

20歳を迎えた方へ 国民年金のお知らせ

日本国内に住む20歳以上60歳未満の方は、国民年金へ加入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

※厚生年金などに加入している方や、その配偶者に扶養されている方を除く。

●生涯にわたる保障

国民年金は、老後に受け取れる老齢年金のほか、病気や事故で障がいが残ったときに受け取れる障害年金や、死亡したときに家族などが受け取れる遺族年金などがあります。未納がある場合、これらの年金が受け取れない場合があります。

●保険料の納付が困難な場合

学生の方や、収入が少ないなどの理由で保険料の納付が困難な方は、納付が猶予される次の制度を利用ください。

●学生納付特例制度

学生の方で、本人の前年所得が一定額以下の場合に、在学中の保険料の納付が猶予されます。申請する方は学生証

の写し、または在学証明書(原本)を持参ください。

●納付猶予制度

学生でない50歳未満の方で、本人および配偶者の前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予されます。

※詳細は、日本年金機構ホームページを確認ください。

●申請方法

申請書などを郵送または持参ください。

※申請書などは、日本年金機構ホームページからダウンロードできます。

●申請・問い合わせ先

▽保険年金課(☎372141)
〒976-8601 中村字北町63-3

▽日本年金機構相馬年金事務所(☎365172)

※音声案内で5番を選択ください。

〒976-8510 中村字桜ヶ丘69

ホームページはこちら

日本年金機構



募集 文化団体への活動助成

公益財団法人福島県文化振興財団は、令和5年度助成事業の募集を行います。

●対象事業 県内に住所があり、活動の本拠を有する団体の行う文化活動

▽成果発表

▽発表会などへの参加

▽被災者文化活動支援

▽文化財の保護

▽文化振興による地域づくり
▽伝統文化の保存・継承・発展 など

●対象期間 4月1日(令和6年3月31日)

●申し込み方法

所定の申請書に記入の上、市役所1階生涯学習課に提出ください。

※申請書は同財団ホームページからダウンロードできます。

●申込期限 1月31日(火)

●問い合わせ先 生涯学習課(☎372187)

ホームページはこちら

(公財) 福島県文化振興財団



認知症カフェのお知らせ

認知症に関する悩みの相談や、情報交換ができる交流カフェを開催しています。どなたでも、気軽に参加ください。

●日時 次のとおり

名称	開催日	時間
オレンジカフェ はまなす館 (総合福祉センター)	▽1月11日(水) ▽1月18日(水) ▽1月24日(火)	14時～15時30分
出張!玉野公民館 ※送迎あり。	1月23日(月)	10時30分～11時30分
出張!磯部公民館 ※送迎あり。	1月26日(木)	14時～15時

※毎月第3水曜日は男性も参加しやすい内容となっています。
※送迎は前日までに各公民館に申し込みください。

●留意事項

▽マスク着用で参加ください。
▽新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止する場合があります。

●問い合わせ先 市社会福祉協議会(☎365033)

骨太けんこう体操 体験教室

健康寿命の延伸を目的とした体操を体験してみませんか?健康ミニ講話や体を動かすレクリエーションも行います。動きやすい服装で参加ください。

●開催日 ▽1月16日(月)▽2月20日(月)

●時間 14時～15時30分

●場所 総合福祉センター(はまなす館)

●留意事項

▽参加の際は、マスクを着用ください。

▽新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止する場合があります。

●問い合わせ先 市社会福祉協議会(☎365033)

新しい民生委員、児童委員が委嘱されました

◎第1方部（中村西部） 21人

担当 行政区域	氏名	電話番号
西部	1 長崎美千子	35-2497
	2 阿部敏伸	36-5863
	3 佐藤トキエ	35-2846
	4 欠員	
	5 齋藤誠一	35-5348
	6 佐々木政喜	35-3220
	6 寺岡裕真	35-2254
	7 齋藤和成	35-5485
	8 中野静代	36-0934
	9 鈴木茂	36-2337
	10 欠員	
中部	11 箭内恵	37-7590
	11 欠員	
	12 伏見正	35-5776
	4 横山啓子	36-4515
	5 荒知之	36-7353
	5 引地幹子	36-4434
主任児童委員	6 大槻辰雄	35-6508
	6 欠員	
主任児童委員		鉾建千佳子 35-2950
		渡部麻理子 37-2659

◎第2方部（大野） 12人

担当 行政区域	氏名	電話番号
大野	1 鎌田百合子	36-0425
	2 反畑順子	36-0706
	3 加藤光之	36-0796
	4 佐藤綾子	37-2211
	5 杉健一	36-0629
	6 鎌田麗子	36-3657
	6 津元土一子	36-2611
	7 齋二三四	36-0339
	7 廣瀬律子	36-0521
	8・9 杉本英夫	36-1881
主任児童委員		田中幸子 36-0438
		渡部裕子 080-6017-0810

◎第3方部（飯豊） 9人

担当 行政区域	氏名	電話番号
飯豊	1 杉本博和	36-0097
	2・8 建藤洋悦	36-7954
	3 門馬美恵子	35-3591
	4 坂本郁雄	35-2085
	5 切石栄男	35-5771
	6 青木一晴	36-4220
	7 福迫光平	35-4690
主任児童委員		松田美智子 090-9929-6382
		鈴木幸美 35-5646

◎第4方部（磯部） 6人

担当 行政区域	氏名	電話番号
磯部	1・2 松田文明	33-5045
	3 山口正博	33-5015
	4 深谷博文	33-5160
	4 高力登志子	080-2817-9985
主任児童委員		唯野仁美 33-5085
		矢澤真奈美 33-5656

相馬市民生委員、児童委員 および主任児童委員名簿

委嘱期間＝令和4年12月1日
～令和7年11月30日

◎第5方部（日立木） 6人

担当 行政区域	氏名	電話番号
日立木	1 臺内絹子	36-8636
	2・3 佐藤祐江	36-7754
	4・5 但野せつ子	36-7834
	6 柴田智恵子	36-7929
主任児童委員		荒文子 35-4552
		上遠野加代子 36-0157

◎第6方部（八幡） 8人

担当 行政区域	氏名	電話番号
八幡	1 渡部昭一	36-7488
	2 森節子	35-6784
	3・4 丹治修	36-8199
	5 天野昭子	36-7545
	6 鈴木正子	36-3484
	7 佐藤愛子	36-7677
	主任児童委員	佐藤キミ子 36-7660
		只野廣子 35-4894

◎第7方部（山上） 7人

担当 行政区域	氏名	電話番号
山上	1 大野さおり	36-7428
	2・3 島和喜	36-7382
	4・5 齊藤美紀子	32-5139
	6・7 菅野邦子	32-5171
	8・9 小田原芳子	32-5222
	10 高玉和子	32-5410
	主任児童委員	山本京子 36-7439

◎第8方部（玉野） 5人

担当 行政区域	氏名	電話番号
玉野	1・2 酒井栄子	34-2056
	3 大橋文子	34-2038
	4 長谷川富子	34-2156
	主任児童委員	八巻あみ子 34-2353
		島みどり 34-2343

◎第9方部（中村東部） 12人

担当 行政区域	氏名	電話番号
中部	1 前田貴代子	35-5980
	2・3 伊賀和子	090-9536-8685
	7 佐藤壽男	35-2436
	8 星かおる	35-0887
推薦中		
東部	9 今野とき子	38-8531
	1 鈴木京子	38-6248
	3・6・7 早川悦子	38-8433
	4 五十嵐信子	38-7454
	5 菊地三起郎	38-8544
	5・8 森和子	38-7690
主任児童委員		立谷美和子 090-5558-6671

民生委員、児童委員および主任児童委員の皆さんは、安心して暮らせる地域づくりのためにさまざまな活動を行っています。

お困りのことがありましたら気軽に相談ください。

29人の民生委員、
児童委員が退任
社会福祉増進のため長い間
協力いただいた、29人の民生
委員・児童委員および主任児
童委員の方が、令和4年11
月30日付けで退任されました。
退任された方は下記のとおり
です。（敬称略）

●民生委員、児童委員
▽中村西部2区Ⅱ木村健次郎、
4区Ⅱ今野裕子、5区Ⅱ齋藤
洋子、11区Ⅱ西村尚子、荒井
美紀子
▽中村中部1区Ⅱ鈴木高四、
2・3区Ⅱ山中泰弘、6区Ⅱ
佐藤弘子、7区Ⅱ加藤いづみ、
9区Ⅱ清水とし子
▽大野3区Ⅱ長谷場彰久、6
区Ⅱ真鍋淑子、7区Ⅱ武田喜

枝子
▽飯豊3区Ⅱ濱名重夫、5区
Ⅱ大谷亮一
▽磯部4区Ⅱ熊倉義男
▽日立木1区Ⅱ桑折陽子、
2・3区Ⅱ星順子、4・5区
Ⅱ佐藤珠美、6区Ⅱ寺島喜久
子
▽八幡1区Ⅱ牛河内晶子、7
区Ⅱ安斉すみ子
▽山上2・3区Ⅱ菅野勇、

4・5区Ⅱ渡邊みつ子
▽中村東部4区Ⅱ菊地義広
●主任児童委員
▽飯豊地区Ⅱ阿部真奈美
▽磯部地区Ⅱ荒眞弓、福島栄
子
▽中村東部地区Ⅱ島治美
●問い合わせ先 社会福祉課
(☎372204)

放課後子ども教室スタッフ募集

市は、市内小学校などに「放課後子ども教室」を開設しています。

子どもたちの健やかな成長のため、地域の大人が関わりながら放課後に子どもたちの安全な居場所をつくる取り組みです。

難しい資格や経験の有無、年齢制限などはありません。子ども教室スタッフとして活動に参加してみませんか。

●場所 市内小学校など

●時間 放課後（1～2時間程度、週1～3回）

●利用児童 学校によって異なりますが低学年が中心です。

●開設期間 5月下旬～令和

6年2月末

●活動内容 放課後の子どもたちの遊びを見守る活動が中心です。具体的には、読み聞かせ、トランプ、将棋、バドミントン、なわとび、昔遊び、折り紙などのほか、教室ごとにさまざまな活動を行っています。

※実際の活動内容を見学してから決めることもできますので、希望する方は問い合わせください。

●保険 市教育委員会が団体保険に加入します。

●謝金 1時間当たり700円

●申込・問い合わせ先 生涯学習課（☎372187）

おしごと相談会

ふくしま生活・就職応援センターは、就職について悩みを抱えている方を対象に、キャリアコンサルタントによる相談会を開催します。

ぜひ相談ください。

●日時 1月18日（水）

13時30分～15時30分

●場所 千客万来館研修室

※事前予約が必要です。

●申込・問い合わせ先 ふくしま生活・就職応援センター南相馬事務所（☎23-1239）

交通教育専門員

募集します

市は、交通の安全に関する知識の普及および交通安全思想の高揚を図るため、交通教育専門員を募集します。

●募集人数 3人

●活動内容

▽地域の児童・生徒が通学する時間の立哨（りっしょう）活動

▽街頭指導および広報活動

●資格要件

▽市内または近隣市町村に居住する方

▽人格高潔かつ身体強健、指導力を有する人

●任期 1年

●留意事項

▽専門員は選考の上、決定します。

▽月額2万3千円の賃金、および交通費（片道2キロメートル以上の方）を支払います。

▽活動するための制服を支給します。

●申込・問い合わせ先 生涯学習課（☎372144）

参加者募集

ボクシング・

エクササイズ教室

市教育委員会は、県相双アマチュアボクシング連盟と共催でボクシング・エクササイズ教室を開催します。

ボクシング・エクササイズは、ボクシングの動きを取り入れたエクササイズです。楽しく体を動かすことで無理なく体脂肪を燃焼させ、効果的にシェイプアップができます。また、ストレスも発散できる優れたスポーツです。

運動不足解消にもつながり、フィットネス感覚で誰もが楽しむことができるボクシング・エクササイズを、ぜひ体験ください。

●日時 ▽2月3日（金）▽2月10日（金）▽2月16日（木）▽2月24日（金）▽3月3日（金）（全5回）19時～20時30分

●場所 総合福祉センター（はまなす館）多目的ホール

●講師 県相双アマチュアボクシング連盟指導員

●定員 50人程度

※年齢・性別は不問。

●参加費（スポーツ保険加入料）

▽大人（65歳以上）

Ⅱ1、200円

▽大人（高校生～64歳）

Ⅱ1、850円

▽中学生以下Ⅱ800円

●申込期限 1月20日（金）

●申し込み方法 市役所1階生涯学習課に直接または電話で申し込みください。

※参加申込書は生涯学習課で配布します。

●問い合わせ先 生涯学習課（☎372278）

