

11月の無料相談

日常生活の中で悩んでいることや、疑問に感じていることなどを解決へ導くため、次の相談窓口を開設しています。（※印のある相談は、市内在住・市内勤務の方のみ対象です。）

秘密は守られますので、気軽に相談ください。

●相談名など

相談名	相談内容	相談員	日時	備考
無料困りごと相談・法律相談会 ※	相続、離婚、消費者問題など	弁護士 (福島県弁護士会)	月曜日 15時～17時	▽予約制 ▽1回の相談時間は30分
		弁護士 (杜の都法律事務所)	▽11月5日(金) ▽11月19日(金) 13時～16時30分	
	登記、相続、会社・法人の設立および変更など	司法書士	金曜日 13時～15時	
行政相談	国、県、市および特殊法人への苦情・要望	行政相談委員	11月9日(火) 10時～12時	—
交通事故相談 ※	交通事故に関する相談	交通相談所所長	▽11月4日(木) ▽11月18日(木) 9時～17時	予約制
消費生活相談	日常生活の中で生じた商品の売買やサービスの提供に伴うトラブルなど	市職員	毎日(土・日曜日、祝日を除く) 8時30分～17時	必要に応じて県消費生活センターを案内します
多重債務相談 ※	クレジットや消費者金融などを複数利用し、多重債務に陥った方の生活再建を支援する	市職員	毎日(土・日曜日、祝日を除く) 8時30分～17時	必要に応じて弁護士相談が受けられます
市民相談	生活上のあらゆる心配ごとや悩みごと	市職員	毎日(土・日曜日、祝日を除く) 8時30分～17時	—

◎新型コロナウイルス感染症の感染が不安な方、移動が困難な方などのため、自宅から相談員の顔を見て相談できるオンライン相談を行っています。希望する方は、生活環境課に予約ください。

●ここまでの相談場所・問い合わせ先 生活環境課 (☎ 37-2144)

生活困りごと相談 (生活サポート相談センター)

経済的な困りごとなど、気軽に相談ください。

毎日(土・日曜日、祝日を除く) 8時30分～17時

●相談・問い合わせ先 生活サポート相談センター(総合福祉センター(はまなす館)内 ☎ 36-2015)

ホームページは
こちらから



(☎ 354132)

▽相馬方部衛生組合事務局

▽財政課(☎ 372124)

●申請・問い合わせ先

11月30日(火)

●受付期間 11月1日(月)

または問い合わせください。

広報そうま 10月15日号を確認

申請方法や必要書類などは、

市に準じて申請を受け付けま

す。

また、相馬方部衛生組合も

格審査申請を受け付けます。

市は、令和4年度の建設工

事、委託、物品の入札参加資

格審査申請を受け付けます。

令和4年度

入札参加資格審査

申請受け付け

休日の当番医

11月3日(水)	わたなべ胃腸内科	大曲字大毛内	26-5061
11月7日(日)	桜ヶ丘さいとう整形外科	中村字桜ヶ丘	35-1333
11月14日(日)	やまぐち小児科医院	中村一丁目	37-8815
11月21日(日)	菅野医院	新地町谷地小屋	63-2388
11月23日(火)	大石医院	中村字大町	35-3451
11月28日(日)	葉のはなこどもクリニック	中村字川沼	36-8739

※診療時間は 9:00 ～ 16:00

※救急医療病院は公立相馬総合病院 (☎ 36-5101)
相馬中央病院 (☎ 36-6611)

11月の行事予定

(10月11日現在)

月日	行事名	場所
11月5日(金)	第75回福島県社会福祉大会	市民会館
11月11日(木)	福島県民共済相馬地区移動相談会 (電話予約制)	市民会館
11月12日(金)	令和3年度相馬地方市町村議会議員・ 幹部職員合同研修会及び公開講座	市民会館
11月27日(土)	第9回相馬市子ども駅伝競走大会	馬陵通りほか

休日の当番歯科医

11月3日(水)	松永歯科医院	南相馬市原町区	23-2669
11月7日(日)	新開歯科医院	中村字宇多川町	36-3214
11月14日(日)	羽生歯科医院	南相馬市原町区	23-3214
11月21日(日)	八巻歯科医院	中村一丁目	35-3061
11月23日(火)	松本歯科医院	南相馬市原町区	24-1687
11月28日(日)	桜ヶ丘デンタルクリニック	中村字川沼	26-7018

※診療時間は 9:00 ～ 16:00

献血に協力を

月日	時間	場所
11月10日(水)	15:30 ～ 16:30	相馬地方広域水道企業団

※採血は医師の診断の上、行います。

※新型コロナウイルス感染症の感染防止対策を実施の上、行います。

受付期限延長

国保の人間ドック



市は、人間ドック(市国民健康保険)の受付期限を延長し、追加募集を行っています。

申し込みを忘れていた方や特定健康診査を受診することができなかった方などは、この機会にぜひ申し込みください。

●対象者 市国民健康保険の被保険者で、受診日時点の年齢が35歳～74歳の方

※後期高齢者医療被保険者を除く。

●定員

▽相馬中央病院 100人程度

▽公立相馬総合病院 20人程度

●実施期限

▽相馬中央病院 令和4年2月28日(月)

▽公立相馬総合病院 令和4年1月31日(月)

●申し込み方法

市役所1階保険年金課に国民健康保険被保険者証を持参の上、申し込みください。

●電話申し込み不可。

●受付期限 12月13日(月)

※定員になり次第締め切り。

●自己負担額 8,400円

※日帰りコースのみ。

※消費税含む。

●留意事項 今年度(9月～10月)に特定健康診査を受診した方は、人間ドックを受けられません。

【オプション検査】

人間ドック受診者のうち、希望する方は次の検査を受けることができます。

●前立腺がん検査

▽対象者 50歳以上の男性

▽料金 3,900円

●ピロリ菌検査

▽対象者 限定なし

▽料金 2,350円(血液検査による抗体検査)

※料金はいずれも消費税含む。

●申し込み方法

人間ドック申し込みの際に、併せて申し込みください。

※オプション検査のみの申し込みはできません。

●申込・問い合わせ先

保険年金課(☎ 372140)

●申し込み期限 12月13日(月)

新型コロナウイルス感染症

感染予防徹底のお願い

新型コロナウイルス感染症は一人一人の予防が重要です。

新型コロナウイルスワクチンを接種した方も感染しないわけではありませんので、基本的な感染対策や新しい生活様式に沿った行動を行い、特に、家庭や職場、学校での感染対策の徹底を引き続きお願いします。

◎詳細はホームページを確認ください。

●問い合わせ先 保健センター (☎ 35-4477)

新型コロナウイルスに関する情報



マイナンバーカードの申請はお済みですか？

マイナンバーカードは、本人確認のための身分証明書として利用できるほか、住民票や印鑑登録証明書などのコンビニなどでの取得、国税の確定申告などの電子申請手続きに利用でき、今後は健康保険証としての利用が予定されています。

今後、ますます便利になるマイナンバーカードは次の方法で申請できます。

スマートフォンで申請

スマートフォンのカメラで顔写真を撮影し、国から送付された交付申請書のQRコードを読み込み、申請用ウェブサイトにアクセスし、メールアドレスを登録。

登録したメールアドレス宛てに通知される申請用ウェブサイトにアクセスし、画面に従って必要事項を入力の上、顔写真を添付して送信ください。

※交付申請書をお持ちでない方は、市役所1階市民課に問い合わせください。

市役所で申請

市民課の窓口で、職員のサポートで簡単に申請できます。

必要書類

▽個人番号カード交付申請書（お持ちの方のみ）

▽本人確認書類（運転免許証、パスポート、障害者手帳など）

顔写真付きのものを1点、または健康保険証、年金手帳、学生証、預金通帳などを2点

▽通知カード（申請時に回収）

▽住民基本台帳カード（お持ちの方のみ・申請時に回収）

郵送で申請

交付申請書に署名または記名押印し、顔写真を貼り、封筒に入れて次の送付先まで郵送ください。

※封筒（切手不要）は、市民課に備え付けてあるほか

「地方公共団体情報システム機構マイナンバーカード総合サイト」からダウンロードできます。

送付先

〒219-8732 日本郵便株式会社 川崎東郵便局 郵

便私書箱第2号

地方公共団体情報システム機構 個人番号カード交付申請書受付センター

【共通事項】

●顔写真のチェックポイント

▽サイズ（縦4.5センチメートル×横3.5センチメートル）

▽最近6カ月以内に撮影したもの

▽正面、無帽、無背景のもの

▽裏面に氏名、生年月日を記入

▽加工していないもの

●個人番号カードの受け取り

市民課から「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書」を送付します。

通知書を確認し、事前に電話予約の上、市民課にお越しください。

●問い合わせ先 市民課（☎ 37-2138）

ホームページはこちらから



内部被ばく検査を受けましょう

市は、東京電力福島第一原子力発電所の事故に伴う市民の健康不安の解消と健康管理を目的に、内部被ばく検査を実施しています。年1回の定期的な受診をおすすめします。検査時間は5分程度で、検査機器などから放射線を浴びることはなく、痛みもありません。

●実施日など

▽公立相馬総合病院 月曜日（金曜日（13時～16時））

▽相馬中央病院 月曜日、火曜日、木曜日、金曜日（9時30分～16時30分）、水曜日、土曜日（9時30分～11時30分）

●対象者 小学生以上の市民または平成23年3月12日に市に住所を有する方

●検査費 無料

●留意事項

▽新型コロナウイルス感染症対策のため、受診の際はマスクの着用をお願いします。

▽院内感染防止のため、発熱や風邪症状のある場合は受診せず改めて申し込みください。

▽12月13日までは学校集団検診のため、受付曜日などに制限があります。詳細は保健センターに問い合わせください。

●申込・問い合わせ先 保健センター（☎ 269422）

マイナンバーカードを申請した方へ

マイナンバーカードの受け取りは早めに

マイナンバーカードを申請した方で、カード交付の準備が出来た方には、「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書」を送付しています。

カードは一定期間保管したあと、廃棄することになりますので、早めの受け取りをお願いします。

※マイナポイントを
取得できる期間は、
12月末までです。

●問い合わせ先 市民課（☎ 37-2138）



令和4年度保育施設入所受け付け

来年4月に保育施設の入所を希望するお子さんの申し込みを次により受け付けます。

●受付期間 11月1日(月)～11月30日(火)

※土・日曜日、祝日を除く。

●受付時間 8時30分～17時

●申込場所

▽保育所の新規・転園Ⅱ市役所1階社会福祉課

▽保育所の利用継続Ⅱ現在利用中の保育施設

▽認定こども園の保育認定Ⅱ市役所1階社会福祉課

▽認定こども園の教育認定Ⅱ認定こども園(みどり幼稚園)

※令和4年4月にみどり幼稚園が認定こども園に認可予定。

●申し込み方法 「保育施設入所申し込みのご案内」に記載の必要書類をそろえ、はんこを持参の上、該当する申込場所に提出ください。

※新規申込の場合、個人番号(マイナンバー)の提供が必要。

※提出書類は保護者が持参ください。

※「保育施設入所申し込みのご案内」などは、社会福祉課

課で配布するほか、市のホームページからもダウンロードできます。

●対象者 市内在住で保護者の就労や病气、親族の介護などの「保育を必要とする事由」に該当する世帯のお子さん(転入予定者を含む)

●留意事項

▽書類不備や記入漏れなどがないように確認の上、申請ください。

▽入所選考は先着順ではありません。

▽入所選考基準により審査を行います。

▽上記申し込み受付期間以降の受け付け分は二次選考になります。

▽現在入所保留(待機)中で、令和4年度の入所を希望する場合は、改めて申し込みが必要です。

▽令和4年5月以降の入所を希望する方は、入所希望月の2カ月前の末日までに申し込みください。

▽保育料は、お子さんの年齢(令和4年4月1日時点)と

利用時間区分、保護者などの市町村民税額に応じて決定します。

●保育施設一覧(令和4年4月予定)

保育施設名	住所	電話番号	定員	年齢区分	開所時間
中村報徳保育園	中村字大手先 31-2	36-1800	120 人	0 ～ 2 歳児	7 時～ 19 時
さくらがおか保育園	中村字川沼 298	37-7211	60 人		
相馬保育園	中野字寺前 37-8	35-2570	120 人	0 ～ 5 歳児	
みなと保育園	尾浜字原 189	38-8045	170 人		
スクルドエンジェル保育園 そうま園	塚ノ町二丁目 7-1	41-9042	40 人		7 時 30 分 ～ 19 時 30 分
みどり幼稚園（認定こども 園）保育認定	中村字大手先 39	35-2463	210 人	満 3 歳～ 5 歳	平日：7 時～ 19 時 土曜日：7 時～ 18 時



●問い合わせ先 社会福祉課 (☎ 3721171)

スポーツアリーナそうま 利用中止のお知らせ

スポーツアリーナそうま復旧工事の予定変更などに伴い、一般利用を次のとおり中止します。

●中止期間と対象施設

施設名		令和3年		令和4年		
		11月	12月	1月	2月	3月
第一体育館	アリーナ					
	会議室1					
	会議室2					
	柔剣道場					
第二体育館	アリーナ					
	軽運動場					
	打合せ室					

※中止期間は延長になる場合があります。

●問い合わせ先 スポーツアリーナそうま (☎ 37-2309)

令和3年度個人事業税(2期)

納税のお知らせ

個人で事業を営む方のうち、個人事業税の課税対象となる方へ、8月に納税通知書を送付していますが、2期分は、11月10日(水)に納税のお知らせを送付する予定です。

なお、税務署へ所得税の確定申告書を提出した時期などにより、納期が異なる場合があります。

●納期限 11月30日(火)

●問い合わせ先 相双地方振興局 (☎ 261126)

参加チーム募集

第9回相馬市子ども駅伝競走大会

●日時 11月27日(土) 8時

新型コロナウイルス感染症の影響による日ごろの運動不足を解消するため、馬陵通り・田町通りを会場として、子ども駅伝競走大会を開催します。

※参加者は市内在住の方のみとなります。

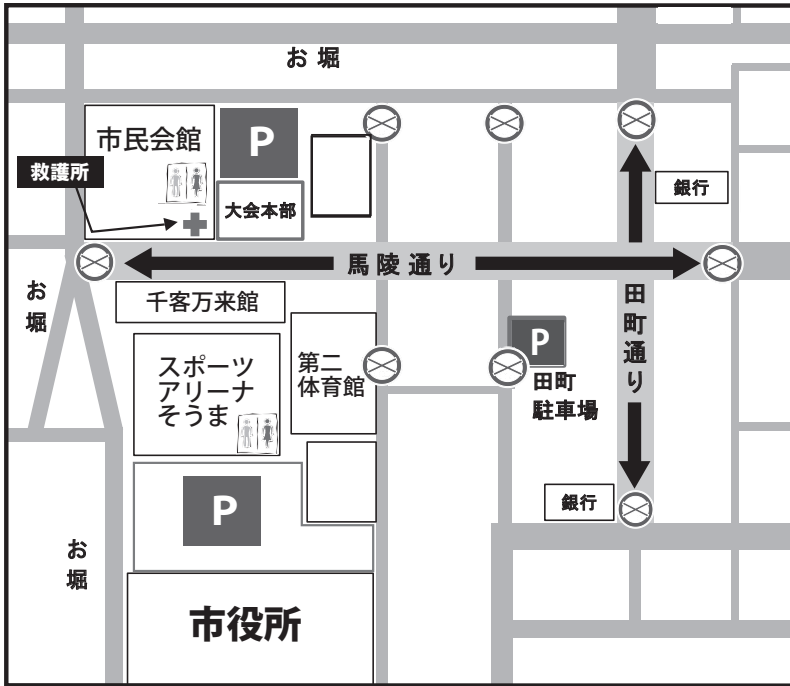
※参加者は市内在住の方のみとなります。

●コース 田町、上町、北町

●当日は、7時～13時ころまで交通規制となりますので、協力をお願いします。

●コース 田町、上町、北町

●駅伝コース



●参加資格 市内の幼稚園・保育園児、小学生、中学生(スポーツ少年団単位も含む)および市内在住の高校生以上の方で、自力で完走可能な方

●チーム編成 監督1人、選手5人(補欠1人編成可)

※一般の部(高校生以上)を除き、監督は選手の保護者とし、チーム編成は学校などの単位に限らず、友人知人でも可。

※任意のチーム名を決めていただきますが、同一チーム名となった場合は先着順。

●参加費 無料

●競技部門 下表のとおり

※各部門先着15チーム程度。

※申込チーム数や進行状況により各部門のスタート時間を変更する場合があります。

●申し込み方法 申し込み用紙に必要事項を記入し、市役所1階生涯学習課に提出ください。

●申込期限 11月15日(月)

●詳細は問い合わせください。

●申込・問い合わせ先

生涯学習課 (☎ 37-2278)

●競技部門

部門	スタート時間	走行距離
小学生3・4年女子の部	9:00	2,500メートル：500メートル×5人
小学生3・4年男子の部	9:15	
小学生1・2年の部(男女混合)	9:30	
幼稚園・保育園児の部(男女混合)	9:45	500メートル：100メートル×5人
小学生5・6年女子の部	10:15	4,000メートル：500メートル×2人(1,2走者)、1,000メートル×3人(3～5走者)
小学生5・6年男子の部	10:40	
中学生女子の部	11:05	5,000メートル：1,000メートル×5人
中学生男子の部	11:30	
一般の部(高校生含む)	11:55	

ごみのポイ捨ては絶対にやめましょう

道路沿いや空き地などにペットボトルや食料品の容器などのごみがポイ捨てされているとの報告が市に多く寄せられています。また、決められた収集所以外への投棄は犯罪となり、厳しい罰則が設けられています。

一人一人が、きれいな街を維持することを普段から心掛け、ごみのポイ捨ては絶対にやめましょう。

●問い合わせ先 生活環境課 (☎ 37-2143)



空き地にポイ捨てされたごみ

令和4年度放課後児童クラブ登録受け付け

来年4月から入会を希望する児童の登録申し込みを次により受け付けます。

●受付期間 11月1日(月)～11月30日(火)

●受付窓口

▽中央児童センターおよび川原町児童センター各児童センター

▽そのほかの児童クラブ社会福祉課または各児童クラブ

●申し込み方法 登録申請書と添付書類を提出ください。

※申請書は各窓口に備えつけ

るほか、市ホームページからもダウンロードできます。

●対象児童 市内の小学生で次の要件の全てに該当する児童

▽保護者の就労などにより放課後家庭が留守になる児童

▽放課後児童クラブでの集団生活が可能な児童

▽年間を通しての利用が見込まれる児童

※祖父母や親戚などの協力を得られる家庭は除きます。

※現在利用中の方も申し込み

が必要です。

※申し込み多数の場合、利用できないことがあります。

●留意事項 登録者は、児童クラブ入所選考基準により審査します。利用する場合、保護者会費(月間)、保険料(年間)がかかります。

※保険料などは利用する児童クラブにより異なります。

※申し込みは先着順ではありません。

●問い合わせ先 社会福祉課

(☎ 372204)



令和元年台風第19号などの義援金4次配分の振り込み

市は、令和元年台風第19号などの義援金の申請をした方に、10月25日(月)に県義援金の4次配分(4回目)を振り込みました。

個別に支給通知はしませんので、通帳を記帳するなどして入金を確認ください。

●義援金振込額(4次配分)

▽死亡・全壊 28、600円

▽半壊・大規模半壊 14、300円

▽一部損壊(準半壊および床上浸水) 7、150円

▽一部損壊(床下浸水) 3、575円

●留意事項

▽義援金の申請をした方には、指定の口座に義援金を振り込みますが、受取人死亡による口座の閉鎖や自己都合の解約など振込不能となる例が相当数あります。その場合は、新しい代表者の口座に変更する必要がありますので、市役所1階社会福祉課で手続きください。

▽義援金支給対象となる方でまだ申請をしていない方は、

無料調停相談会

相馬調停協会は、裁判所に所属する調停委員により、離婚(親権・養育費)、遺産相続や分割、お金や土地の貸し借りなどの困りごとに関する相談会を開催します。

●日時 11月14日(日) 9時30分～12時

●場所 総合福祉センター(はまなす館)

●問い合わせ先 相馬調停協会(相馬地方・家庭裁判所相馬支部内)(☎ 36-5141)

ホームページはこちら



●問い合わせ先 社会福祉課

(☎ 372204)

避難情報の確認を

水災害への備えや対応は、危険度の高まりに応じて次の5段階の警戒レベルに区分されます。

災害時は、市が出す避難情報（警戒レベル）に応じて、避難すべき場合は、確実に避難しましょう。

●警戒レベルなど

警戒レベル	市民がとるべき行動	避難情報など
5	命の危険、直ちに安全確保	緊急安全確保
4	危険な場所から全員避難	避難指示
3	危険な場所から高齢者などは避難	高齢者等避難
2	自らの避難行動を確認	大雨注意報、洪水注意報
1	災害への心構えを高める	早期注意情報

●避難情報のポイント

▽警戒レベル4で危険な場所から全員避難するようにしてください。

▽警戒レベル5は、既に安全な避難ができず、命が危険な状況です。警戒レベル5緊急安全確保の発令を待ってはいけません。

▽警戒レベル5が出て避難できていない場合は、自宅の少しでも安全な部屋に移動したり、近くの安全な建物に移動するなど、命を守るための最善な行動をとってください。

▽豪雨時の屋外避難は危険です。車の移動も控えましょう。

▽避難先は、市が開設する避難所や避難場所だけではありません。安全な親戚、知人宅に避難することも考えてみましょう。

▽安全な場所にいる人は、避難所や避難場所に行く必要はありません。

●問い合わせ先 地域防災対策室（☎372121）

防災メールの登録はこちら

防災メール



特別障害者手当・障害児福祉手当制度

重度の障がいによる介護などの負担を軽減するため支給される制度です。

◎支給には、支給対象者・扶養義務者の所得制限があります。所得制限の基準や障がいの程度などの詳細は、問い合わせください。

【特別障害者手当】

重度の障がいにより、日常生活で常時特別な介護を必要とする在宅の20歳以上の方に支給します。

●対象者 重度の障がいがある方

つ以上ある方またはそれに準ずる程度の障がいのある方

◎重度の障がいの例

①両眼の視力の和が0・04以下の方

②両耳の聴力レベルの和が100デシベル以上の方

③両上肢の機能に著しい障がいのある方、または両上肢の全ての指を欠く方、もしくは両上肢の全ての指の機能に著しい障がいのある方

④両下肢の機能に著しい障がいのある方、または両下肢を足関節以上で欠く方

⑤自力で座っていることができない程度または立ち上がる

ことができない程度の体幹機能障がいのある方

⑥身体機能の障がいまたは長期にわたる安静を必要とする病状が①～⑤と同程度以上と認められる状態であつて、自立して日常生活を営むことができない程度の方

⑦精神の障がいであつて、①～⑤と同程度以上と認められる程度の方

⑧施設に入所中の方

▽3カ月以上継続して病院または診療所に入院している方

【障害児福祉手当】

常時介護を必要とする在宅の20歳未満の方に支給します。

●対象者 重度の障がいがある方

つ以上ある方

◎重度の障がいの例

①両眼の視力の和が0・02以下の方

②両耳の聴力が補聴器を用いても音声識別することができない程度の方

③両上肢の機能に著しい障がいのある方

④両上肢の全ての指を欠く方

⑤両下肢の用を全く廃した方

⑥両大腿の2分の1以上を欠く方

⑦自力で座っていることができない程度の体幹機能障がいのある方

⑧身体機能の障がいまたは長期にわたる安静を必要とする病状が①～⑦と同程度以上と認められる状態であつて、自立して日常生活を営むことができない程度の方

⑨精神の障がいであつて、①～⑦と同程度以上と認められる程度の方

⑩身体機能の障がいもしくは病状または精神の障がいがある場合であつて、①～⑦と同程度以上と認められる程度の方

●注意事項 次の場合、手当を受けることができません。

▽児童入所施設または社会福祉施設などに入所している方

▽障がいを支給事由とする年金を受給している方



●問い合わせ先 健康福祉課（☎372109）

189 (いちばやく) 「だれか」じゃなくて「あなた」から 11月は児童虐待防止推進月間です

●救える子どもがいます

あなたの周りに気になる子どもはいませんか？もしかしたらと感じたら、すぐに児童相談所や家庭児童相談室に連絡ください。

児童虐待は、地域全体で取り組むことで、発生予防や早期発見につながります。

あなたの一報で救える子どもがいます。

●最初の気付きが重要

親子の態度や行動を見て、「親子関係が何か変だな」と思っても、それが虐待によることを証拠立てることはなかなか困難です。親に話しかけても「他人は余計な口出しをしないで」などと否定されることがあります。

児童虐待は、周辺が気付き、必要な援助、支援などの手を差し伸べる必要があります。※しつけでも体罰は、法律で禁止されています。

●児童虐待とは…？

▽身体的虐待Ⅱ殴る、蹴る、叩く、投げ落とす など
▽性的虐待Ⅱ子どもへの性的行為、性的行為を見せる など

ど

▽ネグレクトⅡ家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする など

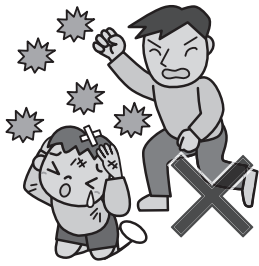
▽心理的虐待Ⅱ言葉による脅し、無視、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう (DV) など

▽体罰Ⅱいたずらをしたので長時間正座させる、宿題をしなかったので夕食を与えない など

児童虐待は、家庭内におけるしつけとは明らかに異なり、子どもの心身の成長と人格形成に重大な影響を与えます。幼少期に虐待を受けて育つと虐待が次の世代に引き継がれる恐れもあり、早期に発見し対応することが大切です。

●児童虐待の結果は

児童虐待は、虐待への対応策や親への支援などがない限り、子どもの生命に危険を及ぼすだけでなく、心にも深い傷を残すことになります。



り、子どもの生命に危険を及ぼすだけでなく、心にも深い傷を残すことになります。

●相談窓口

▽県浜児童相談所南相馬相談室 (☎261135)

▽市家庭児童相談室 (相馬愛育園内) (☎372173)

▽子どもSOSフリーダイヤル (☎0120-370-405)

▽児童相談所全国共通ダイヤル (☎189「いちばやく」)
※最寄りの児童相談所につながります。

●問い合わせ先 相馬愛育園 (☎372173)



@soma_city

相馬市公式ツイッターです。
随時、市からのお知らせをお伝えしています。

秋の火災予防運動が始まります

〔2021年度全国統一防火標語〕

おうち時間 家族で点検 火の始末

11月9日から15日まで、全国一斉に秋季火災予防運動が実施されます。

この運動は、火災が発生しやすい時期を迎えるに当たり、火災予防思想の一層の普及を図り、火災の発生を防止し、高齢者などを中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的にしています。

次の「住宅火災 いのちを守る10のポイント」(4つの習慣、6つの対策)を目安に、火の取り扱いに十分に注意ください。

住宅火災 いのちを守る10のポイント

【4つの習慣】

- ①寝タバコは絶対にしない、させない。
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ③ガスコンロを使うときは火のそばを離れない。

【6つの対策】

④コンセントのほこりを清掃し、不要なプラグは抜く。

①火災の発生を防ぐために、ストーブやガスコンロなどは安全装置の付いた機器を使用する。

②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。

③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具や衣類、カーテンは防火品を使用する。

④火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。

⑤高齢者や身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。

⑥防火防災訓練への参加や戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

●問い合わせ先 相馬消防署 (☎362181)

11月30日は「年金の日」です

老後の生活を支える年金は、自身の年金記録をもとに計算されます。記録に漏れや誤りがあると、本来の年金額を受け取ることができません。

「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」などを活用して、自身の年金記録や年金受給見込額を確認してみませんか？

●「ねんきん定期便」とは
保険料の納付実績や将来の年金見込額などをお知らせするために、日本年金機構が毎年誕生月に送付するはがきです。

●「ねんきんネット」とは
インターネットに接続したパソコンやスマートフォンから、いつでも自身の年金の情報（将来の年金受給見込額など）や電子版「ねんきん定期便」、受給に関する各種通知書などを確認できるサービスです。

●「ねんきんネット」の利用方法

▽日本年金機構のホームページからログイン
▽マイナポータルからログイン

●問い合わせ先

▽保険年金課（☎372141）

▽日本年金機構相馬年金事務所（☎365172）

※音声案内が聞こえたら、5番を押してください。

ホームページはこちら



「ねんきん定期便」「ねんきんネット」に関する問い合わせ先

●電話番号 0570-058-555

※050で始まる電話でかける場合＝03-6700-1144

●受付時間

▽月曜日は8時30分～19時（祝日の場合は翌日）

▽火～金曜日は8時30分～17時15分

▽第2土曜日は9時30分～16時

※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日は利用できません。

参加者募集

相馬地方障がい者差別解消講演会

「障害者差別解消法」求められる合理的配慮とは？

令和3年5月に障害者差別解消法が改正されました。

今回の改正で、国や地方自治体などの行政機関だけでなく、企業や店舗など民間事業者も障がい者に対して「合理的配慮」の提供が義務となります。

「合理的配慮」とは何かを中心に、私たちが目指す共生社会について学ぶ講演会を次のとおり開催します。

ぜひ参加ください。
●日時 11月24日（水）14時～15時30分

※開場 13時15分。

●場所 さくらホール（南相馬市鹿島区寺内字迎田22-1）

●講師 富樫正義氏（公益財団法人日本ケアフィット共育機構）

●定員 100人

●申し込み方法 電話またはファクスで申し込みください。

●申込期限 11月10日（水）

●申込・問い合わせ先 相馬地方基幹相談支援センター拓

（☎267470、ファクス267471）

参加者募集

「福島とSDGs」を学ぶ講座

三春町にある福島県環境創造センター交流棟「コミュニティ福島」で、「福島とSDGs」を学ぶ講座を開講します。

福島県の環境の現状やエネルギー、気候、環境、農業、まちづくりなどさまざまな分野のSDGs達成に向けた取り組みを学んでみませんか？

◎応募方法などの詳細は、ホームページを確認ください。



●応募・問い合わせ先 福島県環境創造センター（☎0247-61-6129）

借金の無料相談会

財務省福島財務事務所は、専門相談員が、借金を抱えお悩みの方から家計や借金の状況などを伺ってアドバイスをうけるほか、必要に応じて弁護士などの専門家に引継ぎを行う相談会を開催します。

相談は無料で秘密は厳守します。

一人で悩まず、気軽に相談ください。

●日時 11月12日（金）13時～16時

●場所 総合福祉センター（はまなす館）2階第1会議室

●申し込み方法 電話で申し込みください。

●申込期限 11月11日（木）

※当日受け付けが可能な場合もありますので、電話で問い合わせください。

●申込・問い合わせ先 財務省福島財務事務所（☎0245330064）

※土・日曜日、祝日を除く。8時30分～16時30分。

作品募集

第5回 相馬の冬 「冬を感じる風景」 フォトコンテスト

市観光協会は、市内の冬を題材にしたフォトコンテストを開催します。

市内であれば、どの場所でも撮影したもので応募できます。

あなたの自信作をお待ちしています。

●応募規定

▽四つ切ワイド（カラー、白黒共通）

※一人2点まで。

▽令和3年以降、市内で撮影した未発表のもの

●留意事項

▽人物の肖像権が発生する場合などは、応募者の責任により解決すること。

▽入選作品の使用権は主催者側に帰属し、プリント展示、出版物、ホームページなどに

無償で使用させていただきます。

●応募資格 どなたでも応募できます。

●応募方法 応募用紙に必要な事項を記入の上、画像データを添付し応募ください。

※応募用紙は市観光協会に配布するほか、市観光協会ホームページからもダウンロードできます。

●受付期間 令和4年1月20日（木）～2月18日（金）

●入選作品 入選作品は表彰のほか、次のとおり展示します。

▽日時 令和4年3月1日（火）～3月22日（火）9時～17時

▽場所 千客万来館

●応募・問い合わせ先 市観光協会（☎3533000）

ホームページはこちら



市観光協会



ふくしま結婚

マッチングシステム

「はぴ福なび」

出張登録会

県が設置しているふくしま

結婚・子育て応援センターは、結婚の相手を紹介するふくしま結婚マッチングシステム「はぴ福なび」の出張登録会を開催します。

当日は、登録手続きのほか、システムの説明や結婚支援に関する情報提供を行います。

ぜひお越しください。

●日時 11月27日（土）10時30分～16時30分

※受付は15時45分まで。

※予約優先。

●場所 総合福祉センター（はまなす館）

●登録料 10,000円

※2年間有効。

●持参物 写真付きの身分証

●申込・問い合わせ先 ふくしま結婚・子育て応援センター（☎024-544-0070）

ホームページはこちら



はぴ福なび

陸上自衛隊高等学校生徒募集

自衛隊福島地方協力本部は、次のとおり生徒を募集します。

●応募資格 令和4年4月1日現在で15歳以上17歳未満の男子

※中卒または中等教育学校前期課程修了者（見込み含む）。

●募集人員 約260人

●受付期限 令和4年1月14日（金）

※必着。

●試験日

▽一次試験 令和4年1月22日（土）または23日（日）のうち指定日

▽二次試験 令和4年2月3日（木）～6日（日）の間の指定日

●場所

▽一次試験 南相馬市

▽二次試験 陸上自衛隊郡山駐屯地

●試験内容

▽一次試験 筆記試験（択一式・マークシート・国語、社会、数学、理科、英語）、作文（500字程度）

▽二次試験 口述試験および身体検査

●合格発表

▽一次試験 令和4年1月28日（金）

日（金）

▽最終合格 令和4年2月17日（木）

●入校時期 令和4年4月上旬

※受験案内は次の申込先で配布しています。

●申込・問い合わせ先 自衛隊福島地方協力本部相双地域事務所（☎ファクス234712）

〒975-0033 南相馬市原町区高見町1丁目142



相馬市公式ライン
@soma_city



【友だち登録方法】

LINE アプリ内の友だち検索でID検索を行う、またはQRコードを読み込む。

◎市政情報のほか、緊急情報（災害、防犯情報など）などを随時発信しています。