

物価高騰対策

子育て世帯生活支援特別給付金



食費などの物価高騰が長期化する中で、低所得の子育て世帯の生活を支援するため、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

●申請期間 6月1日(木)～令和6年2月29日(木)

※申請書は市役所1階子ども家庭課で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

ひとり親世帯

●対象者 ひとり親世帯の方で、次のいずれかに該当する方

- ①令和5年3月分の児童扶養手当の支給を受けている方
- ②公的年金などを受給していることにより、令和5年3月分の児童扶養手当の支給を受けていない方
- ③令和5年3月分の児童扶養手当は受給していないが、物価高騰の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

●支給額 児童1人当たり5万円

●申請方法

- ▽①の方は申請不要です。
- ※5月に支給済み。
- ▽②、③の方は申請書と添付書類を子ども家庭課に提出ください。

●支給方法

- ▽①の方は児童扶養手当振込時の指定口座に振り込みました。
- ▽②、③の方は申請時に指定した口座に振り込みます。

ひとり親世帯以外

●対象者 次のいずれかに該当する方

- ①令和4年度に実施した同給付金(ひとり親世帯以外)の支給対象者であった方
- ②令和5年3月31日時点で平成17年4月2日(障がい児の場合)は平成15年4月2日)～令和5年2月28日に出生した児童を養育する方で、令和5年度分の市民税(均等割)が非課税の方または令和5年1

月以降の収入が急変し、任意の1カ月の収入の年収換算で市民税(均等割)の非課税水準に相当する額以下の方

※令和5年3月1日～令和6年2月29日に生まれた児童を養育する父母も対象になります。

※令和5年度のひとり親世帯分の同給付金を受け取った方は対象外です。

●支給額 児童1人当たり5万円

●申請方法

- ▽①の方は申請不要です。
- ※5月に支給済み。
- ▽②の方は申請書と添付書類を子ども家庭課に提出ください。

●支給方法

- ▽①の方は、令和4年度に実施した同給付金(ひとり親世帯以外)振込時の指定口座に振り込みました。
- ▽②の方は申請時に指定した口座に振り込みます。

●問い合わせ先 子ども家庭課(☎372204)

令和5年度

介護保険料のお知らせ

65歳以上の方(第一被保険者)の介護保険料は、世帯の市民税課税状況や本人の所得などに応じて算定しています。

また、充実した介護サービスを提供できるよう、市の高齢化率や介護保険のサービスマンを見込んで設定しています。

●段階ごとの介護保険料額

※第1～3段階の方の保険料左表のとおり

は軽減後の金額です。

◎7月中旬に令和5年度介護保険料納付通知書を送付しますので、確認ください。

●問い合わせ先

- ▽介護保険料に関すること
- 税務課(☎372127)
- ▽介護保険制度に関すること
- 5) 高齢福祉課(☎37306)

●段階ごとの介護保険料額

段階	所得区分の説明	年額保険料
第1	生活保護の受給者、老齢福祉年金受給者で市民税非課税および世帯全員が市民税非課税で、本人の年金収入とほかに課税される所得の合計が80万円以下の者	22,580円
第2	世帯全員が市民税非課税で、本人の年金収入とほかに課税される所得の合計が80万円を超え120万円以下の者	37,620円
第3	世帯全員が市民税非課税で、本人の年金収入とほかに課税される所得の合計が120万円を超える者	52,670円
第4	本人が市民税非課税、世帯員が市民税課税で、かつ、本人の年金収入とほかに課税される所得の合計が80万円以下の者	67,720円
第5	本人が市民税非課税で、世帯員が市民税課税の者	75,240円
第6	本人が市民税課税で合計所得金額が120万円未満	90,290円
第7	本人が市民税課税で合計所得金額が120万円以上210万円未満	97,820円
第8	本人が市民税課税で合計所得金額が210万円以上320万円未満	112,860円
第9	本人が市民税課税で合計所得金額が320万円以上	127,910円

結婚50周年を迎える方へ

金婚を祝う会を開催します

市は、結婚50周年のご夫婦を祝う「金婚を祝う会」を次のとおり開催します。

●対象者 市に住民票を有し、次のいずれかに該当する方

▽今年結婚50周年を迎えるご夫婦（昭和48年中に結婚されたご夫婦）

▽昭和47年以前に結婚され、これまでの「金婚を祝う会」に申し込んでいないご夫婦

●日時 9月29日（金）11時

●場所 総合福祉センター（はまなす館）

●申込期限 7月21日（金）

●申し込み方法 申込書に必要事項を記入し、市役所1階高齢福祉課に申し込みください。

※申込書は高齢福祉課で配布するほか、ホームページからもダウンロードできます。
※後日、申込者に招待状を送付します。

●留意事項

▽市の「金婚を祝う会」と併せて福島民報社と公益財団法人福島県老人クラブ連合会が実施する「しあわせ金婚夫婦

表彰」を行います。記念品が贈られるとともに、福島民報新聞の金婚夫婦特集記事に氏名と年齢が掲載されます。

●問い合わせ先 高齢福祉課（☎372174）



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。

ホームページはこちらから

金婚を祝う会



特別障害者手当・障害児福祉手当制度

重度の障がいにより日常生活で常時介護を必要とする方へ支給する制度です。

◎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】

常時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
2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両眼の視力がそれぞれ0.03以下の方またはそれに準ずる視力障がいのある方
②両耳の聴力レベルが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身体の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

●留意事項 次の場合、手当を受けない程度の方
▽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

◎重度の障がいの例

①両眼の視力がそれぞれ0.02以下の方またはそれに準ずる視力障がいのある方
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身体の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身体の機能の障がいもしくは病状または精神の障がいがある重複する場合であつて、①～⑦と同程度以上と認められる程度の方

●留意事項 次の場合、手当を受けない程度の方
▽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 社会福祉課（☎372109）



●寄付金の件数と金額

年度	件数 (件)	金額 (円)
平成 20 ～ 30 年度	2,653	1,096,005,628
令和元年度	233	75,798,310
令和 2 年度	196	42,009,601
令和 3 年度	161	43,150,754
令和 4 年度	196	57,869,018
合計	3,439	1,314,833,311

皆さまからの温かい寄付に心より感謝を申し上げます。市は、ふるさと納税取扱要綱を定め、各種施策の基金を管理・運用しています。寄せられた寄付金は、寄付者の意向を受けて下記のとおり活用しています。今後も各種施策に大切に活用してまいります。

●問い合わせ先 企画政策課
(☎ 37 2 1 3 2)

●令和 4 年度に活用した事業内容と金額 (令和 5 年 3 月 31 日現在)

項目	具体的な事業名	使用した金額(円)
福祉の事業に関する事	保育士等奨学資金貸与事業	4,440,000
人材の育成に関する事	市奨学資金貸与事業	4,582,500
		28,620,557
教育復興子育てに関する事	ICT 活用教育支援事業	21,420,144
	エル・システム事業 (子どもたちの「音楽による生きる力」を育む事業)	4,000,000
	教育指導事業 (リーディングスキルテスト運営など)	2,500,413
	公民館管理運営事業	700,000
高齢者などへの生活支援に関する事	井戸端長屋在宅高齢者配食サービス事業	1,467,400
		64,460,436
その他市長が必要と認めること (復旧・復興事業など)	市災害見舞金支給事業 (令和 3 年福島県沖地震被災者見舞金)	4,500,000
	ワクチン抗体価検査事業	1,014,843
	被災者健康診断支援事業	221,559
	中村城跡保存整備事業	500,000
	企業立地対策事業 (SIGC 模型作成)	4,950,000
	災害救助事業 (令和 4 年福島県沖地震被災者見舞金)	37,098,334
	中心市街地活性化事業 (SOMA 音フェス)	400,000
	観光振興事業 (相馬野馬追など)	3,710,000
	高齢者熱中症対策事業	239,000
	復興市民市場管理運営事業	280,000
	公園緑地等整備事業 (磯部地区慰霊碑周辺整備)	11,546,700
合計		103,570,893

固定資産税に関する届け出を忘れずに

次に該当する方は、市役所 1 階税務課に届け出ください。

● **家屋の取り壊し** 家屋 (住宅、店舗、事務所、物置など) を取り壊した場合

※ 令和 4 年福島県沖地震により公費解体した家屋または公費解体を予定している家屋は届け出不要。

● **未登記家屋の所有者の変更** 法務局に登記されていない家屋の所有者を相続、売買、贈与などで変更した場合

● **家屋の新築、増築** 税額を算出するための家屋調査に協力ください。

※ 建物を新築、増築した方で、家屋調査が済んでいない場合は問い合わせください。

● **問い合わせ先** 税務課 (☎ 37 2 1 2 8)

令和5年春開始新型コロナウイルスワクチン接種

個別接種の実施

市は、公立相馬総合病院または相馬中央病院で、令和5年春開始新型コロナウイルスワクチン接種の個別接種を実施していきます。

接種を希望する方は、申し込みください。

●対象者 次の全ての要件を満たさず

▽市に住民票を有し、初回接種（1～2回目接種）を完了した12歳以上の方

▽65歳以上、または基礎疾患

を有する12～64歳の方

※追加接種（3～5回目接種）をした方を含む。

※前回の接種から3カ月の接種間隔が必要です。

●申し込み方法 市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターに電話で予約ください。

◎詳細は問い合わせください。

●申込・問い合わせ先 市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター（☎377567）

気軽に申し込みください

個人積算線量計（D-シャツル）

外部被ばく線量測定

市は、市民の皆さんに外部被ばく線量を把握していただくため、D-シャツルによる測定を実施しています。

測定にかかる費用は無料なので、気軽に申し込みください。

●対象者 市に住民票を有し、測定を希望する方

●測定期間 2週間

●申込期限 令和6年1月31

日（水）
●測定結果 測定結果の解析終了後に郵送します。
●申込・問い合わせ先 放射能対策室（☎372270）



D-シャツル

外部・内部被ばく線量

測定結果を送付します

市は、令和4年度に外部被ばく線量測定（D-シャツル）または内部被ばく線量測定（ホールボディカウンタ）を受診した市民の皆さんに、受診者の放射線量測定（平成23年度～令和4年度）の結果を取りまとめた「外部・内部被ばく線量測定の結果」を送付します。

これは原発事故の影響による根拠のない思い込みや偏見で差別を受けないように作成したもので、大切に保管ください。

※測定後に市から転出した方、測定時に市に住民票を有していなかった方は送付の対象となりません。

●問い合わせ先 放射能対策室（☎372270）

外部被ばく線量測定結果について

外部被ばくは、体の外に放射性物質があつて、そこから被ばくすることです。平成23年度以降、あなたが相馬市において測定した外部被ばく線量の結果は以下のとおりです。

測定年度	測定方法	年間追加被ばく線量 (mSv)	備考
平成23	ガラスバッジ	—	
平成24	ガラスバッジ	—	
平成25	ガラスバッジ	0.000	
平成26	ガラスバッジ D-シャツル	0.400	
平成27	ガラスバッジ D-シャツル	0.000	
平成28	D-シャツル	0.085	
平成29	D-シャツル	0.000	
令和元年	D-シャツル	-0.020	
令和2年	D-シャツル	0.000	

測定方法

ガラスバッジ…個人積算線量計の1つで、体幹部に装着し、その間に被ばくした線量を測定します。測定期間は3ヶ月間となります。

D-シャツル…個人積算線量計の1つで、ガラスバッジ同様、体幹部に装着し、その間に被ばくした線量を測定します。計測期間は2週間であり、測定終了後1時間ごとの被ばく線量を確認できます。

測定方法の変更

市による外部被ばく線量測定は、平成23年度から平成27年度まで中学生以下と妊婦を対象にガラスバッジにより実施し、その後、平成28年度から平成29年度には高校生以上、平成28年度からは全市民を対象にD-シャツルにより実施しています。

単位

mSv（ミリシーベルト）…人が受ける放射線被ばく線量の単位です。

年間追加被ばく線量

私たちは原発事故前から自然の放射線によってある程度（年間約2.1ミリシーベルト）被ばくしています。年間追加被ばく線量とは、測定した結果をもとに、自然の放射線被ばくする線量を超えて被ばくする線量（年間）を算出したものです。

危険度分布「キキクル」を活用しましょう

近年、大雨による土砂災害や浸水などが日本各地で発生しています。

気象庁は、大雨による災害の危険度を色分けで地図上に表示する危険度分布「キキクル」を公表しています。

災害発生の危険を察知し、安全なうちに避難するために、危険度分布「キキクル」の情報を活用しましょう。

●問い合わせ先 地域防災対策室（☎37-2121）

危険度分布キキクル



子どもの健全育成のための 活動に奨励金を交付します

市青少年健全育成市民会議は、子どもの健全育成のための活動を行う行政区や子ども会などの団体に奨励金を交付します。

奨励金の交付を希望する団体は、次により申請ください。
●奨励金の額 事業費の2分の1以内で、上限が10万円。
※予算の範囲内で交付。

●対象活動 子どもの健全育成のための活動(活動例)親子レクリエーション、工作教室、世代間交流など子どもが参加するイベント)

●提出書類 ▽交付申請書▽事業計画書▽事業予算書

※申請書は市役所1階生涯学習課で配布するほか、ホームページからもダウンロードできます。

●申請期限 6月30日(金)

●交付時期 7月中旬ごろ

●申請・問い合わせ先 生涯学習課 (☎372187)

ホームページはこちら



第5回相馬盆唄大会

成績優秀者には表彰のほか、8月13日開催の相馬盆踊り大会の際に、やぐらの上で自慢ののどを披露いただきます。

ぜひ参加ください。

●日時 7月22日(土) 13時

●場所 市民会館大ホール

●参加料

▽一般の部 2,000円

▽子どもの部 無料

※中学生まで。

●申し込み方法 市観光協会

に申し込みください。

●申込期間 6月9日(金)~7月7日(金)

◎詳細はホームページを確認ください。

●申込・問い合わせ先 市観光協会 (☎35-3300)



参加者募集

認知症 カフェ

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)	▽6月14日(水)	14時~ 15時30分
	▽6月21日(水)	
	▽6月27日(火)	
出張!玉野公民館 ※送迎あり。	6月12日(月)	10時30分~ 11時30分
出張!磯部公民館 ※送迎あり。	6月22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 マスク着用での参加に協力ください。
●問い合わせ先 市社会福祉協議会 (☎365033)

受講者募集

介護福祉士実務者研修

市は、介護人材確保や介護の知識や実技の基本を学ぶための介護福祉士実務者研修を開催します。

●期間

▽7月クラス 7月~10月

▽9月クラス 9月~12月

●場所 ニチイ学館相馬教室
(中村字田町2 さくらビル1階)

●受講料 無料

●申込期限

▽7月クラス 6月30日(金)

▽9月クラス 8月31日(木)

◎詳細はホームページを確認または問い合わせください。
●申込・問い合わせ先 高齢福祉課 (☎372174)

ホームページはこちら



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

▽6月19日(月)

▽7月18日(火)

●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、マスクの着用に協力ください。

●問い合わせ先 市社会福祉協議会 (☎36-5033)

参加者募集

農作物の鳥獣被害予防と 狩猟免許取得希望者向け勉強会

市は、東日本大震災以降増加したイノシシなどによる農作物被害を減らすために、電気柵の設置補助や鳥獣被害対策実施隊と連携した有害鳥獣捕獲を推進しています。

その一環として農作物被害を予防する手法や狩猟免許の取得方法を学ぶ勉強会を開催します。農作物被害にお悩みの方、狩猟に興味のある方はぜひ参加ください。

●日時 6月23日(金) 18時～19時

●場所 市民会館和室

●参加費 無料

●内容

▽市の農作物の鳥獣被害

▽鳥獣被害対策方法

▽狩猟免許取得までの流れ

●申し込み方法 農林水産課に電話で申し込みください。

●申込期限 6月22日(木)

●申込・問い合わせ先 農林水産課(☎372151)



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 6月21日(水)

13時30分～15時30分

●場所 千客万来館研修室

※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)

新規加入者募集

勤労者互助会

勤労者互助会は、労働組合のない事業所(未組織事業所)に働く勤労者が力を合わせ、勤労者の福祉の向上と事業所の発展を図ることを目的として活動している団体で、個々の事業所では難しい福利厚生事業(共済事業やレクリエーション事業)を行っています。加入対象者は、市内事業所や商店などに勤務する従業員

(パートも含む)の方および事業主の方で、加入申し込みは随時受け付けています。

◎詳細は問い合わせください。

●申込・問い合わせ先 商工観光課(☎372154)



受講者募集

スマートフォン

活用推進員養成研修

そうま広域シルバー人材センターは、60歳以上の方を対象に、スマートフォンの知識や簡単な操作を広める活動ができる人材「スマートフォン活用推進員」を養成する研修を開催します。自身のスマートフォンを持参し、ぜひ受講ください。

●日時 7月12日(水)～7月14日(金) 10時～15時

●会場 そうま広域シルバー人材センター(中村一丁目5-4)

●対象 県内在住で60歳以上の方

●申込期限 6月28日(水)

●定員 10人程度

●受講料 無料

●申込・問い合わせ先 そうま広域シルバー人材センター(☎361283)



参加者募集

ライフセービング講習会

原釜尾浜海水浴場対策協議会は、ライフセービング講習会の資格取得のための講習会を次のとおり開催します。監視員を希望する方は、ぜひ参加ください。

●日時 6月25日(日)

①実技講習Ⅱ 8時30分～10時

②座学講習Ⅱ 10時30分～12時

●場所 ①市民プール②千客万来館2階会議室

※講習会のため、9～10時は一般の方の市民プール利用はできません。

●受講料 12,000円

●申し込み方法 ホームページから申し込みください。

●申込期限 6月15日(木)

●問い合わせ先 市観光協会(☎353300)

ホームページはこちら



参加者募集 フラダンス体験教室

市教育委員会は、初心者向けのフラダンス体験教室を開催します。

興味ある方はぜひ参加ください。

- 日時 7月4日(金) 7月18日(金) 7月24日(木) 7月30日(水) 7月8日(金) (全5回) 19時～20時30分
- 場所 スポーツアリーナそま 第二体育館
- 定員 70人程度
- ※年齢、性別不問。
- 参加費 500円

市町村対抗 福島県軟式野球大会選手募集

市町村対抗福島県軟式野球大会に出場する相馬市チームの選手を募集します。

野球競技に自信のある方、普段から野球に親しんでいる方など、相馬市チームの一員として一緒に大会に臨んでみませんか。

- 申し込み方法 電話、ファクス、メールで申し込みください。
- ▽必要事項 住所、氏名、生年月日、連絡先、野球経験

講師 ナラニ&レイラニ

●申し込み方法 市役所1階生涯学習課へ電話またはホームページから申し込みください。

●申込期限 7月31日(月)

●留意事項 動きやすい服装で水分を持参し参加ください。

ホームページはこちらから



●申込・問い合わせ先 生涯学習課 (☎ 372278)

所属チーム(現在チームに所属している場合)

●選手選考 登録人数を超えた場合、練習会などを参考に登録選手を決定します。

●申込期限 6月15日(木)

●申込・問い合わせ先 市町村対抗福島県軟式野球大会相馬市チーム代表 鈴木一弘 (☎ 090-2020-0885、ファクス 363486)

▽メール kazuhiro-meisei@grace.ocn.ne.jp

参加者募集 体力・運動能力調査を実施します

スポーツ庁は、国民の体力・運動能力の現状を把握するため、昭和39年度より毎年調査を実施し、体育・スポーツ活動の資料と行政上の基礎資料として広く活用しています。

今年度は本市を対象に、次のとおり調査実施しますので、参加を希望する方は、ぜひ申し込みください。

この機会に自身の体力年齢を把握してみませんか。

- 日時 7月9日(日) 9時～13時
- ▽7月10日(月)、7月11日(火) 17時～20時
- ※受け付けは終了30分前。
- 場所 スポーツアリーナそま 第二体育館
- 参加費 無料
- 調査対象 ①成年 20歳～64歳の男女 ②高齢者 65歳～79歳の男女

●調査項目

▽成年 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20メートルシヤトルラン、立ち幅とび

▽高齢者 ADL(日常生活活動)、握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10メートル障害物歩行、6分間歩行

※ADLは質問用紙に回答。

●所要時間 40分程度

●申し込み方法 市役所1階生涯学習課へ電話またはホームページから申し込みください。

●留意事項

▽上履き、水分を持参ください。
▽動きやすい服装で参加ください。

ホームページはこちらから



●申込・問い合わせ先 生涯学習課 (☎ 372278)

ナイター期間

市民プール

会計年度任用職員募集

市民プールで遊泳者の監視業務やプール清掃などを行う会計年度任用職員を募集します。

希望する方はハローワークで求人情報を確認の上、応募ください。

- 応募方法 履歴書とハローワークの紹介状を市役所1階生涯学習課に提出ください。
※個別面接を実施の上、採用を決定します。
- 応募期間 募集定員に達するまで随時
- 任用期間 7月13日～9月18日
- 必要経験 水泳のできる健康な方
- 募集人数 4人
- ※大学生、高校生も可。
- 問い合わせ先 生涯学習課 (☎ 37-2278)

「福島復興サイクルロードレースシリーズ」 開催記念連載

「福島復興サイクルロードレースシリーズ」は、復興する福島の発信とサイクルスポーツを通じて広域的な交流人口の拡大と振興を目的とした大会で、主に浜通り地域を舞台として4月より順次開催されています。6月4日には本市を会場にシリーズ第2戦が開催されます。開催を記念して、直木賞作家の熊谷達也氏によるエッセイを全3回に分けて掲載します。

第3回 サイクルイベントの魅力

ロードバイクに乗り始めてしばらくすると、運動不足解消と健康増進がももとの目的だったとはいえ、同じようなコースを毎回走っているのが次第に物足りなくなってくる。いつもと違う景色のなかを走ってみたいとは思うのだが、最初のうちはなかなか踏み切りがつかないのも事実である。

ところで、ロードバイクは簡単に車輪を外せる構造になっっているうえ、重量そのものが軽いので（だいたい7〜9キログラム程度だからママチャリの半分くらい）自家用車や公共の交通機関を使って、目的地まで比較的容易に持ち運びができるというメリットがある。その利便性を最大限に活用できるのが、順位やタイムを競わないサイクルイベントへの参加だ。どうしようかと迷っていたり、大丈夫だ

ろうかと不安を感じたりしている初心者サイクリストの背中を押してくれるのである。かくいう私もロードバイクに乗り始めて半年ほどが経ったところで初めてサイクルイベントに参加した。それ以来、東北各地を中心に、ずいぶんあちこちの土地を走ってきた。

もちろん最初は緊張した。初参加したサイクルイベントの走行距離は約百キロ。そんな長距離を走るのは初めてである。しかも、そこそこ坂道があるコースなので、はたしてちゃんと走り切れるか不安だらけだった。

しかしその心配は、幸いなことに杞憂に終わった。まずは初めて走る風景の新鮮さが気分を高揚させてくれた。サイクルイベントに組み込まれるコースは、交通量の少ない道路を上手く繋いで作られていることが多いので、たとえ

以前に訪れたことのある土地でも新たな発見がある。また、ベテランのサポートライダーと一緒に走ってくれるので、万一のトラブルに見舞われても安心だ。そして、なんとと言ってもエイドステーションが魅力。エイドステーションというのは、コースの途中で何か所か設けられている休憩所のことである。そこで提供される地元の食材を使った料理や飲み物が疲れた体を癒してくれるし、サイクリストを迎える地元のボランティアの方々の笑顔になによりも励まされる。なかには、参加者を歓迎する前夜祭を開催しているイベントもあって、それを楽しみに毎年参加しているサイクリストもいるくらいだ。そうした地元の人たちとの暖かな交流を経験できるのが、サイクルイベントの最大の魅力かもしれない。

そんな具合に参加する側にとっては良いことづくめのサイクルイベントだが、準備する側はかなりの労力を必要とするはずで、なかなか大変だとは思う。なにごとく、始めることはなんとかできても、長く継続することのほうが難しい。しかも、この三年間のコロナ禍で、ほとんどのイベントが中止を余儀なくされてきた。ようやく今年から復活というケースも多いはずだ。それだけに、携わる方々の知恵と工夫でいっそう魅力的なサイクルイベントが各地で開催され、沿道に素敵な笑顔があふれることを願ってやまない。

問い合わせ先 福島復興サイクルロードレース事務局 (☎024-5331-4171)

問い合わせ先 八幡神社 (☎364342)

坪田雷神社 春の例大祭

雷神社の春の例大祭は、新型コロナウイルス感染症などの影響で中止していましたが、4年ぶりに通常開催します。県の重要無形民俗文化財に指定された「相馬宇多郷の神楽」が奉納されますので、ぜひ来場ください。

【宵祭り】
●日時 6月17日(土) ▽神事 19時 ▽神楽舞 19時30分

【本祭り】
●日時 6月18日(日) ▽神事 8時 ▽神楽舞 8時30分

【共通事項】
●場所 雷神社境内 (坪田字宮東3-2)

●留意事項
▽同神社に駐車場はありません。

▽神楽舞は市神楽保存会加盟の団体が出演します。

▽宵祭りでは御手神楽台敬神会、本祭りでは数団体が奉納します。

問い合わせ先 八幡神社 (☎364342)

問い合わせ先 福島復興サイクルロードレース事務局 (☎024-5331-4171)



ホームページはこちら

福島復興サイクル

わくわくランドイベント情報

わくわく

段ボール迷路

- 日時 6月3日(土)～6月18日(日)
- ▽10時30分～12時
- ▽13時30分～15時
- ※最終入場は各回終了30分前。
- ※休館日を除く。
- 場所 わくわくランド多目的ホール
- 内容 巨大な段ボール迷路に隠れた謎解きに挑戦します
- ※土・日曜日に限り、参加した小学生以下の方は、先着で菓子のつかみ取りにも挑戦できます。

戦えます。

●定員 ▽迷路なし▽菓子のつかみ取りは各日20人

●参加費 無料

●申し込み方法 当日申し込みください。

※各回30分前から受け付け開始。

●申込・問い合わせ先 相馬共同火力発電株式会社新地発電所内わくわくランド(☎624722)

〒979-2611

相馬郡新地町駒ヶ嶺字今神1-1

▽開館時間 10時～16時

▽休館日 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)

水道メーター交換に協力ください

水道企業団は、利用者の皆さんのところに設置している水道メーターを計量法に定める有効期間(8年間)満了までに無料で交換しています。

なお、交換の対象となる家庭や事業所には水道企業団が委託した指定給水装置工事事業者が伺いますので、協力ください。

- 交換期間 6月～令和6年1月
- 問い合わせ先 相馬地方広域水道企業団(☎35-6700)

出店募集

相馬花火大会 in SOMA・シーサイド

フェスティバル2023を開催します

相馬やっぺすつべ想造委員会は、次のとおり「相馬花火大会 in SOMA・シーサイドフェスティバル2023」を開催します。

ぜひ来場ください。

※市が後援する行事です。

●開催日 7月22日(土)

花火大会会場

●場所 松川浦大橋下船着き場

●内容・時間

▽飲食・物販店出店など 12時～21時

▽花火大会 19時30分～20時30分

●留意事項 花火大会は有料観覧です。観覧料および観覧申し込みは問い合わせください。

シーサイドフェスティバル会場

●場所 尾浜こども公園

●内容 飲食・物販店出店など

●時間 10時～16時

ブース出店

花火大会会場およびシーサイドフェスティバル会場での飲食・物販店などの出店を募集します。

●出店数・出店費用

▽花火大会会場 約25ブース、30,000円

▽シーサイドフェスティバル会場 約15ブース、15,000円

※1ブース当たりの出店費用。

●申し込み方法 出店申込書に必要事項を記載し、問い合わせ先までファクスまたは郵送ください。

※申込書は問い合わせ先で配布するほか、ホームページからダウンロードできます。

●申込期限 6月9日(金)

【出店予定者説明会】

出店予定者を対象に次のとおり説明会を開催します。

●日時 6月12日(月) 14時

●場所 相馬商工会議所2階大会議室

◎詳細は問い合わせください。

●申込・問い合わせ先

【花火大会】

相馬やっぺすつべ想造委員会 松本(☎080-2822-4726)

【ブース出店】

相馬やっぺすつべ想造委員会 菅原(☎080-1693-2560、ファクス36399) 976-0016 沖ノ内三丁目2-5 株式会社菅原善治商店内

ホームページはこちら

