

国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入の皆さんへ

更新時期です

限度額適用認定証 標準負担額減額認 定証

現在お使いの認定証の有効期限は、7月31日です。8月1日以降も引き続き認定が必要な方は、市役所1階保険年金課で更新の手続きをお願いします。

●**受付開始日 7月18日(火)**

●国民健康保険と後期高齢者医療保険では手続きが異なります。

●**国民健康保険の方**

次の書類を持参の上、手続きください。

▽被保険者証

▽顔写真入りの本人確認書類
(運転免許証、マイナンバーカードなど) または介護保険証など

※過去1年以内に、90日を超えて入院している方は、それを確認できる書類(領収書・入院証明書など)。

●**後期高齢者医療保険の方**

7月31日まで有効の限度額証を交付されている方は、自

動的に更新されるため、手続きは不要です。

※8月1日からの限度額証は、7月中に郵送します。

◎7月31日まで有効の限度額証の交付を受けていない方で、8月1日からの限度額証の交付を受ける場合は、手続きが必要です。顔写真入りの本人確認書類、または介護保険証などを持参の上、手続きください。

一部負担金等免除証明書 をお持ちの方へ 免除期間が 延長されます

有効期間が7月31日までの国民健康保険一部負担金等免除証明書をお持ちの方で、次に該当する方は免除期間が延長されます。

●**対象**
※期間が延長される方の免除証明書は、7月中に郵送します。

- ① 帰還困難区域等の被災者
- ② 旧避難指示区域等・旧居住制限区域等、旧特定復興再生拠点区域で上位所得層以外の

被災者

③ 旧特定復興・再生拠点区域で上位所得層の被災者

※上位所得層とは、同じ世帯の国保加入者全員の令和4年中の所得の合計が、基礎控除分を除いて60万円を超える世帯。

●**延長後の有効期限**

▽①・②の対象者⇒令和6年2月29日(木)

▽③の対象者⇒9月30日(土)

●**留意事項** 所得の申告が済んでいないなどの理由で、国民健康保険に加入している方の所得確認ができない場合は、一部負担金等免除証明書を交付できません。

忘れずに国民健康保 険脱退・加入を届け 出ください

勤務先の健康保険に加入しているにもかかわらず、国民健康保険被保険者証が届いている方は国保脱退の届け出が必要です。

勤務先の健康保険証と国民健康保険被保険者証の両方を持参の上、保険年金課窓口で

手続きください。
勤務先の健康保険を脱退し国保に加入する場合は、勤務先から発行される健康保険資格喪失証明書を持参ください。



マイナンバーカード を被保険者証として 利用できます

マイナンバーカードを被保険者証として利用するためには、登録が必要です。

登録の申し込みはマイナポータルからできます。スマートフォンやパソコンを使うのが慣れない方は、気軽に問い合わせください。

申込み支援窓口を 開設しています

マイナンバーカードをすでに取得済みで、健康保険証の利用申し込みをしていない方向けに、市役所1階御仕法通りに「申込み支援窓口」を開設しています。

市職員が、健康保険証の利用登録のほか、公金受取口座の登録支援を行っています。
※平日8時30分～17時に予約不要で利用できます。

更新 国民健康保険被保険者証・ 後期高齢者医療被保険者証

8月1日以降に使用できる新しい被保険者証を7月中に郵送します。
手元に届いたら必ず住所・氏名を確認ください。
有効期限が切れた古い被保険者証は、8月以降に自身で裁断し廃棄(燃やすごみ)してください。

●**問い合わせ先**

保険年金課 (☎372140)

7月14日(金)
受け付け開始

国保の人間ドック

受診して健康の通信簿をつけましょう

ホームページはこちら



定期的に人間ドックを受診し、自分の身体をよく知ることが皆さんの将来の健康を支えます。身体からの危険信号を早めにキャッチして、重症化の予防につなげましょう。

●**対象者** 市国民健康保険の被保険者で、昭和23年10月1日から昭和63年9月1日までに生まれた方

※後期高齢者医療被保険者を除く。

※人間ドックを受ける方は、特定健康診査を受けられませんが、

●**実施時期** 9月1日(金)～令和6年2月29日(木)の指定の日

※公立相馬総合病院は10月～令和6年1月に実施。

●**実施医療機関と定員** 次のうち希望する医療機関

▽相馬中央病院(月曜日～金曜日) 300人

▽公立相馬総合病院(月曜日、水曜日、金曜日) 120人

●**ドック検査項目**

※日帰りのみ。

▽身体計測など 身長・体

重・腹囲・血圧測定、尿検査
▽血液検査 末梢血、糖尿病系、肝機能、脂質、腎機能の検査

▽その他 胸部X線検査、肺機能検査、心電図検査、便潜血検査、胃部検査(バリウムまたは胃カメラ)、腹部超音波検査、眼底検査

●**事後指導** 検査結果に基づき、保健指導を必要とする場合は医師の指示や保健師による事後指導を行います。

●**受付開始日** 7月14日(金) 8時30分

●**場所** 市役所1階保険年金課

※7月14日のみ、市役所1階御仕法通りで受け付け。

※会場整理のため、先着順に整理券を配布します。

●**留意事項**

▽電話での申し込みは不可。

▽国民健康保険証を必ず持参ください。

●**料金**(自己負担額) 8,400円

●**受付期限** 9月29日(金)

国保人間ドック オプション検査

国保人間ドック受診者のうち、希望する方は実費で次の検査を受けることができます。

- 前立腺がん検査** 2,950円
- ※50歳以上の男性が対象。
- ピロリ菌検査**(血液検査による抗体検査) 2,460円
- 血管年齢(動脈硬化度)検査** 1,100円
- 腫瘍マーカー検査**
- 【相馬中央病院】
- ▽料金 4,870円(3点セット)
- ▽検査内容 CA19-9(すい臓がん、胆道がんなど)、AFP(肝臓がんなど)、CEA(大腸がん、胃がんなど)
- 【公立相馬総合病院】
- ▽料金 4,110円(2点セット)
- ▽検査内容 CA19-9(すい臓がん、胆道がんなど)、CEA(大腸がん、胃がんなど)

ホールボディカウンター検査

国保人間ドックと併せて、ホールボディカウンター検査を受けることができます。

- 希望する方は国保人間ドック受付時に申し込みください。
- ※所要時間は着替えを含めて10分程度です。
- 費用** 無料
- 検査結果** 保健センターから通知します。



◎詳細は問い合わせまたはホームページを確認ください。

●**申込・問い合わせ先** 保険年金課(☎372140)

市内20ルート おでかけミニバス運行中!!



市は、65歳以上の方の買い物支援と中心市街地活性化を目的として「おでかけミニバス」を運行しています。

各商店街で乗り降りできるので、買い物に便利です。
※年齢が確認できるもの(介護保険証など)を持参ください。
※運行表は市役所1階御仕法通りや各公民館で配布するほか、ホームページからもダウンロードできます。



◎詳細は問い合わせください。

●**問い合わせ先** 企画政策課(☎37-2132)

令和5年度 国民健康保険税 税率の改定

●問い合わせ先 保険年金課 (☎ 37-2140)

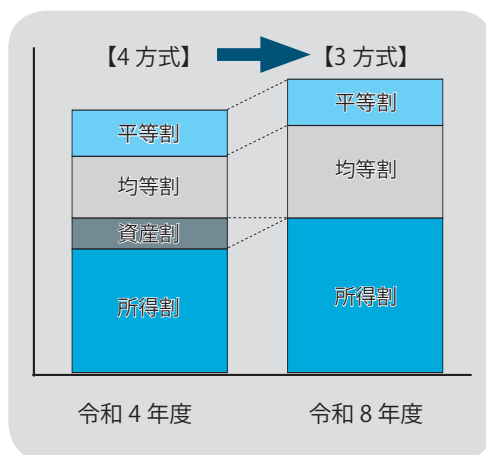
市は、国民健康保険の運営の健全化を図り、被保険者の皆さんが安心して国民健康保険を利用できるよう、次のとおり税率を改定します。

■税率改定の方針

市は、令和4年5月に国民健康保険税率の改定方針を策定し、令和4年度から国民健康保険税の改定を進めています。税率の改定方針は、令和11年度に予定されている県の国民健康保険税率の統一（県内全ての市町村の国保税率が同じ）に向けた準備と、国民健康保険運営の安定化を目標に定めたものです。

令和4年度～令和8年度の5年間で、次の3つの課題を解消しながら、令和8年度には、県が示す標準保険料率と同程度になるよう税率の見直しを段階的に行っていきます。

●税率改定のイメージ



標準保険料率

市町村ごとの保険料（税）率の標準的な水準（赤字にならない税率水準「3方式」）を表す税率として、県内統一の算定基準に基づいて毎年県が算定するものです。前年の収入や医療費の変動などによって、毎年変わります。

■3つの課題

- ①資産割をなくし、3方式（所得割、均等割、平等割）に変更しなければならない。
- ②均等割額と所得割率が、ほかの市町村に比べて低いため引き上げが必要である。
- ③赤字財政を解消する。

■課題解決のために

- ▽令和5年度から4年間で資産割率を段階的に下げ、令和8年度には3方式に移行します。
- ▽統一される保険税率は、均等割額や所得割率が現在の市の税率よりも高い水準になることが見込まれます。被保険者の負担が急激に増加しないよう、段階的に見直しを行っていきます。
- ▽収入不足をまかなう基金の残高に注意しながら、段階的に税率を見直し、収支均衡を図っていきます。

■令和5年度税率改定の内容

- ▽令和5年度から3方式に向け資産割率を下げ始めます。所得割率と均等割額は昨年度と同様に引き上げ、平等割額は据え置きます。また、賦課限度額を2万円引き上げます。
- ▽低所得者の負担軽減の観点から、5割・2割軽減の所得判定基準を拡充します。

●改定後の金額と前年度との差

区分		所得割	資産割	均等割 (被保険者1人につき)	平等割 (1世帯につき)	賦課限度額
医療給付分	改定後	6.85%	11.45%	22,600円	23,300円	650,000円
	差	(+0.16%)	(-3.81%)	(+2,600円)	(据置)	(据置)
後期高齢者支援金分	改定後	2.31%	6.06%	6,700円	6,400円	220,000円
	差	(+0.04%)	(-2.01%)	(+1,000円)	(据置)	(+20,000円)
介護保険分	改定後	1.90%	1.39%	7,400円	5,500円	170,000円
	差	(+0.1%)	(-0.46%)	(+1,200円)	(据置)	(据置)
合計	改定後	11.06%	18.90%	36,700円	35,200円	1,040,000円
	差	(+0.3%)	(-6.28%)	(+4,800円)	(据置)	(+20,000円)

◎詳細は納税通知書（7月10日発送）に同封のちらしを確認ください。

予約受け付け中

乳がん集団検診

市は、次のとおり乳がん集団検診を実施しますので、検診の対象となる方は、ぜひこの機会に検診を受けましょう。

● **対象者** 次のいずれかに該当する方
 ▼4月1日現在、40歳以上の女性で偶数年齢の方
 ▼昨年度の該当者（4月1日現在、奇数年齢の方）で令和4年度中に受診できなかった方

● **次に該当する方は乳がん集団検診を受けられません**
 ▼ペースメーカー、シャントチューブ、ポットが入っている方
 ▼乳房の美容整形を受けたことがある方
 ▼妊娠中・授乳中の方
 ▼しこりや痛みなど自覚症状のある方

● **実施方法** マンモグラフィ検査
 ● **場所** 保健センター
 ● **予約可能な検診日** ▼7月25日（火）▼8月30日（水）▼8月31日（木）▼9月1日（金）▼9月4日（月）▼9月15日（金）

更新申請受け付け中

介護保険負担限度額認定証

現在、介護保険施設などを利用していて、市から食費や居住費（滞在費）に関する負担限度額の認定を受けている方は、認定証の有効期限が7月31日です。

● **自己負担金** 1、000円
 ※検診当日、70歳以上の方は無料。
 ※昭和57年4月2日〜昭和58年4月1日生まれの方には、事前に無料クーポン券を送付しています。検診当日は、無料クーポン券を忘れずに持参ください。

● **申し込み方法** 保健センターに電話で予約ください。※後日、通知書と受診録を送付します。

早期発見・早期治療が大切です

女性が生涯で乳がんにかかる確率は実に9人に1人といわれています。しかし、早期がんの10年生存率は95パーセント以上です。
 （国立がん研究センターがん情報サービス、がん統計より）

● **申込・問い合わせ先** 保健センター（☎354477）

令和5年度

メッシュ調査の結果を公表します

市は、4月17日（月）〜5月2日（火）にNaiシンチレーションサーベイメータで市内全域を1キロメートルのメッシュに区切って空間放射線量を調査しました。

● **調査箇所**
 ▼土面Ⅱ 167カ所
 ▼舗装面Ⅱ 161カ所
 ※いずれも地表面から1メートルの高さで測定。

● **平均線量**
 ▼土面Ⅱ 0.09マイクロシーベルト
 ▼舗装面Ⅱ 0.07マイクロシーベルト
 ※いずれも昨年度と同数値。

● **平成23年度比の線量低下率**
 ▼土面Ⅱ 87.32パーセント
 ▼舗装面Ⅱ 87.93パーセント
 ◎詳細はホームページを確認ください。

● **問い合わせ先** 放射能対策室（☎372270）

ホームページはこちら



● **申請・問い合わせ先** 高齢福祉課（☎373065）

負担段階	所得要件	預貯金額 (夫婦の場合)
第1段階	生活保護受給者など	1,000万円以下 (2,000万円以下)
第2段階		650万円以下 (1,650万円以下)
第3段階①	世帯全員が市民税非課税(※)	550万円以下 (1,550万円以下)
第3段階②		500万円以下 (1,500万円以下)

※別世帯に配偶者がいる場合は、配偶者の方も市民税非課税であることが必要です。

● **所得要件** 次のとおり
 偶者がいる方は、配偶者の通帳などの写しも必要です。

令和5年度 国民年金保険料免除申請受け付け

国民年金第1号被保険者（20歳以上60歳未満で厚生年金などに加入していない自営業などの方）で、国民年金保険料の納付が経済的に困難な方などを対象に、保険料の免除申請を受け付けています。

保険料を未納のままにしていると、将来受け取れる年金額が減るだけではなく、障害年金や遺族年金が受け取れない場合がありますので、免除制度を活用ください。

- **受付開始日** 7月3日(月)
- **対象期間** 7月分〜令和6年6月分（1年間）
- **免除申請は**、2年1カ月前までさかのぼることができません。前年度などの申請を忘れた方は、本年度分と併せて申請ください。
- **免除の種類** 保険料の全額が免除される「全額免除」のほか、一部が免除される「4分の1免除」、「半額免除」、「4分の3免除」などがあり、本人、配偶者および世帯主の所得によって決定します。
- **必要書類** 本人確認書類 ※年金手帳、基礎年金番号通

知書、マイナンバーカード、運転免許証など。

- **留意事項**
 - ▽所得などが未申告の場合は、市役所1階税務課などで申告が必要です。
 - ▽前年度に一部免除となった方や失業による特例免除などを受けた方は、本年度も申請が必要です。
 - ▽審査結果は、受け付けから2〜3カ月後に日本年金機構より送付されます。
- 【**失業による特例免除**】
 - **対象者** 事業を休廃止または会社などを退職した方は会社などを退職した方の離職票の写しまたは雇用保険受給資格者証の写し など
 - 【**令和4年福島県沖地震の被害による特例免除**】
 - **対象者** 本人および配偶者、世帯員の財産に2分の1以上の損害を受けた方
 - **添付書類など** 半壊以上の罹災証明書の写しまたは被災状況届（罹災証明書で損害額が分かる場合は不要）

※保険金が支払われた場合は、金額を確認できる証明書の写しも持参ください。

令和3年福島県沖地震の被害による特例免除は、7月分以降は対象になりませんのでご注意ください。

- 【**原発事故による特例免除**】
 - **対象者** 避難指示・屋内退避指示を受けた市町村に住所があった方
- **対象者** 出産日が平成31年2月1日以降の方
- **対象者** 出産日とは妊娠85日以上の出産をいいます。（死産、流産、早産などを含みます）

※出産による免除が承認された期間は、保険料を納付した場合と同じで、将来受け取れる年金額は減りません。

- **添付書類など**
 - ▽出産前に届け出する方⇒母子健康手帳 など
 - ▽出産後に届け出する方⇒添付書類は不要

※出産した方と子が別世帯の場合は、出生証明書など出産日および親子関係を明らかにする書類が必要です。

かにする書類が必要です。

- **免除期間** 出産予定日または出産日の前月から4カ月間
- **申請時期** 平成31年2月〜4月に出生した方は、平成31年4月以降の保険料が対象です。
- **申請時期** 出産予定日の6カ月前から
- **納付猶予**
 - **対象者** 50歳未満の方
- **対象者** 50歳未満の方
- **対象者** 学生の方

※本人の所得審査のみで、在学中の保険料の納付が猶予されます。

- 【**学生納付特例**】
 - **対象者** 学生の方
- **対象者** 学生の方

※本人の所得審査のみで、在学中の保険料の納付が猶予されます。

- **添付書類など** 学生証の写し（裏面に有効期限の記載がある場合は裏面も必要）または在学証明書（原本） など

● **免除期間の保険料はあとから納付できます**

免除や納付猶予の期間は、保険料を全額納付したときと比べ、将来受け取れる年金額

が減ります。10年以内であれば、当時免除した保険料をさかのぼって納付（追納）することで、年金額は減りません。古い保険料を追納する場合は、加算額がつく場合がありますので、早めに申し込みください。

- **申請方法**
 - 申請先に郵送または窓口を持参ください。
 - ※郵送申請の場合は、日本年金機構ホームページより各種申請様式を取得ください。
- **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)
 - ※音声案内に続いて、5を押してください。
 - 〒976-8510 中村字桜ヶ丘69

ホームページはこちらから

日本年金機構



線状降水帯による大雨に注意

気象庁は、線状降水帯による大雨の可能性がある程度高いことが予想される場合、「顕著な大雨に関する気象情報」を発表します。

線状降水帯が発生すると、大雨災害発生の危険度が高まるため、ハザードマップや避難所・避難経路を確認ください。

●留意事項

▽線状降水帯による大雨の正確な予測は難しく、「顕著な大雨に関する気象情報」の発表があっても、必ず線状降水

帯が発生するわけではありません。

▽線状降水帯だけが大雨災害を引き起こす現象ではないため、市が発令する避難情報やキキクル（危険度分布）の防災気象情報を併せて活用し、避難の判断など、早め早めに対応ください。

ホームページは
こちら



●問い合わせ先 地域防災対策室（☎372121）

バスの車内事故防止に協力ください

走行中のバス車内での事故を防止するため、車内事故防止キャンペーンへの理解と協力をお願いします。

▽走行中に席を離れると、転倒など思わぬけがをする場合があります。降車の際は、バスが完全に停車し、扉が開いてから席を立ちましょう。

▽バスは安全運転に徹していますが、やむを得ず急ブレーキをかける場合があります。立って利用する場合は、つり革や握り棒をしっかりつかみましょう。

●問い合わせ先 公益社団法人福島県バス協会（☎024-546-1478）

受講者募集

介護職員初任者研修

市は、介護職員を希望する方や介護の知識と技術の向上を目指す方などを対象に、介護職員初任者研修を開催します。

●期間

▽日曜クラス 8月～12月
▽火曜・金曜クラス 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

●定員 各クラス15人

●申込期限

▽日曜クラス 8月7日（月）
▽火曜・金曜クラス 9月15日（金）

◎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）



参加者募集

慰霊友好 親善事業

日本遺族会は、先の大戦で父などを亡くした戦没者遺児を対象に、父などが戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的に参加者を募集しています。

●参加費 10万円

●実施地域 △旧ソ連△旧満州△西部ニューギニア△トラック諸島△パラオ諸島△ポルネオ・マレー半島△マリナナ諸島△東部ニューギニア△ビスマーク諸島△インド△ソロモン諸島△フィリピン（一次）△台湾・バシー海峡△東部ニューギニア（特定地域）△西部ニューギニア（特定地域）△フィリピン（二次）△中国

●申込先 福島県遺族会（☎024-534-5877）

◎詳細は問い合わせください。

●問い合わせ先 日本遺族会事務局（☎03-3261-5521）

消費税の

インボイス制度説明会

相馬税務署は、事業者を対象に、消費税のインボイス制度説明会を開催します。

◎詳細は国税庁ホームページを確認ください。

●開催日

▽7月27日（木）▽8月23日（水）▽8月29日（火）▽9月8日（金）▽9月14日（木）

※7月27日（木）、8月29日（火）、9月14日（木）は

消費税免税事業者向けです。

●時間 13時30分～14時30分

●場所 相馬税務署2階会議

ホームページは
こちら



室（中村字曲田92-2）

●定員 各20人

※予約制、先着順。

●留意事項 駐車場に限りがあるため、可能な限り公共交通機関をご利用ください。

●申込・問い合わせ先 相馬税務署（☎363942）

作品募集 第56回相馬市発明展

市は、第56回相馬市発明展を開催します。

市民の皆さんの創造的でアイデアに富んだ作品をぜひ出品ください。

※上位入賞作品は、第69回福島県発明展（郡山市で開催予定）に出品されます。

●応募区分

▽一般の部 市内在住または市内の会社や事業所などに勤務している方

▽児童・生徒の部 市内の小・中学校、高校に在籍している児童・生徒

●募集作品 原則として、大きさが縦、横、高さともに1メートル以内、重量が20キログラム以内で発明および考案された実物または模型

※出品数は1人2点まで。

●出品料 無料

●募集期間 7月28日（金）～9月4日（月）

●展示期間 9月13日（水）～9月21日（木）

※平日のみ。

●展示場所 市役所2階ギャラリースペース

●応募・問い合わせ先 商工観光課（☎372154）

ホームページはこちら

相馬市発明展



おしごと相談会

ふくしま生活・就職応援センターは、求職や今の職場での不安など、就職・仕事に関わる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 7月19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）

参加者募集

新人ハンター育成セミナー

相双地方振興局は、狩猟や鳥獣被害対策に関心がある方を対象に、新人ハンター育成セミナーを開催します。

参加費無料、年齢不問です。

●日時 8月5日（土）9時30分～11時30分

●場所 県南相馬合同庁舎南庁舎4階401会議室（南相馬市原町区錦町一丁目30）

●定員 30人（先着順）

●内容 ▽わな設置の実演、解説▽模擬銃による射撃シミュレーター体験 など

●申し込み方法 氏名、年齢、住所、電話番号を明記の上、左記アドレスまでメールで申し込みください。

souso.kenninkankyou@pref.fukushima.lg.jp

●申込期限 7月24日（月）

●問い合わせ先 相双地方振興局（☎261144）

受講者募集 シニアのスマートフォン教室入門編

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などを学べるセミナーを開催します。

ぜひ受講ください。

●日時 7月31日（月）13時30分～16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 ▽市内在住で60歳以上の方

▽シルバー人材センターでの就業を希望する方

●申込期限 7月20日（木）

●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 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)	▽7月12日（水）	14時～15時30分
	▽7月19日（水）	
	▽7月25日（火）	
出張！玉野公民館 ※送迎あり。	7月10日（月）	10時30分～11時30分
出張！磯部公民館 ※送迎あり。	7月27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）

原釜尾浜海水浴場海開き・避難経路のお知らせ



- 期間 7月23日(日)～8月20日(日) 9時～16時
- 駐車場 272台(無料)
- 利用上の注意
- ▽ 遊泳区域外では泳がないでください。
- ▽ 飲酒後は泳がないでください。
- ▽ 監視員の指示に従ってください。
- ▽ バーベキューや花火など火気の使用、ほかの利用者に危険、迷惑となる行為は厳禁です。
- ▽ 水上バイクは禁止です。
- ▽ 遊泳区域内の水中、砂浜のペットの立ち入りは禁止です。
- ▽ ごみは持ち帰ってください。
- 問い合わせ先 市観光協会 (☎353300)

● 避難場所および経路

※海水浴場内と避難経路線上に避難案内看板があります。

② 「船越夕顔観世音」
尾浜字船越 169
B 避難ルート
▽ 避難距離 約 420m
▽ 所要時間 約 11分



③ 「高平公園」
尾浜字高塚 217
C 避難ルート
▽ 避難距離 約 620m
▽ 所要時間 約 17分



① 「津神社」
原釜字大津 239
A 避難ルート
▽ 避難距離 約 580m
▽ 所要時間 約 16分



尾浜子ども公園

松川浦方面

原釜尾浜海水浴場

防災緑地

作品募集 第7回 相馬の夏 フォトコンテスト

- 市観光協会は、市内の夏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、どの場所で撮影したものでも応募できます。
- 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5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。
 - ▽ 応募の際は、必ず画像データを添付すること。

- ▽ 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。
- 応募期間 9月1日(金)～9月22日(金)
- ※ 応募用紙は市観光協会配布するほか、ホームページからもダウンロードできます。
- 入選作品 入選作品は表彰するほか、次とおり展示します。
- ▽ 日時 10月2日(月)～10月19日(木) 9時～17時
- ▽ 場所 千客万来館
- 応募・問い合わせ先 市観光協会 (☎353300)

ホームページはこちらから



参加者募集

第48回相馬盆踊り大会

ふるさとの祭り「相馬盆踊り大会」を開催します。ぜひ参加ください。

●日時 8月13日(日) 18時
※出場者受け付けは17時45分まで。

●場所 市民のひろば(市民会館駐車場)

●募集内容

▽団体の部(大人の部、子どもの部) 10人以上

▽仮装の部 1人での参加も

可
※事前申し込み制。当日の参加

加不可。

●申し込み方法 ホームページ

の申し込みフォームまたは申込用紙に必要事項を記入の上、市観光協会に申し込みください。

※申込用紙は、市観光協会配布するほか、同協会ホームページからもダウンロードできます。

●申込期限 7月18日(火)

※応募多数の場合は先着順。

●申込・問い合わせ先 市観光協会(☎353300)

ホームページはこちら



相馬野馬追 観覧券販売中

相馬野馬追観覧前売券(7月30日(日)南相馬市原町区雲雀ヶ原祭場)の入場券を7月29日(土)まで販売しています。

●前売券 大人800円

※中学生以下は無料。

※当日券は1,000円。

●販売場所 千客万来館



●問い合わせ先 商工観光課(☎26-4848)

観覧者募集

第5回 野馬追の郷 歌うま大会

音楽による地域づくりや市街地のにぎわい創出、交流人口の拡大などを目的に、野馬追の郷歌うま大会を開催します。

のど自慢の一般の方が出場するほか、プロの歌手もゲスト出演します。

観覧は無料ですので、相馬野馬追行列を観覧した後に、ぜひ立ち寄りください。

●日時 7月29日(土) 11時(開場10時30分)

●場所 市民会館大ホール

●出演者

▽一般出場者 約60人

▽山上公民館フラ教室(エ・フラマイキヨ)

▽ゲスト出演 蒔田さゆり、吉井まこと、菊地登志彦

▽特別ゲスト 福島はじめ

●申し込み方法 千客万来館で観覧券を配付します。

●問い合わせ先 市観光協会(☎353300)

参加者募集

第9回松川浦自然教室 現地観察会

NPO法人松川浦ふれあいサポートは、松川浦の干潟の現地観察会を開催します。ぜひ親子で参加ください。

●日時 7月17日(月) 8時30分~11時30分予定
※小雨決行。荒天時は中止する場合があります。

●集合場所 鶴ノ尾岬夕陽の広場駐車場(鶴ノ尾岬トンネル南側)

●対象者 小・中学生の親子

●内容 県立松川浦自然公園の干潟生物の観察会

●講師 鈴木孝男氏(みち)

のくベントス研究所所長・理学博士) ほか

●持参物など

▽長靴またはシューズ

▽帽子

▽タオル

▽雨具 など

●定員 30人(先着順)

●参加費 500円(傷害保険、昼食・飲み物代)

●申込期間 7月1日(土)~7月13日(木)

※定員になり次第終了。

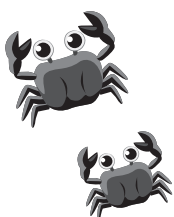
●申し込み方法 電話で申し込みください。

▽必要事項 氏名、住所、電話番号、学年 など

▽受付時間 9時~18時

◎詳細は問い合わせください。

●申込・問い合わせ先 NPO法人松川浦ふれあいサポート(松川浦環境公園内)(☎386222)



「社会を明るくする運動」 相馬市推進委員会からのお知らせ

「社会を明るくする運動」は、全ての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうという全国的な運動です。

「社会を明るくする運動」相馬市推進委員会は、7月の強調月間に合わせ、青少年の健全育成を願い、次のイベントを開催します。

ふれあいお茶会

抹茶・菓子付きのお点前体験です。

申し込み不要です。ぜひ立ち寄りください。
※お子さんの参加も大歓迎です。

- 日時 7月22日(土) 10時
- ※材料がなくなり次第終了。
- 場所 振興公社振興ビル1階
- 参加費 無料
- 問い合わせ先 相馬地区更生保護サポーターセンター(☎265674)



@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。

歌って、踊って、見て！ パネルシアター

小さなお子さんから小学生まで、どなたでも楽しめるイベントです。

- 日時 7月27日(木) 10時～11時
- 場所 相馬愛育園
- 参加費 無料
- 申し込み方法 電話で申し込みください。
- 申込・問い合わせ先 生涯学習課(☎372187)

展示作品募集 市総合美術展

第19回相馬市総合美術展は、9月29日(金)～10月1日(日)にスポーツアリーナさうまで、一般・高校の部と幼児・児童の部の2部門に分けて開催します。

- 公募部門 ▽絵画▽彫塑▽工芸▽写真▽書
- ※募集要項は各公民館や市役所1階生涯学習課で配布しています。
- 募集期間 8月1日(火)～8月25日(金)
- 問い合わせ先 生涯学習課(☎372187)

少年の主張相馬大会

市青少年健全育成市民会議では、少年の主張相馬大会を開催します。

少年の主張は、中学生が日常生活で感じていることや考えていることを主張することで、広く社会に目を向けるきっかけとなり、また、青少年への理解を深めてもらうことを目的としています。

どなたでも観覧できますので、ぜひ会場へお越しください。

- 日時 7月13日(木) 13時20分
- 場所 市民会館大ホール
- 内容 市内中学校の代表生徒12人の意見発表
- 問い合わせ先 生涯学習課(☎37-2187)

参加者募集 でんし工作教室

キッズワークショップ相馬は、次のとおり「でんし工作教室」を開催します。

- 日時 7月23日(日) 13時～16時
- 場所 中央公民館1階会議室
- 対象 小学校3年生以上
- 内容 次の9種類から1つを選んで組み立てます。
▽金属探知機
▽AM/FMラジオ
▽メロディー時計2
▽スペースロボ7
▽ライントレースカー

- ▽よけロボ
- ▽ロボタイミー
- ▽ビットさん
- ▽ミニ・グランドピアノ
- ※難易度が異なります。
- 定員 12人
- 参加費 1人500円
- 申込期限 7月7日(金)
- 申し込み方法 希望する内容を選択し電話で申し込みください。
- 申込・問い合わせ先 キッズワークショップ相馬中田(☎080-1831-3149)

相馬方部衛生組合

職員募集

相馬方部衛生組合は、次のとおり職員を募集します。

●募集職種

▽技術職（電気、機械、建築）
Ⅱ 大学卒業程度、高等専門学校卒業程度

▽技術職（電気、機械）Ⅱ 民間企業等職務経験者

●受験資格など 市ホームページを確認ください。

●採用予定人数 1人

●受付場所 市役所1階相馬方部衛生組合事務局

●試験日・場所
▽1次試験Ⅱ 8月20日（日）中央公民館1階会議室
▽2次試験Ⅱ 10月中旬実施予定

※試験会場は別途通知。
●受験手続き 試験申込書などに必要事項を記入の上、必要書類を添えて相馬方部衛生組合事務局に持参または郵送



ください。

◎郵送により受験案内などを請求する場合は、封筒の表に「採用試験申込用紙請求」と朱書きし、120円切手を貼付した宛先明記の返信用封筒（角形2号）を必ず同封ください。

※受験案内および試験申込書などは、相馬方部衛生組合事務局で配布するほか、市のホームページからもダウンロードできます。

●受付期限 8月4日（金）※郵送の場合、必着。

●留意事項 試験の詳細は、受験案内を確認、または問い合わせください。

●申込・問い合わせ先 相馬方部衛生組合事務局総務課（☎354124）

〒976-8601 中村字北町63-3（相馬市役所1階）

ホームページはこちら



相馬看護専門学校 オープン キャンパス

ホームページはこちら



相馬看護専門学校は、看護師を目指す方に同校を知ってもらうため、オープンキャンパスを開催します。

●日時
▽8月6日（日）
▽8月7日（月）

※両日とも13時30分～15時30分。

●場所 相馬看護専門学校（石上字南姥沢344）

●内容
▽学校紹介
▽看護技術体験
▽在校生への質疑応答 など

●申し込み方法
▽高校生Ⅱ進路指導担当の先生に申し込みください。

▽中学生・一般（社会人）Ⅱ相馬看護専門学校に問い合わせまたは同校ホームページから申し込みください。

●問い合わせ先 相馬看護専門学校（☎378118）

消防職員募集

●採用予定人数 3人程度

●受験資格

▽平成8年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方（学歴は問いません）

▽採用後、相馬地方管内市町村に居住できる方

●試験日（第1次試験） 9月17日（日）

※第2次試験は、第1次試験合格者に別途通知します。

●場所 相馬地方広域消防本部（南相馬市原町区高見町一丁目272）

●試験方法 ▽教養試験（高校卒業程度） ▽体力試験 ▽適性検査

看護教員募集

●採用予定人数 1人程度

●受験資格

▽看護教員の資格のある方で、昭和39年4月2日以降に生まれた方

▽昭和59年4月2日以降に生まれた方で、次のいずれかに該当する方

①保健師、助産師、看護師として5年以上従事した方

②大学で教育に関する科目を

相馬地方広域市町村圏組合からのお知らせ

4単位以上履修して卒業し、保健師、助産師、看護師として3年以上従事した方

●試験日 10月12日（木）

●場所 相馬看護専門学校（石上字南姥沢344）

●試験方法

▽論文試験
▽個別面接

共通事項

●受付期限

▽消防職員Ⅱ 8月10日（木）

▽看護教員Ⅱ 9月29日（金）

※郵送の場合、必着。

●受付場所 相馬地方広域市町村圏組合事務局総務課（市役所3階）

※申込用紙は組合事務局、相馬地方の消防署・分署、相馬看護専門学校で配布する

ほか、同組合ホームページからもダウンロードできます。

ホームページはこちら



◎詳細は問い合わせください。

●申込・問い合わせ先 相馬地方広域市町村圏組合事務局総務課（☎350211）

わくわくランドイベント情報

夏休み 自由研究

- 日時 7月23日(日)
①10時30分～12時
②14時～15時30分
- 場所 ①わくわくランド多目的ホール
②わくわくランドテラス
- 内容 ①身近にある物で実験をしよう!
②色水を作ろう!
※①は、炭を使用した電池製作とペットボトルの中に雲を作る実験を行います。
※②で作った色水は、シャボン玉液として使用します。
- 定員 各10組
※1組2～3人まで。
※定員になり次第受け付け終了。
- 対象 どなたでも参加できます。
※小学生以下の方は保護者が同伴ください。
- 参加費 無料
- 申し込み方法 電話で申し込

込みください。

※先着順。
※7月8日(土) 10時受け付け開始。

●留意事項 自由研究の資料を7月23日(日)～8月13日(日)の期間、館内に設置します。

●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)

▽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)



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。

参加者募集

子ども司書

体験講座

図書館は、図書館のさまざまな仕事を体験できることも司書体験講座を開催します。全3回の講座に参加した方には、図書館の子ども司書認定証を贈呈します。

- 日時 ①1日目 7月30日(日)
②2日目 8月5日(土)
③3日目 8月6日(日)
※9時30分～11時30分。
- 場所 図書館
- 内容 ①図書館探検 ②絵本読み聞かせ ③おすすめ本の紹介製作 ④本の修理 ⑤貸出窓口
- 対象 小学4年生～中学3年生で、全ての日程に参加できる方
- 定員 4人(先着順)
- 参加費 無料
- 申し込み方法 直接来館または電話で申し込みください。
※平日は19時、土・日曜日、祝日は17時まで受け付け。
- 申込期間 7月9日(日)～7月23日(日)
- 問い合わせ先 図書館(☎372630)

入学試験

国立宮古海上 技術短期大学校

国立宮古海上技術短期大学校は、国土交通省の所管する学校で、優秀な船舶運航技術者の育成を目的とし、海と船をフィールドに学んでいます。卒業生には海技資格における特典が付与され、海運業界はもちろんその関連産業を中心に幅広く活躍しています。

- 選抜区分 ①学校推薦型選抜 ②総合型選抜 ③自己推薦型選抜 ④一般選抜
- ◎詳細は問い合わせまたはホームページを確認ください。
- 問い合わせ先 国立宮古海上技術短期大学校教務課(☎0193-62-5316)

ホームページはこちら



令和5年度

自衛官採用案内

防衛省・自衛隊は、次のとおり採用試験を行います。

募集項目	航空学生	一般曹候補生	自衛官候補生(男女)
受付期限	9月7日(木) ※締切日必着。	9月5日(火) ※締切日必着。	随時
応募資格	▽海自:18歳～23歳未満の方 ▽空自:18歳～21歳未満の方 ※高卒者(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)	18歳以上33歳未満の方 ※32歳の方は、採用予定月末日現在、33歳に達していない方。	
試験日程	1次試験(筆記):9月18日(月)	1次試験(筆記):9月15日(金)～24日(日) ※いずれかの1日を指定。	随時

◎詳細は問い合わせください。
●問い合わせ先 自衛隊福島地方協力本部相双地域事務所(☎234712)