

住民票やマイナンバーカードに “旧姓”が併記できます

岡市民課 ☎39・7514

11月5日(火)から住民票、マイナンバーカード、印鑑登録証明書に「旧姓」の併記ができるようになります。手続きには、旧姓と現在の姓が載る戸籍謄本が必要です。詳しくはお問い合わせください。
 総合窓口（住所変更・戸籍届出窓口）、各支所 市民生活課



▲なかのん

職場で旧姓を使用しながら活躍する女性が増えてきている今、いろいろな場面で旧姓が使いやすくなるよう、制度が見直されたの。今後、就職や転職時に旧姓で本人確認ができるなど、身分証明の幅が広がっていくことが期待されているの。

声に出し、防火意識を高めよう ひとつずつ いいね!で確認 火の用心

(今年の標語)

1 11月9日(土)～15日(金)は秋の火災予防運動

冬に向けて、暖房器具を使用する機会が多くなります。火の取り扱いには十分注意し、火事を出さないようにしましょう。

★防火キャンペーン

11月9日(土)午後1時～4時 消防本部 消防音楽隊演奏、はしご車搭乗体験、地震体験、消防車両展示など 岡長岡消防署 ☎35・2193

2 65歳以上の人のみで暮らす住宅を防火訪問

住宅火災で亡くなる人の約7割が65歳以上です。消防職員、消防団員が65歳以上の人のみで暮らす住宅を訪問し、火災予防の説明を行います。
 11月30日(土)まで 消防本部予防課 ☎35・2190



高齢者に多い火災は、ストーブ、たばこ、電気器具、こたつ、ろうそくが原因となるものです。万が一出火した場合は、無理に消火しようとしなくて、大声で火災を知らせながら、避難するようにしましょう。

正午 場さいわいプラザ 定 16人先着 11月11日(月)から長寿はつらつ課 ☎39・2268へ

● 上級救命講習会
 修了者に修了証を交付します。
 12月14日(土)午前9時～午後6時 消防本部 乳児成人への心肺蘇生法、AEDの使用法、応急手当など
 50人先着 11月18日(月)から長岡消防署 ☎35・2193へ

● 市内の中小・小規模企業をみんなで応援するための条例(案)にご意見を
 募集期間 11月15日(金)～12月5日(木) 開覧場所 情報ラウンジ ☎39・7514

● 防火管理講習会
 ① 甲種防火管理再講習会
 11月26日(火)午前9時25分～11時40分
 ② 乙種防火管理講習会
 11月27日(水)午前10時～午後5時
 ③ 甲種防火管理新規講習会
 11月28日(木)～29日(金)午前10時～午後4時50分(計2回)。

● 税理士無料税務相談予約
 11月20日(水)、12月4日(水)午前9時30分～正午 場・甲税理士会長岡支部(三和3) ☎33・8080 担当 市民税課 ☎39・2212

● 産業界支援課 大手 ☎39・2228

29日は午後4時まで) 1300人先着 ①1、540円 ②3、630円 ③11、540円(11月) ④18、900円(12月) 以内に撮った証明写真(縦4cm×横3cm)1枚を添えて、消防本部予防課 ☎35・2190、各消防署、出張所へ

● ながおかノーマイカーデー 優良事業所を表彰
 公共交通の利用促進と地球温暖化防止のために9月9日～15日に実施し、105事業所と個人延べ5、123人が参加。実施率の高い10事業所を表彰しました。
 二酸化炭素の削減量は約10、

4トンで、約845世帯の1日の排出量に相当します。これからも公共交通の利用にご協力をお願いします。

● 11月10日(日)～23日(祝)は「家庭で子どもに手伝いをさせよう運動」推進週間
 お手伝いを通して、子どものやる気や自信を育てます。
 ★家庭でワクワクお手伝いポイントコンクール展示会
 市内小・中学生から応募のあった146点の中から、入賞作品26点を展示します。
 11月9日(土)～14日(木)午前8時30分～午後9時30分: さいわいプラザ、16日(土)～24日(日)午前8時～午後10時: アオーレ長岡 青少年育成課 ☎39・2393

● 借金返済に関する無料相談会
 11月30日(土)午前10時～午後4時 場・甲11月27日(水)までに消費生活センター 市 ☎32・0022へ

● 小学生部門大賞 豊田小学校3年・坂牧真太郎さん
 お母さん、ありがとうございます。今日もほくほくと

緊急告知 FMラジオの臨時試験放送

消防庁による全国瞬時警報システム(Jアラート)の情報伝達試験のため、試験放送を行います。訓練と分かる内容を3回繰り返します。実際の災害と間違わないようご注意ください。
 12月4日(水)午前11時ころ 危機管理防災本部 ☎39・2262

1 11月18日(月)午後2時30分～4時30分 場さいわいプラザ 相談員 2人先着 11月13日(水)まで

2 11月23日(祝)午後1時30分～4時30分 場中之島文化センター 調ひきこもりU-X会議代表理事・林恭子さんほか 300人先着 11月18日(月)までに新潟県精神保健福祉センター(岡) ☎025・280・0111 ホームページ <https://www.pref.nigata.lg.jp/sec/seishn/>



3 11月1日(日)午後2時～3時 2時午後3時15分～4時15分 対小学1～3年生 定各10人先着 各1,000円

4 キッズなわとび教室
 12月8日(日)①午後2時～3時 ②午後3時15分～4時15分 対小学1～3年生 定各20人先着 各500円

5 11月12日(火)・19日(火)・26日(火)午前10時～10時45分 対20歳以上 定各20人先着 各500円

6 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

7 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

8 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

9 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

10 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

11 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

12 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

13 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

14 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

15 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

16 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

17 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

18 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

19 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

20 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

21 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

22 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

23 11月26日(火)午後2時～3時 30分 場さいわいプラザ 栄養士の話、離乳食の試食(保護者) 令和元年6月～8月生まれの子と保護者 定30組先着 食器、スプーン(保護者用) 11月12日(火)～19日(火)

タニタで健康習慣♪

岡健康課 ☎39・7508

1 カフェDE健康講座
 時・内 ①11月13日(水)、12月3日(火)…まちなかウオーキング ②11月19日(火)…体力バランスをチェックしよう! ③28日(木)…お口の中、潤ってますか?～唾液の話～ 時間= ①③午前10時～11時 ②午後2時～3時 場 タニタカフェ 市 ☎

2 カフェDE運動・健康相談
 11月14日(木)、12月5日(木)午前10時～正午、11月26日(火)午後1時30分～3時30分 場 タニタカフェ 運動指導員、保健師