法は投票だけではありません。杉並区選挙管理委員会では、若い世代の方にもっと選挙を身近に感じてもらうため、投票に立ち会っていただける方(若年投票立会人)を募集しています。

投票立会人とは?

他人になりすまして投票しようとする人や特定の候補者への投票を呼び掛ける人がいないかに気を配り、投票に不正がないかを投票所において監視等をする方です。



1

投票事務の立会い

投票する人が、入場してから投票用紙を投票箱に投入し、退場するまでの一連の行為。



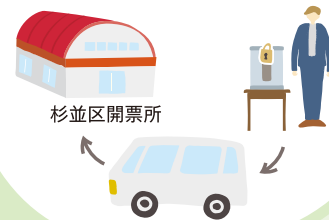
2

投票所の開閉の立会い



6

開票所へ投票箱を送致する際の同行(1名)



3

投票箱に何も入っていないことの確認



投票立会人の 主な職務

5

投票録への署名



4

投票時間終了後、投票箱の施錠確認



応募資格

- 選挙権があり以下の年齢要件を満たす方
 - ・投票日の翌日までに18歳の誕生日を迎える方
 - ・18歳から29歳までの方

※特定の候補者や政治団体の政治活動に積極的に関わっている方や候補者の親族の方は応募をご遠慮ください。

日時

投票日当日の午前7時から午後8時まで
(集合時間は午前6時45分) 適宜休憩あり

立会場所

こちらの指定する投票所

応募方法



左記の2次元バーコードからお申し込みができます。



参加者募集中! /

あなたも選挙サポーターに なってみませんか?



あなたの参加をお待ちしています。

杉並区選挙管理委員会では、若い世代の方に政治や選挙に対する関心を高めていただくとともに、もっと選挙を身近なものに感じてもらうため、選挙サポーターになっていただける方を募集しています。



詳しくはこちらから

あした選挙行く? 第6号

令和8年3月

企画・発行：杉並区選挙管理委員会

協力：杉並区明るい選挙推進協議会・杉並区明るい選挙推進委員・杉並区選挙サポーター

制作：NPO 法人チューニング・フォー・ザ・フューチャー

◎問合せ先

杉並区選挙管理委員会事務局

〒166-8570 東京都杉並区阿佐谷南1丁目15番1号 TEL：03-3312-2111