



令和8年

二十歳という節目は、新たな人生の出発点。
羅針盤Ⅱ人生の指針を見つめ直し、
各々の未来への一步を踏み出せますように。



「羅針盤」令和8年世田谷区二十歳のつどい

2025年(令和7年)11月発行

(世田谷区広報印刷物 登録番号No. 2408)

編集/二十歳のつどい実行委員会

発行/世田谷区生活文化政策部 区民健康村・ふるさと・交流推進課

〒156-0043

東京都世田谷区松原6-3-5 梅丘分庁舎3階

TEL: 03-6304-3593 FAX: 03-6304-3714

表紙・裏表紙: 二十歳のつどい実行委員 金子 愛実

区長あいさつ



世田谷区長
保坂 展人

二十歳の皆さん、おめでとうございます。

二十歳という、人生の大きな節目を迎えられた皆さんは、未来への夢と希望を胸に、期待を膨らませていることと思います。これまでの人生で積み重ねてきた経験、支えてくれた人々との絆、そして自分自身と向き合ってきた時間、それらすべてが、これからの人生の大切な土台となっていることでしょう。

さて、今を生きる私たちの社会は、大きな転換期を迎えています。令和7年8月に戦後80年目を迎え、世田谷区が核兵器の廃絶と世界に平和の輪を広げていくことを誓う『平和都市宣言』を宣言してから40年になりました。さらに、せたがや未来の平和館（平和資料館）が開館10周年を迎え、今日まで多くの人々へ戦争の悲惨さや平和の尊さを伝えてきました。しかしながら、現在も戦争の犠牲者は増え続けており、平和の回復には大きな力がある時代でもあります。私は皆さんにも平和を創る担い手として歩んでほしいと考えています。

「大人」として新たな人生の一步を踏み出す皆さんは、社会の一員として責任を担う行動が求められます。それは同時に、自分の意思で未来を選び、何事にも挑戦できる世代を迎えたということでもあります。さまざまな選択をし、時には迷い、時には大きな喜びを得ることでしょう。自分らしさと周囲への感謝の気持ちを大切にしながら、力強く進んでください。困難に直面したときには、一人で抱え込まず、家族や仲間たち等、身近な人や地域のつながりを頼ってください。皆さんの歩みを全力で応援し続けてくれます。

これからも皆さんの感性と行動力が、地域や社会に新しい風を吹き込んでくれることを、心から期待しています。
皆さんの人生が、希望と笑顔に満ちたものとなりますよう、心からエールを送ります。

令和7年11月

令和8年 世田谷区二十歳のつどい

羅針盤

～羅針盤＝人生の指針を見つめ直し、各々の未来への一步を踏み出せますように～

- P.1 区長あいさつ
- P.2 区長インタビュー
- P.3 私たちの20年鑑
- P.5 世田谷区役所 新庁舎の未来
- P.7 世田谷区の地名
- P.10 世田谷区民健康村（川場村）の紹介
- P.11 お役立ち情報
- P.12 行政情報
- P.13 実行委員紹介

世田谷区長 保坂 展人

宮城県仙台市生まれ。教育問題などを中心にジャーナリストとして活躍し、1996年から2009年まで（2003年から2005年を除く）衆議院議員を3期11年務める。2009年10月から2010年3月まで総務省顧問。2011年4月より世田谷区長（現在4期目）。
尊敬する人物は中国の作家の鲁迅（1881年－1936年）。



区長インタビュー

2025.09.08

実行委員が保坂区長にインタビューをしてきました！

**Q1 我々世代（20歳前後）の頃にどのように過ごされていましたか？
また人生の選択や進路を決める際に悩みや迷いがあったエピソードを教えてください。**

A1 20歳前後の頃、全国を巡り、北海道の農家に住み込んで田植えをし、建設現場や石油コンビナート等で働き、稼いだお金で本を買い、文章を書きながら自分の進むべき道を模索していました。

当時、作家・鲁迅のエッセイに感銘を受けたことで、エッセイに書かれているような深い言葉を紡ぎ出すには、どのようにすると良いのか考え続けたり、ノートに興味を引かれたフレーズを書き留め、それに基づいて自らの思想を深めようとしたり…霧がかかったトンネルを手探りで進むような気持ちで過ごしていました。この過程は資格取得や学校での学びとは離れたものであったため、自分はこんなことをやっていて良いのだろうかという疑問を持つこともありました。

しかし、このときの経験が、ジャーナリストとしての情報の核心を見極める力や、国会議員として制度の問題点を切り出すなど、独自の視点を築く力になったと感じています。この自己対話の時期は、のちに自分がどのように生きていくかを考えるための貴重な時間だったと思います。



**Q3 昨今の著しい気候変動により、子どもたちの遊び場所や遊び方が大きく変化していると思います。
区として今後どのようにお考えでしょうか。**

A3 非常に難しい問題だと感じています。

地球温暖化と気候変動は20年以上前から指摘され、生活の見直しや資源の大切さが説かれてきましたが、日本の今夏（6月～8月）の平均気温が平年を2.36度も上回り、暑さへの対応が喫緊の課題となっています。

この気温の中で、どうやって子ども達が遊べるかという、冷房が効く屋内遊び場をたくさんつくるとするのは現実的ではないと思っています。学校の体育館の冷房設備は今後補強し、もっと活用してもらえよう進めていきます。

高校野球が昼間を避けて活動するように、今後は夏の暑い時間を避けて生活するようになっていくのではないかと思います。このまま気温が上昇し続ければ、生存や食料供給が困難になる可能性があります。日本は世界的に見ても気候変動への関心が低いと言われています。そのため、気候災害に適応しつつ、根本的な解決策を、若い世代が先頭に立って考える必要があると考えます。区としても、持続可能な環境の実現に向けたアクションを、積極的に起こしながら若い世代にも期待したいと思っています。



前列左から保坂区長、八木
後列左から森、仲

Q2 世田谷区の未来のために、大切にされている価値観をお聞かせください。

A2 令和7年4月から「世田谷区子どもの権利条例」が施行され、子どもたちの意見や思いを、大人や地域社会が聴く場が数多く設けられました。これにより、大人が子どもに寄り添い、地域の将来にどのように貢献できるかについて、ともに考える姿勢が見られるようになりました。

世田谷区は多様な個性が共存しており、世代や言葉、信仰など異なる背景を持つ人々が違いを乗り越え、様々な背景を持つ人々が対話できることが世田谷区の良さであると感じています。

「他者を理解しコミュニケーションができる」というまちであることが、ウェル・ビーイング（※）につながっていると思っています。

（※）個人の権利や自己実現が保障され、身体的、精神的、社会的に良好な状態にあることを意味する概念（厚生労働省）



Q4 最後に二十歳のつどい対象者へ向けたメッセージをお願いします。

A4 成人年齢は18歳に引き下げられましたが、20歳を迎えることで大人への入り口に立ったと思います。責任を持って社会の一端を担う自覚が求められるようになり、学生であれ、いかなる立場であれ、重要な通過点となる年齢だと思っています。

とは言っても、社会人としての経験は少ないので、周囲に頼りながら、自分の可能性を信じて進んでください。また、長い人生の中で、困ることや悲しいこと、ストレスなどがあると思います。そうした時に大切なのは、一緒に喜怒哀楽を分かち合える友人や仲間です。ぜひその関係を大切にしたいですし、何でも言い合える関係を維持することも一生の財産になるのではないのでしょうか。

私たちの 20年鑑

2005
愛知万博開催

2006
冬季トリノ五輪
荒川静香選手が
金メダル

2007

初代iPhone発表
『ニコニコ動画』が流行

2008

iPhone3G 日本発売開始
北京五輪で北島康介選手
『なんも言えねえ』

2009

裁判員制度スタート
侍ジャパンがWBCで世界一

2010

AKB48全盛期
イチロー選手10年連続200安打達成

2011

東日本大震災
なでしこジャパン
女子W杯優勝

2012

東京スカイツリー開業
日本の新しいシンボルに

2013

『今でしょ』『お・も・て・な・し』
が流行語に
『半沢直樹』が社会現象に

2014

『レッツ・イット・ゴー
～ありのままで～』
『妖怪ウォッチ』が大ヒット

2018

平昌五輪で日本過去最多メダル
羽生結弦選手が2連覇

2019

新元号『令和』発表
ラグビーW杯日本代表
初のベスト8

2017

上野動物園でジャイアントパンダ
『シャンシャン』誕生
将棋の藤井聡太四段（当時）が公式戦で
29連勝の新記録

2023

ChatGPTなど、生成AIが話題に
『推し活』が流行

2016

伊勢志摩サミット開催
RADWIMPS『前前前世』
ポケモンGOブーム

2024

アニメ『推しの子』が流行

2020

新型コロナウイルスの感染拡大、初の緊急事態宣言
『鬼滅の刃』が社会現象に

2021

東京五輪・パラ延期開催で
スポーツ選手が大活躍
アニメ『呪術廻戦』『ウマ娘』ブーム

2022

『村神様』が流行語に
スプラトゥーン3発売

2025

大阪・関西万博開催



あの白い幕の向こう側で、未来が形作られていくのを、私たちは見ていた。見慣れた街の景色が少しずつ変わっていく中で、一つの大きな期待が膨らんでいく。

「区役所」という、どこか自分たちとは少し距離のある言葉。そのイメージが、まもなく覆されることになる。二十歳という節目を迎えた私たちにとって、この新しい場所は、単なる建物ではない。それは、新しい時代の世田谷と、私たちの未来が交差する、出発点になるのかもしれない。

光と緑、そして「ひろば」という思想。一歩足を踏み入れた瞬間、誰もが息をのむ。高い天井から惜しみなく降り注ぐ自然光、随所に使われた木のぬくもり、そして視線の先に広がる緑の風景。ここは、私たちが知っている「役所」ではなかった。設計の根底にあるのは「ひろば」という考え方。目的がなくても誰もが気軽に訪れ、思い思いの時間を過ごせる開かれた空間だ。手続きのための場所だけではない、暮らしに寄り添う場所へ。その思想が、建物の隅々にまで息づいている。

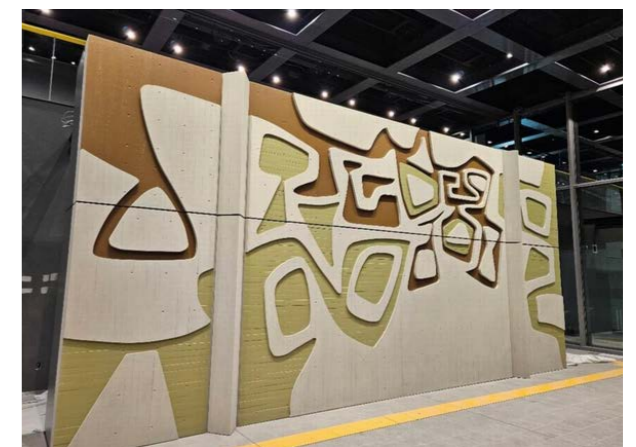


新庁舎は、私たちに「使われる」のを待っているだけの場所ではない。

私たちが、自らのアイデアで「使いこなし」、仲間と共に「育てていく」場所なのだと。二十歳という、人生の新しいページをめくる今、この場所から、あなただけの物語を始めよう。

二十歳のつどい実行委員会

INFORMATION

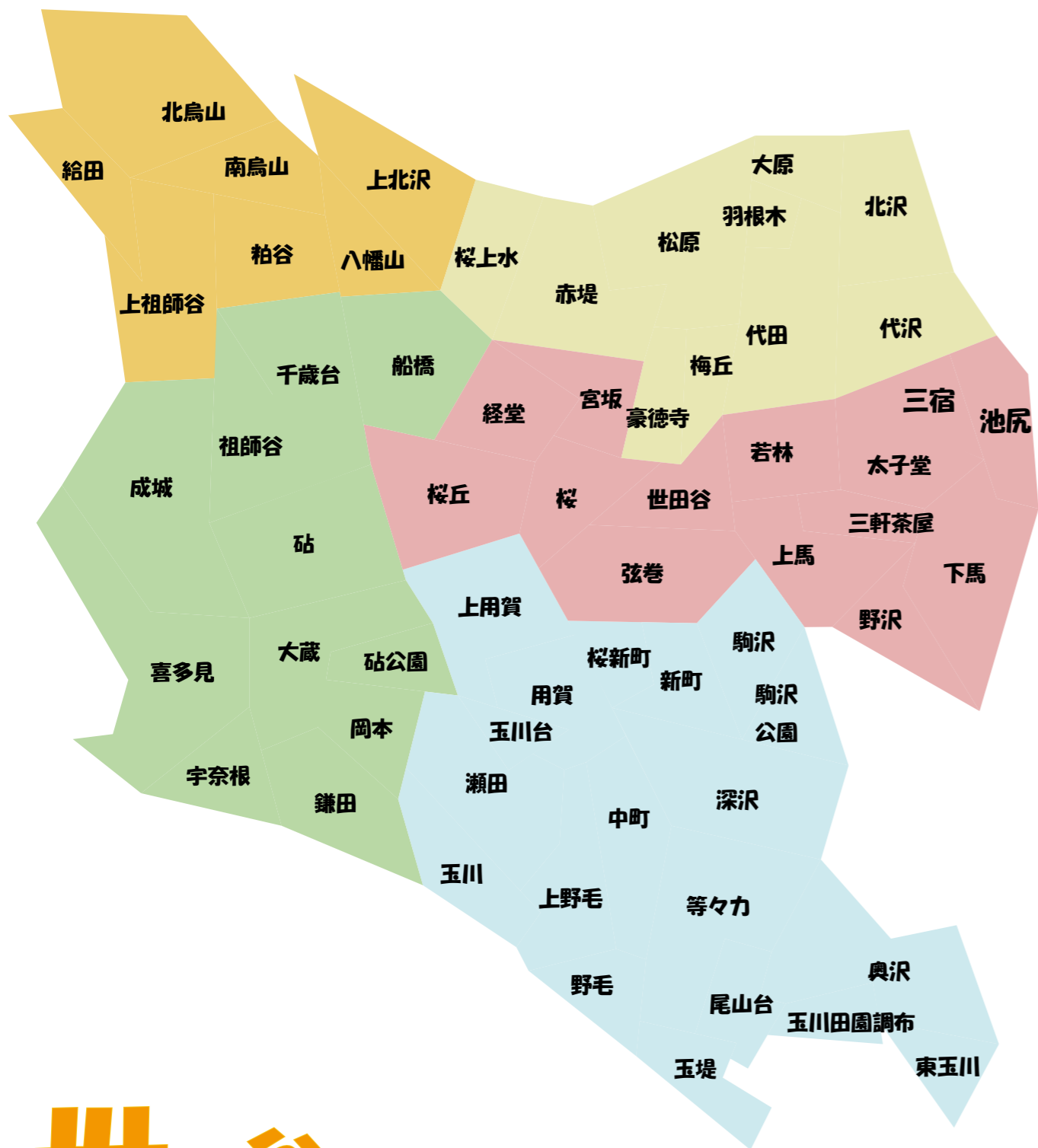


世田谷区役所 新庁舎

写真: せたがやイーグレットホール(世田谷区民会館)
東1期棟エントランスホール ほか

世田谷区 の地名 どんな由来？

(世田谷区 HP 各支所地域振興課作成ページより抜粋)



～世田谷地域～

上馬・下馬

旧駒沢村大字上馬引沢という地名。文治 5 年(1189 年)7 月に、源頼朝が奥州征伐に向かう途中、蛇崩川沿いで乗っていた馬が暴れ出して沢の深みにはまって死んでしまう事故に見舞われ、「この地では馬は乗らずに引いて渡れ」という戒めから名がついたといわれている。

世田谷

「世田谷」の「世田」は「瀬田」に通じ、「瀬戸」の「戸」が訛ったものではないかといわれている。

池尻

旧池尻村。昔は目黒川沿いの低地にはかなり大きな池があったのではないかといわれ、池の下の端にある土地という意味からつけられたといわれる。

三軒茶屋

大山道に沿った三差路に、信楽、角屋、田中屋という三軒のお茶屋ができ、旅人の道中の憩いの場として繁昌した。ここが旅人の道中の目標となり、いつしか三軒茶屋と呼ばれるようになった。

宮坂

世田谷八幡宮(宇佐八幡宮)の東側の坂道を、人々が「宮/坂」と呼んだことから名付けられた。住居表示実施に伴い宮/坂の区域を拡大し、「/」が除かれた。

～北沢地域～

※池尻の由来は世田谷地区へ記載

赤堤

天正 12 年(1584 年)の 11 月に西福寺の僧法師賢幸が、高野山金剛峯寺の宝塔院法印乗清から、権律師に補任された時のうけ書きに赤堤村西福寺と書かれたのが最初といわれている。

北沢

世田谷には池や沢がたくさんあり、南部の深沢、奥沢、馬引沢に対して北の方にある沢という意味から、北沢の名がついたと伝えられている。

代沢

戦後、従来の北沢 1 丁目から 5 丁目は新たに北沢と、下代田町を含む代沢とに分かれ、それぞれが 1 丁目から 5 丁目に細分化された。この時付けられた代沢の地名は、いうまでもなく代田と北沢から一字ずつとって付けられたものとされている。

松原

年代は詳らかでないものの、経堂在家の名主松原太郎左衛門の先祖で、世田谷城主吉良氏の家臣松原佐渡守の三兄弟が松原宿を開き、その松原宿の商人たちが赤堤村の土地を開墾し、独立させて松原としたと伝えられる。

桜

区域の全体は旧勝光院領 30 石の地で、勝光院は吉良氏の菩提寺であり、世田谷城内にあった御所桜という由緒ある桜にちなんだものと思われる。

三宿

字が北宿、本宿、南宿の三つに分かれていたが、村の人はこれを上(北宿)、中(本宿)、下(南宿)と呼んでいた。この三つの宿名からつけられたという説と、村の北部を流れる烏山用水によって水利に恵まれていたため、水の宿る所から水宿となり、それが三宿になったという説が有力。

若林

はっきりした決め手はないが、新田の古い表現だとも言われ、開発造成され植林された若い木の並んでいるところを意味するものだろうといわれている。

桜丘

特に桜の多い丘があったからではなく、桜丘の子どもたちが通う母体であった桜小学校の名称の下に、「丘」の一字を付したもののから名づけられたといわれている。

野沢

旧野沢村。野沢という村の名は、野村氏の「野」と沢田の字の「沢」を一字ずつとってつけられたとされている。タッタ原とも呼ばれ、まぐさ場(馬・牛などの飼料・肥料にする草の採集地のこと)であった。

弦巻

野原を意味する「つる」、牧場を表す「まき」から昔は牧場だったという説、武士が戦に破れ、降伏し弓の弦を巻いて、恭順の意を表した地であったという説、「つるまき」を「水流巻」と書き、「水の流れが渦を巻くほど激しい」ところだという意味をとる説がある。

太子堂

文禄 4 年(1595 年)に、阿闍梨法印(真言宗の僧位)の賢徳和尚が本堂、聖徳太子堂、庫裡を完成させて手厚く祀った。それ以後この地は栄えたので、村の名を太子にちなんで太子堂と名付けた。

経堂

現在、小田急線の経堂駅から少し南側の地にある「経堂山福昌寺」から村の名になったとされる説、野原の中に一つのお堂が建てられていたが、その堂の造り方や形が関東地方には見られない京都風のものだったので、人々がこれを京堂と呼んだことからとされる説など、いくつかの説がある。

大原

昔は代田村の一部で、萩久保、西大原、東大原という三つの字から成っていた。大原は、その名のとおり「広い原っぱ」ということから付けられた名といわれている。

桜上水

京王線の駅が桜上水と付けられたこと(昭和 12 年に京王車庫前から改称)と、玉川上水の堤に植えられた桜並木から見事な花木が育てられ花の里であることによるものといわれている。

羽根木

古老の言い伝えでは、昔から樹木が多く茂っていて、いろいろな鳥が飛んできて止まるので、鳥の羽根と合わせて羽根木になったといわれている。

～玉川地域～

等々力・玉堤

等々力渓谷が今の渓谷の深さになるまでにいくつかの段階があり、途中で滝ができたいそれが崩壊したり、そしてまた滝ができたいを繰り返したのであろうと推測される。その崩壊の音はまさに轟くような音かしたので、「トドロキ」という地名になったと思われる。

用賀・上用賀・玉川台

用賀の地名の由来については不明。明治 22 年、それまでの奥沢・尾山・等々力・下野毛・上野毛・野良田・用賀・瀬田の 8 村が合併して玉川村が成立し、用賀村は大字用賀となった。住居表示の実施に伴う町区域の変更により、上用賀 1 ～ 6 丁目、用賀 1 ～ 4 丁目、玉川台 1 ・ 2 丁目（約 4 割は玉川瀬田町から）に区画された。

野毛・上野毛

「ノゲ」は、「崖（がけ）」を意味する語と言われている。崖という地形地名としては、野毛が多く、野木や乃木もそうであろうと言われている。いづからか上野毛・下野毛に分かれた。

新町

世田ヶ谷村の飛地であった世田ヶ谷村新町が、万治年間（1658 年～ 1660 年）分村して世田ヶ谷新町村になった。昭和 7 年の世田谷区成立時に新町 1 ～ 3 丁目に区画された。

尾山台

「尾山」は「小山」の変化したもので、小山とはこの村の主要部分が多摩川左岸崖線中にあるところから称せられたと考えられる。小山が尾山となったのは明治 7 年から明治 22 年までの間と思われる。理由は、荏原郡に小山（こやま）村（現品川区小山）があったので漢字で表した場合に紛らわしかったことによると考えられる。

奥沢・玉川田園調布

呑川の下流地方からみて奥深い沢地という意味で、呑川の支流である九品仏川流域を区別し、「奥深い沢」の「深い」を省いて「奥沢」となったようである。昭和 7 年、世田谷区成立時に玉川奥沢町 1 ～ 3 丁目と玉川田園調布 1 ・ 2 丁目に区分された。

中町

昔は野良田村と呼ばれる村であった。「野良」は草などが茂っているところを言い、野良を開墾して水田が開かれるなどして、「野良田」と呼ばれるようになったと思われる。昭和 7 年、世田谷区成立時に、玉川中町 1 ・ 2 丁目となった。

桜新町

大正 2 年に東京信託株式会社が関東で初めての郊外開発計画として「新町分譲地」を造成した。この道路の両側にソメイヨシノの並木をつくって有名になり、玉川電車の停留所が後に「桜新町」と改称されたことなどに由来する。

瀬田・玉川

多摩川沿岸から台地中の谷の多い相当広い区域を含めて古くは「セト」と呼んでいたものが、いつしかなまって「セタ」となったようである。明治 22 年、それまでの奥沢・尾山・等々力・下野毛・上野毛・野良田・用賀・瀬田の 8 村が合併して玉川村が成立し、瀬田村は大字瀬田となった。

東玉川

昭和 7 年の世田谷区成立までは、玉川村の大字等々力（明治 22 年までは等々力村）の飛地で「字諏訪分」といった区域である。この区域が、世田谷区成立の際、「東玉川町」となった。

駒沢・駒沢公園

明治 22 年、町村制施行時に、上馬引沢村、下馬引沢村、野沢村、弦巻村、世田ヶ谷新町村、深沢村が合併し、駒沢村が成立した。馬引沢の馬を駒とし、それに野沢と深沢の沢をつけて駒沢という地名ができたといわれている。

深沢

明治 22 年、町村制施行時に、上馬引沢村、下馬引沢村、野沢村、弦巻村、世田ヶ谷新町村、深沢村が合併し、駒沢村が成立し、深沢村は駒沢村大字深沢となった。

～砧地域～

祖師谷

村の谷の近くに地福寺というお寺があってその境内に祖師堂があったためという説と、鎌倉時代初期にこの地に住んでいた豪族の粕谷氏が、法華宗を深く崇敬し、領内に一堂守を建立し、日蓮上人地界後に祖師像を彫刻し、安置したことによる説がある。

喜多見・成城

江戸氏の一族木田見氏が、すでにこの地方を分領して居を構えていたとされ、木田見氏は名を木田見、北見、そして喜多見に変えたとされている。大正 14 年には牛込（現在の新宿区）の成城学校から分離した成城学園が、砧村大字喜多見字東之原に造られた。昭和 11 年に大字喜多見は喜多見町に、喜多見成城北と南は合併して成城町に改められた。

岡本

長円寺の山号の岡本山（こうほんざん）からとって「おかもと」にしたとする説。鎌倉時代の武得木管義仲に属していた岡本次郎成勝の出身地であることから付けられたとする説。丘陵起伏の多い地であることから、岡本とつけられたとする説などがある。

～烏山地域～

烏山（北烏山・南烏山）

表土の黒色を形容して「烏」を当て、耕作地もしくは自然の地盤に対して「山」を当てたものではないかという説がある。同様に「黒色のアス（灰）の山」の語が転縮して、クロアス山が「カラス山」になったという説もある。

八幡山

村の北の方は雑木林や杉山（後には竹山となる）の地で、南の方も森や林の広がる台地であった。この台地に建てられた八幡神社に因んで、八幡山村と名付けられたといわれている。

千歳台

旧千歳村。「千歳」という村名は、候補村名 12 のうちから投票により決定したというもので、古くから土地に密着した由来等はなく、単に縁起のよい名称というに過ぎないものである、とされている。

宇奈根

平陸の地で昔から農業（陸稲）がさかんだったと思われることからウナニ（＝用水路）が多くあり、これが転じてウナネになったとする説、宇奈根村という穀物の神様説、畦目（うなめ）、畝目（うなめ）からつけられたとする説など、さまざま。

大蔵

延暦 7 年（788 年）に石川朝臣豊人という人が武蔵守となり、さらに大蔵卿となったことから、このあたりを大蔵村というようになったとも伝えられている。（諸説あり）

給田

「荘園領主が預所および下司・政所・公文などの荘官や地頭に職務給として給与した田（角川日本史辞典より）」だったものが、そのまま地名になったようである。

上祖師谷

由来は【祖師谷】と同様。祖師谷村が上と下に分かれたのは、元禄 8 年（1695 年）の検地の時とされる。

船橋

昔多摩川の蛇行する川岸に集落があって、多摩川を住民が渡るために船橋を架けたことから名がついたと言われる説と、烏山川を含む周辺一帯に大きな池があったのではないかとされ、そこに船橋が架けられていたと見る説がある。

鎌田

現在の鎌田 4 丁目の橋本家に、古く 12 世紀にさかのぼって、源義朝の郎党の一人に鎌田政清という人がいて、平治の乱に敗れた後に落武者として身を隠したとされることからといわれている。

砧・砧公園

古く 7 ・ 8 世紀のころ、朝廷に納める布を衣板でたたいて柔らかくし、つやを出すために使った道具から生まれたといわれている。

上北沢

北沢の由来参照。かつては上北沢と下北沢とは広い土地でつながっていたものが、その後、赤堤、松原、代田などに分かれたといわれている。

粕谷

鎌倉時代に粕谷三郎兼時という豪族が住んでいたと伝えられている。



世田谷区民健康村

群馬県 川場村

20 歳の皆さんは今から 9 年前、小学 5 年生のときに行った、川場村のことを覚えていますか？どこまでも広がる空、青々と茂る森、道から手が届いてしまうリングの樹。あの頃の景色は今も変わらず皆さんをお待ちしています。大人になった皆さんならではの、新たな川場村の楽しみ方を見つけてみてはいかがでしょうか？世田谷区と川場村は、昭和 56 年に「縁組協定」を結んで 45 年目になり、お互いの住民共々、支えあいつつ発展していくことを目指しています。これからの人生、社会の中で悩むことが増えるかもしれません。そんなときは、少し頭を休め、雄大な自然を誇る川場村に遊びに来てみてください。世田谷区の雰囲気とは違った「ふるさと感」の中に身を投じてみれば、身も心もリフレッシュができるはずです。



宿泊施設紹介



利用料金

平日
大人（中学生以上） ￥6,500～
休日等
大人（中学生以上） ￥7,500～
※1泊2食付き 大人のみ別途入湯税150円が必要

ふじやまビレジ
・源泉かけ流し温泉「せせらぎの湯」
・600㎡の多目的スペース「村の会堂」
・冬場は川場スキー場の利用に最適



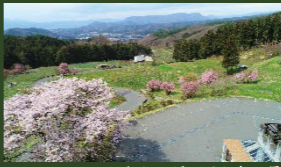
↑せせらぎの湯



利用料金

平日
大人（中学生以上） ￥6,180～
休日等
大人（中学生以上） ￥7,180～
※1泊2食付き

なかのビレジ
・80haの広さを誇る「友好の森」
・赤城山や浅間山が一望できる絶景
・野球場を完備する公園



↑なかのビレジからの景色

アクセス

自動車をご利用の場合

練馬IC 90分 沼田IC 20分 健康村

上越新幹線をご利用の場合

東京駅 75分 上毛高原駅 無料送迎バスあり 30分(要予約) 健康村

JR上越線をご利用の場合

上野駅 150分 沼田駅 タクシー30分 健康村

路線バス
・ふじやまビレジ
健康村バス停下車徒歩2分
・なかのビレジ
岩田橋バス停下車徒歩30分

利用申込・お問合せ

世田谷区民健康村 予約センター
TEL：0278-52-3311（受付 8:00～18:00）
FAX：0278-52-3313
URL：https://www.furusatokousha.co.jp



・左記金額は区内在住・在学・在勤の方の利用料金です。小人・幼児・区外の方の料金は別途HP等でご確認ください。
・予約受付は予約対象月の６ヶ月前にあたる月の１日からです。
・年末年始の予約は抽選となり、料金も異なります。

ご存じですか？ 国民年金制度 のあれこれ

20歳になると学生や自営業者は国民年金第1号被保険者となります。将来年金を受け取るために、国民年金保険料を納付期限までに納付することが大切です。

保険料は、日本年金機構から届く納付書を使用して、金融機関・郵便局・コンビニエンスストア・電子納付（Pay-easy）・スマートフォンアプリで納付できます。また、年金事務所で手続きしていただくことで、口座振替やクレジットカードによる納付に切り替えることもできます（おトクなまとめ払いがあります）。

納付が困難な時は未納のまま放置せず「免除」「納付猶予」、学生の場合は「学生納付特例」という制度の申請をしてください（所得要件あり）。これら免除が承認された期間は、10年以内であれば後払いで保険料を納付できる「追納」制度があります（追納しない場合、保険料を全額納付した場合と比べて将来受け取る年金額が低額となります）。

年金制度・手続き・免除について詳しくはこちらから！



<https://www.nenkin.go.jp/service/koku-nen/kanyu/hatachi-tetsuduki.html>

日本年金機構・電子申請（マイナポータル）



https://www.nenkin.go.jp/denshibenri_kojin/denshibenri_kojin/mynportal.html

マイナンバーカードをお持ちの方はマイナポータルから電子申請ができます。

厚生年金加入者（第2号被保険者）や、その扶養する配偶者（第3号被保険者）が、退職や扶養から外れる等で第1号被保険者となる場合は、忘れずに区役所等で加入の届出をしてください（加入・免除の手続きはマイナポータルから電子申請ができます）。

ご存じですか？ 国民健康保険 の加入・脱退について

職場の健康保険に加入したら、世帯主またはご自身が**脱退の届出**をしてください。職場の健康保険の「資格取得日」から、国民健康保険の資格確認書は使えなくなります。一方、退職や扶養から外れるなどで、職場の健康保険の資格がなくなった場合は、**加入の届出**が必要です。なお、マイナ保険証は資格の情報が切り替わるまでにお時間がかかります。空白の期間があると、その期間の医療費は**全額自己負担**になりますのでご注意ください。

マイナンバーカードを健康保険証として使用できます（申込が必要です）。

詳しくは
マイナンバー総合
フリーダイヤルへ
0120-95-0178



らぶらすのご案内 世田谷区立男女共同参画センター 三軒茶屋駅、徒歩7分

すべての人が性別にかかわらず自分らしく暮らすことができる世田谷を目指しています。らぶらすは一緒に学び、考え、交流する場所です。どうぞ気軽にご来館ください！

- ★おひとりでもグループでも、**どなたでも**ご利用いただけます。
- ★Free Wi-Fi あり。夜21時まで**自習室（無料）**を開設しています。
- ★参加費無料・ひととき保育つき の講座やイベント多数。
- ★さまざまな相談ができます。
女性のための悩みごとやDVの相談は、LINEでもOK。
働き方の相談、セクシュアル・マイノリティや男性相談も。
- ★約23,000冊の書籍や雑誌を所蔵。DVDも貸出OK。



講座・イベント



相談



子どもスペース
授乳室



本・雑誌



貸会議室
区民活動コーナー



Free wifi

イラスト転載禁止 © 世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

〒154-0004 世田谷区太子堂1-12-40 グレート王寿ビル3～5階
TEL 03-6450-8510 FAX 03-6450-8511 HP <https://laplace-setagaya.net/>



行政情報

＜税金に関する情報＞

税金は、公共サービスの運営をはじめ、みなさんの暮らしを支える大切なものです。申告と納税は、忘れずに行ってください。

問 世田谷区課税課
住民税（世田谷地域） TEL 03-5432-2169
（北沢・砧地域） TEL 03-5432-2174
（玉川・烏山地域） TEL 03-5432-2184
軽自動車税（種別割）
（原動機付自転車の登録・廃車について）
TEL 03-5432-2163
FAX 03-5432-3037

世田谷区納税課（納税の相談について）
TEL 03-5432-2208
FAX 03-5432-3012

＜契約や商品・サービスのトラブルに関する相談＞

問 世田谷区消費生活センター
TEL 03-3410-6522（消費生活相談専用）
相談日時
月～金曜（電話・来所） 午前9時～午後4時30分
土曜（電話のみ） 午前9時～午後3時30分
日曜・祝日は、消費者ホットライン
（国民生活センター）
☎（局番なし）188 午前10時～午後4時

＜マイナンバーカードの申請に関する情報＞

マイナンバーカードの申請は予約が必要です。
問 世田谷区マイナンバー制度コールセンター
TEL 03-3570-5031
FAX 044-555-4880

＜国民健康保険の加入・脱退に関する情報＞

問 世田谷区国保・年金課
資格賦課
TEL 03-5432-2331
FAX 03-5432-3038

＜危険ドラッグ・薬物乱用防止に関する情報＞

問 世田谷保健所健康企画課
TEL 03-5432-2354
FAX 03-5432-3019

＜エイズ・性感染症・結核に関する情報＞

問 世田谷保健所 感染症対策課
TEL 03-5432-2441
FAX 03-5432-3022

＜選挙に関する情報＞

問 世田谷区選挙管理委員会事務局
TEL 03-5432-2751
FAX 03-5432-3045

＜世田谷区の手続きや施設・イベント案内に関する情報＞

問 せたがやコール
TEL 03-5432-3333
（午前8時～午後9時 年中無休）
FAX 03-5432-3100

区ホームページ
からもお問合せ
いただけます。



＜区議会に関する情報＞

問 世田谷区議会事務局
TEL 03-5432-2779
FAX 03-5432-3030

＜国民年金に関する情報＞

20歳になった方に国民年金加入のお知らせが届きます（厚生年金等に加入中の方を除く）。保険料の納付が難しいときは、免除・納付猶予・学生納付特例制度がありますのでお問い合わせください。

問 世田谷区国保・年金課国民年金係
TEL 03-5432-2356
FAX 03-5432-3051
世田谷年金事務所
TEL 03-6844-3871（代表）
FAX 03-6844-3872
ホームページ
<https://www.nenkin.go.jp/>
（日本年金機構）

自動音声案内に従って「2」→「2」と押してください

＜就職に関する相談＞

就職活動中または就労中の方を対象に、就職・仕事に関する様々な情報発信・相談を実施しております。
右記二次元コードにアクセスいただくと、世田谷区のホームページより目的に合わせた内容がご確認いただけます。



地域のイベント等の情報をSNSでお届けします！

LINE



X (旧Twitter)



Facebook



Instagram



実行委員紹介

in
TOKYO
setagaya

たなか みゆ
田中 美優

趣味 映画、舞台鑑賞、
アニメを観ること

最近の嬉しかったこと
USJでSPY×FAMILYのアト
ラクションに乗れたこと。



かねこ めぐみ
金子 愛実

趣味 絵を描く
コーヒーを飲む

最近の嬉しかったこと
新しく入ってきたバイト
先の子が偶然中学の同級
生だったこと。



もり みさき
森 美咲

趣味 ソフトテニス

最近の嬉しかったこと
卒業プロジェクトで福島県大
熊町と関わり、地域の人の
繋がりに支えられているこ
と。



やぎ まな
八木 マナ

趣味 シャボン玉

最近の嬉しかったこと
ドラゴンボールが7個集ま
ったこと。



またの あいな
俣野 愛奈

趣味 雑貨屋さん巡り
ピクニック

最近の嬉しかったこと
カフェの店員さんが、伝
票に可愛いネコの落書き
をしてくれたこと！



なか るい
仲 琉生

趣味 旅行

最近の嬉しかったこと
旅行中雨予報だったのに
ずっと晴れてくれたこと！



実行委員に20の質問

二十歳にちなんで、実行委員に
20個の質問をしました！

みなさんもぜひ
答えてみてください！

- 1 口癖は？
「なんで〜？」
「ねむい」
「お腹すいた」
- 2 実はちょっと
自慢したいことは？
Duolingo
世界2位になったこ
と
- 3 実行委員をやって
良かったことは？
新たな出会いが
あること！
- 4 朝起きて最初に
することは？
うがい！
- 5 スマホの
待ち受け画面は？
星の王子さまに登場する
ゾウを飲み込んだ
ウワバミ
- 6 20歳までに克服
できなかったことは？
お化け屋敷に
1人で入ること
- 7 実行委員のなかで1番
大人っぽいのは誰？
八木くん
- 8 「20歳って最高！」
と思う瞬間は？
同窓会など、同級生
と久しぶりに会う
機会が沢山ある時
- 9 「大人買い」して
みたいものは？
さつまいも
- 10 これから先、大切に
していきたいものは？
時間と
人間関係
- 11 子供の頃から変わら
ない自分らしさは？
好奇心旺盛でいたい
という気持ち！
- 12 今だからこそ分かる
親への感謝は？
親の支えでソフトテニス
を続けられたこと。
今は費用を自分で負担する
ようになり、その大きさに
感謝しています。
- 13 人生のここまです
ざっくりアニメで
区切ると、今何期？
4期
- 14 「大人の階段」って
いうけど今どの段あたり？
1段目に足を
かけたところ
- 15 もし人生にOPと
EDがあるなら
今のED曲はどの曲？
Hampback の
クジラって曲！
- 16 人生の作画崩壊回
はいつ？
悲しいかな
定期テスト直前
は毎回です
- 17 今までの人生で
“映画化決定！”するら
どのエピソード？
大学生活
- 18 人生をゲームに例えるなら
今はまだチュートリアル？
それとも中ボスあたり？
チュートリアルが
終わったばかり！
これから大冒険！！
- 19 ここまでの人生で
“神回”ってどこ？
いま！
- 20 自分の人生にもし
“作者”がいるなら
どんな人？
「締切ギリギリに
原稿を書き上げる人」