

# 10月6日(日)は長岡市長選挙の投票日

長岡選挙管理委員会 さいわいプラザ 39・2241

## 投票所入場券は9月27日(金)までにはがきで郵送します

はがき1枚につき最大6人分です。投票の際は、それぞれの分を切り取って投票所にお持ちください。入場券がなくても投票できます。

### 次の全てに該当する人が投票できます

- ①平成18年10月7日以前の生まれ
- ②令和6年6月28日までに長岡市の住民基本台帳に記録されている
- ③引き続き市内に住所がある

### 投票時間は午前7時～午後8時

一部の投票所で投票終了時刻の繰り上げがあります。

## 投票日に投票所へ行けない人は期日前投票を

投票日前日まで、下記のどこでも投票ができます。  
 日 9月30日(月)～10月5日(土) 午前8時30分～午後8時  
 場 アオーレ長岡、さいわいプラザ、リバーサイド千秋モール中央東出入口脇(午前9時から)、各支所(栃尾地域は旧栃尾文化センター、与板地域はよいたコミュニティセンター)

## 当日投票所・開設時間の変更

### 次の投票区は投票所を変更します

投票区	投票所(変更前)	投票所(変更後)
第26投票区	宮内小学校体育館	宮内中学校多目的ホール
第39投票区	芹川町公民館	下川西コミュニティセンター
第H11投票区	吉水体育館	老人福祉センター皆楽荘
第H31投票区	旧西谷小学校	中地区センター

※第35投票区は桂小学校「体育館」から「視聴覚室」に変更します

### 次の投票区は投票所の名称を変更します

第C3投票区(みしま北保育園)…旧みしま北保育園

### 次の投票区は投票所の開設時間を変更します

#### ○午前7時～午後6時

第44投票区(太田コミュニティセンター)、第E9投票区(大字武石多目的集会施設)、第H8投票区(小貫公民館)、第H13投票区(二日町公民館)、第H18投票区(入塩川集落開発センター)、第H21投票区(赤谷集落開発センター)、第H23投票区(来伝地区センター)、第H27投票区(一之貝担い手センター)

#### ○午前7時～午後4時

第H16投票区(葎谷集落開発センター)、第H24投票区(吹谷地区多目的集会センター)、第H28投票区(軽井沢集落開発センター)、第H29投票区(比礼集落センター)、第H31投票区(中地区センター)

### 第D9投票区(小松倉集落センター)を第D7投票区(梶金集落開発センター)に統合します

## 開票は1カ所で即日開票です

日 10月6日(日) 午後9時15分から 場 市民体育館



期日前投票所は、投票日の直前になると混雑するよ。時間に余裕を持って来てね!



詳しくは市ホームページで

▲明るい選挙キャラクター・めいすいくん

## いきいきと働くために 女性のチャレンジを応援します!

### ①女性のエンパワーメントセミナー

日・日 ①10月17日(木)…周囲を巻き込み成果を上げるためのコミュニケーションスキル ②11月21日(木)…人を動かし楽しく働くためのマネジメントスキル  
 場 午前10時～正午 場 ミライエ長岡 講師 エム・エスオフィス・下村真琴さん 対 40歳以下の女性社員 定 各20人(先着) 日 ①10月15日(火)②11月19日(火)までに(株)エム・エスオフィス 30・1230、専用フォーム(右)で 担当=人権・男女共同参画課 市セ 39・2746



### ②「教える技術」後輩・部下を教えることになったら知っておきたいティーチング(基礎編)

日 10月19日(土) 午後1時30分～4時 場 まちなか

キャンパス長岡(大至) 講師 リーダーシップコーチ・丸山結香さん 定 20人(先着) 日 10月15日(火)までに男女平等推進センターウィルながおか 市セ 39・2746へ (HP可)

### ③女性50代のキャリアデザイン 人生の後半戦 私たちは、もっと輝こう!

日 9月28日(土) 午後1時30分～3時30分 場 まちなかキャンパス長岡 講師 キャリアコンサルタント・白井一美さん 定 20人(先着) 日 9月25日(水)までに男女平等推進センターウィルながおかへ (HP可)



◆日や日などの略字の見方は12ページ  
 ◆日などなでも、日特になし、日無料、日不要(直接会場へ)の場合は、記載なし  
 ◆日に電話、ファクス、Eメール、日(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可  
 アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター  
 大手=大手通庁舎 ミラ=ミライエ長岡  
 さい=さいわいプラザ

## 生ごみ由来の資源完全循環型肥料「寿メタンバイオ肥料」無料配布会

日 9月22日(祝) 午前10時～午後3時(1人10袋まで。なくなり次第終了) 場 次世代農業推進拠点施設(農の駅あぐらつて長岡) 場 産業イノベーション課(大手) 市セ 39・2402  
 肥料の原料は、みんなの家庭から出された生ごみ。メタン発酵させて発電した後の残留物が肥料に変身して、農地や家庭菜園で活用できる。 かわぐち



日 9月21日(土) 午後3時～5時 場 ミライエ長岡 講師 エクス敦さん 定 60人(先着) 日 9月20日(金)までに産業イノベーション課 市セ 39・2402へ (HP可)

### ● 専門家に学ぶBluetooth無線技術のあれこれ

### ● 働きたいを応援! やさしいお仕事説明会

気軽に参加できる企業説明会です。

日 10月11日(金) 午後1時～3時 30分 場 アオーレ長岡 対 15歳～49歳で働きたい人 場 岡地域若者サポートステーション 86・7730 担当 産業立地・人材課(大至) 市セ 39・2228

### ● 仕事・職場の悩み専門相談

職場の人間関係や再就職などの相談に産業カウンセラーが応じます(予約優先)。

日 9月17日(火) 午後6時～7時 30分、10月5日(土) 午後1時～2時 30分 場 男女平等推進センターウィルながおか相談室 市セ 39・9357

● シニアドライビングセミナー  
 自動車学校の指導員から運転指導を受けませんか?  
 日 10月4日(金) 午後2時～3時 30分 場 長岡文化自動車学校(蔵王3) 対 65歳以上 定 9人(先着) 日 9月10日(火)～20日(金)に市民課(大至) 市セ 39・2206へ

● 働くためのセミナー  
 働くためのセミナーを開催します。お気軽に参加できる企業説明会です。

## 9月は認知症月間&高齢者見守り強化月間 認知症、正しく知って支え合おう!

場 長寿はつらつ課 さいわいプラザ 39・2268



▲申し込みなど詳細はこちら

「いつもと様子が違う」と感じたときは、高齢者の相談窓口「地域包括支援センター」、民生委員にご連絡ください。お近くの地域包括支援センターは高齢者基幹包括支援センター(☎89・7440)や市ホームページで。

### ①認知症サポーター養成講座

認知症の症状や対応を学びます。27日は、若年性認知症の人の家族が話します。  
 日 ①9月14日(土) 午前10時30分～11時30分 ②午後2時～3時 ③27日(金) 午後2時～3時30分 場 ①②アオーレ長岡 ③消防本部 講師 認知症キャラバンメイト 定 ①②20人(先着)③30人(先着) 日 9月2日(月)から長寿はつらつ課へ (HP可)

### ②認知症地域フォーラムin長岡

日 9月24日(火) 午後2時～4時 場 リリックホール 講師 認知症の人と家族の会新潟県支部代表・金子裕美子さんほか 定 400人(先着) 日 9月2日(月)～20日(金)に長寿はつらつ課へ (HP可)

### ③若年性認知症本人・家族交流会

日 9月14日(土) 午前10時～正午 場 アオーレ長岡 日 同会事務局(三島病院認知症患者医療センター内) ☎42・3400

★緊急時あんしんカード(携帯版)ができました  
 配布場所=さいわいプラザ、アオーレ長岡、各支所、各地域包括支援センター、各コミュニティセンター



名前・生年月日や健康状態、緊急連絡先、かかりつけ医を書いて持ち歩くカード。救急搬送時などに自分の情報を簡単に伝えることができます。

### ★高齢者の暮らしに役立つ生活支援サービスの情報をお寄せください

高齢者の生活を支援するさまざまなサービスをまとめた「長岡市高齢者のための生活支援サービス集」を作成しています。詳しくは市ホームページで。