

選挙における投票方法について

投票は、皆さんの意見を政治に反映させるための大切な機会です。
様々な投票方法がありますので、投票日当日に用事がある方も、必ず投票しましょう。



- 1 当日投票** 投票日当日に、各投票所において投票する方法です。
投票所の場所等は、投票所入場券に記載しておりますので、ご確認ください。
- 2 期日前投票** 投票日当日に、仕事や外出などの予定により投票できない方は、期日前投票ができます。
期日前投票ができる期間は、選挙ごとに異なります。
期日前投票所の場所等は、投票所入場券に記載しておりますので、ご確認ください。
- 3 不在者投票** (いずれも郵送等を挟みますので、早目のお手続きをお願いします。)
 - (1) 名簿登録地以外の市町村の選挙管理委員会での不在者投票**
仕事や学業、旅行などのため、長期間他市区町村に滞在されている方は、滞在地の市区町村選挙管理委員会に投票することができます。

<投票の流れ>

- ①宣誓書兼投票用紙等請求書を茨城町選挙管理委員会に直接、または郵便等により提出してください。
- ②茨城町選挙管理委員会から、投票用紙、不在者投票証明書等を滞在先に送付します。
- ③送付された不在者投票証明書、投票用紙等を滞在先の市区町村選挙管理委員会に持参してください。なお、不在者投票証明書や投票用紙等が入った、「開封厳禁」のシールが貼られた封筒は、決して開封しないよう、ご注意ください。
- ④滞在先の市区町村選挙管理委員会から、茨城町選挙管理委員会へ投票用紙が送られます。

- (2) 指定病院等での不在者投票**
茨城県選挙管理委員会が指定する病院等の施設に入院・入所されている方が、その施設において不在者投票をすることができる制度です。詳しくは各施設にお問い合わせください。
- (3) 郵便等による不在者投票**
身体に重度の障がいがあって投票所に行けない方が、郵便等により投票をすることができる制度です。
この制度の利用には、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付申請が必要です。
申請書の審査等に時間がかかる場合がありますので、制度のご利用を考えている方は、お早めに茨城町選挙管理委員会までお問い合わせください。

●郵便等による不在者投票ができる方

手帳等の種類	障害の部位	等級
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能の障がい	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障がい	1級または3級
	免疫・肝臓の障がい	1級から3級
戦傷病者手帳	両下肢・体幹の障がい	特別項症から第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障がい	特別項症から第3項症
介護保険被保険者証	要介護状態区分	要介護5

※郵便等による不在者投票をすることができる方のうち、一定の要件を満たす方は、代理記載制度を利用できます。詳しくは、茨城町選挙管理委員会までお問い合わせください。

【問合せ先】茨城町選挙管理委員会事務局（総務課内） ☎ 029-240-7125（直通）

本格的な夏に向けて熱中症に警戒が必要です！

国内における夏の平均気温は、100年当たり1.31℃の割合で上昇しており、1898年の統計開始以降、2024年は2023年と並び観測史上最も暑い夏になりました。

また、**熱中症警戒アラート**の発表回数は、令和5年は1,232回、令和6年は1,722回と年々上昇しています。熱中症による救急搬送・熱中症死亡者も増加し、令和6年には2,033人の方が、熱中症が原因で死亡しています。

※環境省HP資料より

熱中症

体温の上昇を防ぐ働きが崩れることによって現れる症状。主に、発汗により体内の水分や塩分が不足することが原因。
体温調節が未熟な乳幼児、暑さを感じづらい高齢者は要注意！
※寝不足や二日酔い等、体調不良の際は、誰でも危険性が高まります。



熱中症を予防するため、この夏は予防行動を実践しましょう！

予防行動

- ◆**暑さ指数（WBGT）を確認しましょう**
身の回りの暑さ指数を行動の目安にしましょう。
- ◆**外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう**
昼夜を問わず、エアコン等を使用して部屋の温度を調整しましょう。
- ◆**熱中症のリスクが高い方に声をかけましょう**
高齢者、子ども、持病のある方等は熱中症になりやすい方々です。身近な方から、夜間を含むエアコンの使用やこまめな水分補給等を行うよう、声をかけましょう。
- ◆**のどが渇く前に、こまめに水分補給しましょう**
目安は、1日あたり1.2リットルです。
- ◆**外での運動は、原則、中止/延期をしましょう**
身の回りの暑さ指数（WBGT）に応じて、屋外やエアコン等が設置されていない屋内での運動は、原則、中止や延期をしましょう。



熱中症予防
情報サイト



熱中症警戒アラートとは？

- ・気温が著しく高くなり、熱中症による健康被害が生じるおそれがある場合に発表
 - ・観測地点のいずれかが、暑さ指数（WBGT）※33に達すると予測される場合に発表
- ※暑さ指数（WBGT）とは：気温、湿度、輻射熱（日差し等）、風の要素からなる熱中症の危険性を示す指標です。環境省の熱中症予防情報サイト等で確認いただけます。



熱中症【特別】警戒アラートとは？

- ・気温が特に著しく高くなり、熱中症による重大な健康被害が生じるおそれがある場合に発表
 - ・観測地点のすべてが、暑さ指数（WBGT）35に達すると予測される場合に発表
- 発表された場合、町からは防災行政無線、登録制メール、町公式 SNS（X・LINE）で周知します。

クーリングシェルターの詳細情報

◆命を守る行動が必要です

熱中症【特別】警戒アラートでは、上記の「予防行動」を特に徹底してください。
自分の身を守るだけでなく、危険な暑さから、自分と自分の身の回りの人の命を守ってください。

◆指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）をご活用ください

町では、「茨城町役場本庁舎」「町総合福祉センターゆうゆう館」「桜の郷コミュニティセンター」「涸沼水鳥・湿地センター」「イオンタウン水戸南」「ヤマザキ理容室」「三代田理容所」「小林理容所」「横田理容所」「Bar, Berミチ」「理美容カトウ」「理容パール」をご利用いただけます。
自宅に冷房設備がない、または故障した場合などにご利用ください。



【問合せ先】 熱中症対策 アラート・クーリングシェルター関係 健康増進課 029-240-7134（直通） 総務課 029-240-7125（直通）