

お知らせ版

1. 美しい相馬の海と山とを、うたいつぐふるさとのうたと共に、あすのくらしにのこそう。
1. 報徳の訓えに心をはげまし、うまずたゆまず豊かな相馬をきずこう。
1. ふるきをたずね、新しい相馬のまちづくりに一人一人の力をかたむけよう。

土地の埋立て等及び土砂等の規制に関する条例を制定しました

市は、令和6年1月臨時会で可決された「相馬市土地の埋立て等及び土砂等の規制に関する条例」を制定し、令和6年2月1日から施行しています。

同条例の内容は次のとおりです。

●目的

市の多様な動植物の生息と生育環境を守り、土地の埋め立てや土砂などによる土壌や地下水の汚染、被害の発生など、住民生活に支障を来すことを未然に防止する必要があります。

ることから、適切な規制を行うものです。

●概要

同条例の施行により、土地の埋め立てやその土砂について、許可または届け出が必要となります。

●規制の対象

埋め立て区域が1,000平方メートル以上の場合（既に埋め立てを行った区域に隣接または近接し、合計で1,000平方メートル以上の場合を含む）は、市長の許可が必要となります。

●規制の例外

次に該当する場合は、届け出により事業を開始できるなど、手続きを省略できる場合がありますので、相談ください。

▽既にほかの法令で許可を受けている場合

▽公共事業などである場合

◎詳細は問い合わせください。

●問い合わせ先 生活環境課
(☎ 372143)

東日本大震災追悼式



市は、東日本大震災から13年を迎えるに当たり、犠牲になられた方々の慰霊のため、相馬市東日本大震災追悼式を執り行います。追悼式は、無宗教、献花形式です。どなたでも参列いただけます。

- 日時 3月11日(月) 14時35分(開場=14時)
- 場所 市民会館
- 問い合わせ先 社会福祉課 (☎ 37-2205)

3月11日
東日本大震災追悼サイレン吹鳴

東日本大震災発生日の3月11日(月)14時46分に追悼のサイレンを吹鳴しますので、黙とうをお願いします。

- 問い合わせ先 社会福祉課 (☎ 37-2205)

防災行政無線の放送内容は電話で確認できます。
電話応答装置 (☎ 35-6633)

◎防災行政無線の放送内容を聞き取ることができなかつたときやもう一度確認したいときなどに利用ください。

- 問い合わせ先 地域防災対策室 (☎ 37-2121)

令和6年度

相馬市小規模修繕契約希望者 登録申請受け付け

市は、入札参加資格審査を受けていない方を対象に、市が発注する小規模な修繕の契約を希望する方の受け付けを行います。これは、市内業者の受注機会の拡大を図り、市内経済の活性化に寄与することを目的として実施するものです。

※令和5年3月に登録済みの方は、今回申請する必要はありません。

●受付期間 3月1日(金)～3月29日(金)

●登録できる方 市内に主たる事業所を有する方

※法人、個人、建設業の許可の有無、経営規模などは問いません。

※市税を滞納している方は登録できません。

●対象となる修繕 1件当たりの発注金額が50万円未満で、内容が軽易かつ履行の確保が容易なもの

●修繕業種の例

▽建築関係Ⅱ 建具、外壁、タイル、塗装、内装 など

▽土木関係Ⅱ 防護柵、舗装、遊具、植栽 など

▽設備関係Ⅱ 電気器具、ボイラー、ガス機器、水道 など

◎詳細は問い合わせまたはホームページを確認ください。



ホームページはこちら

●申請・問い合わせ先 財政課 (☎ 37 2 1 2 4)

YouTube 相馬市チャンネルで動画など公開中!!

QRコードからご覧ください

見てね～

農林水産課からのお知らせ

地産地消に取り組んでみませんか

地産地消は、地元で生産された物を地元で消費することです。

地元でとれた農産物は、生産者を身近に感じることができ、新鮮さを保ったまま食べることが出来ます。また、運搬距離が少ないため、環境にも優しい活動です。おいしく安全な地元の食材を食べて、地産地消を押し進めていきましょう。



地元の農産物は、道の駅さうまや相馬復興市民市場「浜の駅松川浦」などで購入することができます。

相馬産農産物の放射能検査体制

市は、出荷される農産物の放射能検査を行い、安全性を確認しています。

●水稲の検査 令和2年度より全量全袋検査からモニタリング検査へ移行し、引き続き安全性を確認しています。

ホームページはこちら

水稲モニタリング

●園芸品目の検査 モニタリング検査を行い、出荷前に安全性を確認しています。

ホームページはこちら

園芸品目モニタリング

◎詳細はホームページを確認ください。
●問い合わせ先 農林水産課 (☎ 37 2 1 4 7)

市内の空間放射線量などを公表しています

●市内の空間線量 原子力規制委員会ホームページ (モニタリングポストなどの測定値)
※全国マップから相馬市を検索ください。



原子力規制委員会

●市内のメッシュ調査結果など 市ホームページ (メッシュ調査結果、市内施設測定値)



空間放射線モニタリング

●海域モニタリング結果など 市ホームページ (環境省などのリンク集)



放射能に関するリンク集

●問い合わせ先 放射能対策室 (☎ 37-2270)

相馬人権擁護委員協議会

人権擁護委員の再任

人権擁護委員は、人権思想の普及・高揚のため、地域での啓発活動や相談活動に努めています。

- 人権擁護委員2人が令和5年12月31日で任期満了となり、令和6年1月1日より再任されましたのでお知らせします。
- ▽持立剛さん（6期目）
- ▽伊東たまよさん（4期目）
- ※任期は3年。

特設人権相談所の開設

人権擁護委員による特設人権相談所を開設します。

困りごとや悩みごとなど気軽に相談ください。
相談は無料で秘密は厳守します。

【特設人権相談所】

人権擁護委員が幅広く人権に関する相談に応じます。

●日時 2月26日（月） 10時～15時

●場所 市役所1階相談室兼会議室

●留意事項 相談を希望する方は、事前に福島地方法務局

からのお知らせ

相馬支局まで連絡ください。

【電話相談】

人権擁護委員および法務局職員が相談に応じます。

●受付時間 8時30分～17時15分

※土・日曜日、祝日を除く。

●相談ダイヤル

▽みんなの人権 110番

0570-0003-110

▽子どもの人権 110番

0120-0007-110

▽女性の人権ホットライン

0570-0070-810

●問い合わせ先 相馬人権

擁護委員協議会（福島地

方法務局相馬支局内）

（☎ 363413）

f すくすく soma
facebook アカウント
@sukusuku.soma



子育てや教育などの
情報を中心に発信中。

チャキチャキ防火パレードの

交通規制に協力ください

3月1日から7日までの春季全国火災予防運動に伴い、みどり幼稚園園児によるチャキチャキ防火パレードが実施されます。

パレード通過時に、一時的に通行止めとなりますので、協力をお願いします。

●規制日時 3月1日（金）

10時～11時

●規制場所 左図のとおり

●問い合わせ先 地域防災対策室（☎ 372121）



春の火災予防運動が始まります

【2023 年度全国統一防火標語】 火を消して 不安を消して つなぐ未来

3月1日から7日まで、全国一斉に春季全国火災予防運動が実施されます。この時期は、空気が乾燥していますので、屋内外を問わず火の使用には十分気を付けましょう。

●問い合わせ先 相馬消防署（☎ 36-2181）

教えて？ マイナンバーカード

マイナンバーカードの普及促進のため、使用上のさまざまな疑問などを連載でお知らせします。

第6回 マイナポータルからオンラインで

転出届が提出できます

市外に引っ越し際に必要な「転出届」の手続きについて、マイナポータルを通じてオンラインで行うことができます。年度末は窓口が大変混み合いますので、ぜひ利用ください。

●メリット

▽窓口に行かなくても届け出が可能

▽窓口が開いていない時間でも届け出が可能

●申請期間 引っ越し予定日の30日前から引っ越し後10日以内

●対象 引っ越しをする本人または同時に引っ越し同世帯員

●必要書類など

▽電子証明書が有効なマイナンバーカード

※暗証番号が必要です。

▽マイナンバーカード読み取り

り対応のスマートフォンまたはパソコンおよびICカードリーダー

※スマートフォンの場合「マイナポータルアプリ」のインストールが必要です。

▽新しい住所（引っ越し先の住所が決まってから申請ください）

●手続きの流れ

- ① マイナンバーカードを使ってマイナポータルにログイン
- ② 「引っ越しの手続き」のメニューを選択し、届け出情報を入力
- ③ 電子署名を行う



●留意事項 オンラインの届け出後、市が転出届の事務処理を行います。市役所開庁時間外または休日などにオンラインの届け出を行った場合、事務処理が完了するのは翌開庁日となります。引っ越しまでの時間に余裕をもってオンラインの届け出をお願いします。

●留意事項 オンラインの届け出後、市が転出届の事務処理を行います。市役所開庁時間外または休日などにオンラインの届け出を行った場合、事務処理が完了するのは翌開庁日となります。引っ越しまでの時間に余裕をもってオンラインの届け出をお願いします。

※詳細は、マイナポータルを確認ください。

マイナポータルはこちらから



372138 ●問い合わせ先 市民課（☎）

カードの受け取りは予約が必要です マイナンバーカード

夜間・休日窓口

マイナンバーカードの申請は、市役所1階市民課や各公民館（中央公民館を除く）で随時受け付けています。平日の申請は予約不要ですが、オンラインや郵送で申請した方のカードの受け取りは平日も予約が必要です。

平日の来庁が難しい方で申請や受け取りを希望する方は、予約の上、夜間・休日窓口を利用ください。

●夜間窓口 17時15分～18時45分

▽2月21日（水）

▽2月28日（水）

▽3月6日（水）

▽3月13日（水）

●休日窓口 3月10日（日）

9時～14時45分

●夜間・休日窓口の予約受付

開始日 2月19日（月）

●対象となる手続き

▽マイナンバーカード申請

▽マイナンバーカード受け取り（マイナンバーカード交付

通知書・電子証明書発行通知

書（はがき）が届いている方が対象）
▽電子証明書の更新（有効期限通知書が届いている方が対象）

ホームページはこちらから



●予約・問い合わせ先 市民課（☎372138）

広報そうまを公開しています！

広報そうまをホームページやSNSで公開しています。お手元に届く前に、いち早く情報を確認できますので、ぜひ利用ください。



3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・市内勤務の方などが対象です。）

秘密は守られますので、気軽に相談ください。

◎移動が困難な方などは、電話相談やオンライン相談（Zoom）も行っています。希望する方は、市役所1階生活環境課に予約ください。

●相談名など（相談場所・問い合わせ先 生活環境課 ☎ 37-2144）

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、災害関係など	弁護士 (福島県弁護士会) 弁護士 (杜都法律事務所)	月曜日 15時～17時 ▽3月6日(水) ▽3月19日(火) 13時～16時30分	▽予約制 ▽1回の相談時間は30分
	登記、相続、会社、借地・借家、災害関係など	司法書士	▽3月8日(金) ▽3月22日(金) 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	3月12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	▽3月7日(木) ▽3月21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			必要に応じて弁護士相談が受けられます
市民相談 ※	生活上の心配ごとや悩みごと			—

※相談日時は、変更になる場合があります。

市社会福祉協議会

無料法律相談

の案内

●日時 3月8日(金) 13時30分～16時

●場所 総合福祉センター(はまなす館)

※相談を希望する方は、市社会福祉協議会まで予約ください。予約は2月26日(月)から受け付けます。

●予約・問い合わせ先 市社会福祉協議会(☎ 365033)

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))

☎ 362015

市税の2月の納期限

2月29日(木)です

市税などは納期限内に納付しましょう

★市税などの納付には便利な口座振替を利用ください。コンビニエンスストアでも納付できます。

市税は、子ども・くらし・まちづくりなど、皆さんの暮らしに結びつくサービスを行うための原資です。

- 固定資産税 第4期
- 国民健康保険税(普通徴収) 第8期
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収) 第7期
- 介護保険料(普通徴収) 第8期

※固定資産税は、地方統一QRコードからクレジットカードなどでも納付できます。

ホームページはこちら

地方税お支払いサイト



利用者募集

新規創業者支援施設

市は、新規創業者の育成などのため、次の施設の利用者を随時募集しています。

チャレンジショップ

- 所在地 振興公社振興ビル1階スペース
- 対象者 市内で開業を目指す方
- 業種 小売業・サービス業 ※飲食店を除く。
- 費用 月額1万円 ※光熱水費含む。

高速バス

水戸・仙台・山形線



- 高速バス水戸・仙台・山形線は、相馬ICバスターミナルを経由して運行しています。
- 利用概要 全便予約制で1日1台（相馬・仙台間のみの利用はできません。）
 - 運賃
 - 【相馬↔水戸間】
 - ▽平日⇨4,000円
 - ▽土・日曜日、祝日、特定日⇨4,500円
 - 【相馬↔山形間】
 - ▽平日⇨2,000円

塚田事業所

- 所在地 中村字塚田72
- 対象者 新規で開業する方
- 業種 小売業・サービス業
- 費用 月額25,600円 ※光熱水費など別途負担。
- ◎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 商工観光課 (☎372154)



- ▽土・日曜日、祝日、特定日⇨2,500円
- ◎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
- ▽バスの予約⇨茨城交通高速バス予約センター (☎029-309-5381)
- ▽バスの運行⇨茨城交通茨大前営業所 (☎029-251-2334)

登録店舗・事業者募集

相馬地方よろず街道絵図帖



市内の観光情報、事業者情報や東日本大震災後の復興情報などを発信するホームページ「相馬地方よろず街道絵図帖」に登録しませんか。同ホームページは、本市を訪れる方や市民の皆さんに有益な情報を発信できる情報サイトを目指しています。登録料は無料です。ぜひ登録ください。

ホームページはこちらから



●問い合わせ先 商工観光課 (☎372154)

財務省福島財務事務所

からのお知らせ

多重債務者相談窓口

借金を抱え悩んでいる方からの相談に応じています。借金問題はさまざまな方法で解決できます。秘密厳守、相談無料です。気軽に相談ください。

受付時間

- ▽8時30分～12時
- ▽13時～16時30分
- ※土・日曜日、祝日を除く。

場所

財務省東北財務局福島財務事務所理財課（福島市花園町5-46 福島第二地方合同庁舎5階）

※電話相談を希望する方は、多重債務相談専用電話（024-533-0064）に連絡ください。◎詳細は問い合わせください。

金融に関する出前講座

小学生から高齢者の皆さんを対象に、金融や国の財政などをテーマにした出前講座を行っています。

受講は無料ですので、気軽に問い合わせください。

●講座内容・対象

- ▽おこづかい帳をつけよう（小学生向け）
- ▽日本の財政を考えよう（一般向け）
- ▽お金の知識について（キャッシュレス時代のお金の知識）（高齢者向け）
- ▽家計管理と資金計画（子育て世代向け）
- ▽金融犯罪（なりすまし詐欺等）被害防止（高齢者向け）など

●問い合わせ先

財務省東北財務局福島財務事務所総務課（☎024-535-0301）



相馬市公式 X (旧ツイッター) です。随時、市からののお知らせをお伝えしています。

全国市長会会長の動き

その64

立谷市長は、令和4年6月、全国市長会会長に再任しました。ここでは、全国市長会会長としての活動の一部を紹介いたします。

●活動報告

能登半島地震への対応報告と主要課題について協議

1月24日、立谷市長は全国市長会理事・評議員合同会議に出席し、会長として次のおり述べました。

▽全国市長会の令和6年能登半島地震災害への対応としては、対策本部を設置し、今後の対応について協議しました。被災地の市長らと連絡を取り、現地が必要としていることについて、我々は全力で支援していくということを伝え、珠洲市や輪島市から要望のあった簡易トイレや石油ストーブの調達を行いました。また、全国各市からも物資や職員派遣など多くの支援の手が差し伸べられています。引き続き、被災地の要請に応じてできるだけのことを皆さんと一緒に取り組んでまいります。

▽国の子ども未来戦略が決定されました。現場を担う都市

自治体子ども・子育て政策を進めるために、財源や人材確保に関して地域間格差が生じないように、国に対し支援いただくよう求めてまいります。

▽新型コロナウイルスの接種率について、相馬市の65歳以上の方の1回目は93パーセントでしたが、昨年秋季の接種では63パーセントと減少しています。今後有料となることを踏まえ、厚生労働省にはワクチンの効果や高齢者の重症化率、副反応についての情報提供をしっかりと求めていきたいと考えています。



●問い合わせ先 秘書課 (☎372115)

「統計の日」標語募集

総務省は、「統計の日（10月18日）」の周知を図るため、ポスターなどに活用する標語を募集しています。

●募集部門

- ▽小学生の部
- ▽中学生の部
- ▽高校生の部
- ▽一般の部（右記以外の学生および一般の方）

▽統計調査員の部（統計調査員または登録調査員の方）

●公務員の部

●募集期限 3月31日（日）

●応募方法 ホームページから応募用紙をダウンロードし、応募先にメールまたは郵送ください。

※一人5作品まで。

※統計調査員の部は市役所3階企画政策課、公務員の部は、所属する都道府県、市区町村などの統計主管課に提出ください。

※応募用紙は、企画政策課にもあります。

●応募先 総務省政策統括官付統計企画管理官室地方統計機構担当 (☎03-5273-1144)

▽郵送 〒162-8668

東京都新宿区若松町19-1
▽メール || toukeinhohi@soumu.go.jp
●入選作品の決定・発表 6月予定

ホームページはこちら

統計の日の標語募集



●問い合わせ先 企画政策課 (☎372218)



【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。

紙類を正しく分別し資源として有効活用しましょう

紙類は、ごみの減量・リサイクルのため、次のとおり分別し、ひもで十字に縛り「紙類の日」に出しましょう。

●紙類ごみ出しの留意事項

- ▽牛乳、ジュースなどの紙パックは、洗って乾かす
- ▽新聞紙は、ナイロンや紙袋には入れずに出す
- ▽段ボールは、ガムテープや宛名シールを取り除く
- ▽雑誌、本、雑紙などは、一緒に束ねて出す
- ▽ティッシュ箱、お菓子の箱、包装紙などは、ビニールを取り除く

●燃やすごみに出す紙類

- ▽汚れが取れないもの
- ▽防水、アルミ加工がされたもの
- ▽写真用紙、フィルム、ナイロン

●問い合わせ先 生活環境課 (☎372143)

そうま音楽夢工房

第79回演奏会を開催します

国内外で活躍する著名な3人の演奏家が一堂に会し、特別なステージを皆さんにお届けします。

ぜひ来場ください。

●日時 3月17日(日) 14時

※開場13時30分。

●場所 市民会館大ホール

●出演者

▽古部賢一(オーボエ)

▽藤木大地(カウソウターテナー)

▽加藤昌則(ピアノ)

●入場料

▽一般 1,000円

▽高校生以下 無料(要整理券)

※未就学児の入場は遠慮ください。

●入場券・整理券配布先

▽生涯学習課▽市民会館▽図書館▽各公民館▽オアシス楽器相馬店▽モリタミュージック

●問い合わせ先 生涯学習課

(☎ 372187)

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階教育部総務課に提出ください。
※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 4月19日～10月21日

●必要経験 水泳のできる健康な方

●募集人数 6人

●問い合わせ先 生涯学習課 (☎ 37-2278)

参加者募集

コーディネーション

トレーニング教室

小学生と指導者を対象としたコーディネーショントレーニング教室を開催します。

コーディネーショントレーニングは、神経系に視点を置いたトレーニング方法で、「動きやすい体をつくる」「自分の体を思い通りに動かせるようになる」ことを目的とし、さまざまなおスポーツの「型」や「フォーム」を短時間で習得可能にするものです。

子どもは動きやすい体をつくるきっかけとなり、指導者は指導の様子を学ぶことで指導力の向上を図ります。

親子での参加も可能ですので、ぜひ参加してみませんか。

●日時 3月16日(土) 14時～16時

●場所 スポーツアリーナそうま第一体育館

●内容 コーディネーションの基本的なトレーニング

●講師 菊田明博氏(福島大学トラッククラブコーチ、日本陸上競技連盟公認コーチ)

●対象

▽子ども 小学校1年～6年生

▽大人 2スポーツを指導する立場の方または指導者を目指す方

●定員

▽子ども 50人

▽大人 30人

●参加費 無料

●持参物 なわとび

※お持ちでない方には、当日貸し出しします。

●申し込み方法 ホームページ内の予約フォームまたは市役所1階生涯学習課に直接または電話で申し込みください。

●申込期限 3月13日(水)

●留意事項 スポーツ傷害保険の加入は行いません。

ホームページはこちらから



コーディネーション
トレーニング教室

●申込・問い合わせ先 生涯学習課 (☎ 372278)

参加者募集

本の修理ボラン ティア入門講座

図書館は、本の修理ボランティア入門講座を開催します。

小さなお子さんが破いてしまった本や破れてしまった思い出の本などを、セロハンテープで修理していませんか。

本が長持ちする修理方法を図書館司書が教えます。

●日時 3月17日(日) 10時～11時30分

●場所 振興公社振興ビル5階501会議室

●内容 破れたページの修理方法

●定員 10人(先着順)

●参加費 500円(修理資材代)

●持参物 定規、カッターナイフ、筆記用具

●申し込み方法 図書館に参加費を添えて直接申し込みください。

●申込開始日 2月23日(金)

※定員に達した時点で受け付け終了。

●問い合わせ先 図書館 (☎ 372630)

わくわく感謝祭月間
わくわく動物園

●日時 3月3日(日) 10時
～15時

●場所

▽わくわくランド多目的ホー

▽同エントランスホール

●内容

①ミニ動物園Ⅱウサギ、ハム
スター、小型犬などの触れ
合いや展示

②空気砲チャレンジⅡ巨大空
気砲の体験

3.11 ふくしま復興祈念行事 キャンドルナイト

東日本大震災から13年を迎えるに当たり、ふくしま復興への思いや夢を描いてもらったキャンドルにあかりを灯します。

ぜひお越しください。

●日時 3月11日(月) 17時～19時
30分(予定)

●場所 東日本大震災・原子力災害伝承館
アーカイブ広場(双葉町)

●参加費 無料

※申し込み不要。

●留意事項 感染症などの影響により、内
容を変更する場合があります。

◎詳細は問い合わせください。

●問い合わせ先 県相双地方振興局復興支
援・地域連携室(☎26-1116)

③ポッチャⅡニュースポーツ
の「ポッチャ」を体験
※②・③は、次のとおり2回
に分けて開催します。

▽10時30分～12時
▽13時30分～15時

●定員

①ミニ動物園Ⅱ定員なし

②空気砲チャレンジⅡ各回30
人

③ポッチャⅡ各回25人

◎詳細は問い合わせください。

●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(☎62472
2)

4月定例教育委員会開催

日時・場所が変更になる場合がありますので、傍聴を希望する方は、事前に問い合わせください。

●日時 4月9日(火) 13時30分

●場所 市役所1階 第2委員会室

●問い合わせ先

教育部総務課(☎37-2183)

献血に協力ください

月日	時間	場所
3月31日(日)	10:00~12:00	エイトタウン相馬
	13:30~16:00	

※採血は医師の診断の上、行います。

保健センター通信

育児に関するQ & A

Q. 子どもが寝転がって駄々をこねるのですが、どうすればよいですか？

A. 「寝転がって駄々をこねる」などの行動は、2歳前後のイヤイヤ期に多く見られます。しかしその「欲しい」「やりたい」行動が危ないときや、誰かの迷惑になってしまうときもあるでしょう。そんなときは、まず「欲しかったもの」「やりたかったこと」とお子さんとの距離を遠ざけてみましょう。「あれは、何？」など、保護者の方が楽しそうな雰囲気を作って声を掛けてあげ、ほかの物に注意を向けてあげましょう。

●問い合わせ先 保健センター(☎35-4477)

◎1月11日の3歳児健診でむし歯のなかったお子さんは、20人でした。

やまだ すみれ 山田 純鈴さん	たなか ゆうせい 田中 悠晴さん	さいとう ほのか 齊藤 穂花さん	たかつか さら 高塚 紗良さん
まつうら りこ 松浦 莉音さん	ますだ りな 増田 莉奈さん	はんざわ あき 半澤 翠さん	なかがみ ことは 中神 琴葉さん
にしやま ほるおみ 西山 治臣さん	おおさと しゅう 大里 心優さん	さいとう すず 齋藤 朱寿さん	えんどう とうや 遠藤 登矢さん
わたなべ なる 渡辺 波瑠さん	いとう るか 伊藤 瑠香さん	えんどう そうや 遠藤 想弥さん	もり れいや 森 礼弥さん
おおた いぶき 太田 伊吹さん	たけうち はな 竹内 花さん	あら たくと 荒 匠斗さん	みとめ なな 三留 奈々さん

みんな素晴らしいね、むし歯ゼロ、歯磨きががんばろう！

むし歯予防のポイント

～よくかんで食べよう～

唾液の中には、カルシウムが入っています。カルシウムを歯が吸収することで、歯を強くし、むし歯予防につながります。よくかんで唾液をたくさん出しましょう。

3月1日～3月31日の

市民会館の催し

(1月26日現在)

◎詳細は、右の表の各問い合わせ先に確認ください。

※開催などが変更になる場合があります。

市民会館 (☎ 35-2426)

月日	時間	行事名	問い合わせ先
3月1日(金)	10:00	チャキチャキ防火パレード	地域防災対策室 (☎ 37-2121)
3月2日(土)	10:00	はじめての薬膳教室	生涯学習課 (☎ 37-2187)
3月11日(月)	14:35	相馬市東日本大震災追悼式	社会福祉課 (☎ 37-2205)
3月17日(日)	14:00	そうま音楽夢工房第79回演奏会	生涯学習課 (☎ 37-2187)
3月23日(土) ～3月24日(日)	14:00	第9回エル・システム子ども音楽祭 in 相馬	一般社団法人エル・システム ジャパン (☎ 03-6811-7077)


おくやみコーナー

市は、遺族の負担軽減を目的に、死亡届提出後の必要な手続きをワンストップで行うことができるおくやみコーナーを設置しています。

詳細は問い合わせまたはホームページを確認ください。

●問い合わせ先 市民課 (37-2138)

●ホームページはこちら



おくやみコーナー

「相馬地方広域水道企業団からのお知らせ」 水道水のモニタリング結果

相馬地方広域水道企業団の水道水に放射性物質は検出されていません。飲料水として全く問題ありませんので、安心ください。

検査月日	真野ダムが水源の水		相馬第1・第2・第3・第5水源が水源の水	
	放射性ヨウ素	放射性セシウム	放射性ヨウ素	放射性セシウム
1月10日	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)
1月17日	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)
1月24日	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)

「ND」は「Not Detected」の略。
検出限界値1ベクレル/kg以下であることを示します。

- 測定機関
相馬地方広域水道企業団
- 分析装置
ゲルマニウム半導体検出器
- 検査頻度
週1回



【問い合わせ先】
相馬地方広域水道企業団
施設課 (☎ 35-6711)

相馬市内の交通事故発生状況

	発生件数	傷者数	死者数
令和6年1月	4	5	0
令和6年累計(A)	4	5	0
令和5年累計(B)	2	2	0
増減(A-B)	2	3	0

休日当番医 ※変更となる場合があります。

2月18日(日)	渡辺病院	新地町駒ヶ嶺	63-2100
2月23日(金)	阿部クリニック	中村一丁目	35-2553
2月25日(日)	菜のはなこどもクリニック	中村字川沼	36-8739
3月3日(日)	浜通りふれあい診療所	沖ノ内一丁目	26-7100
3月10日(日)	羽根田医院	沖ノ内二丁目	35-2970
3月17日(日)	すぎやまこどもクリニック	大曲字大毛内	26-5111

▽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)

休日歯科当番医 ※変更となる場合があります。

2月18日(日)	板倉歯科医院	南相馬市原町区	23-2462
2月23日(金)	菅野歯科医院	塚ノ町二丁目	36-1525
2月25日(日)	大町病院(歯科)	南相馬市原町区	24-2333
3月3日(日)	グリーン歯科	小泉字高池	35-5112
3月10日(日)	沖田歯科クリニック	南相馬市原町区	23-0303
3月17日(日)	大沼歯科医院	南相馬市鹿島区	46-5970

▽診療時間は9:00～16:00

