

休日の当番医

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
3月20日(水)	相馬中央病院	沖ノ内三丁目	36-6611
3月24日(日)	大石医院	中村字大町	35-3451
3月31日(日)	菅野医院	新地町谷地小屋	63-2388

※変更となる場合があります。
 ※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)。

3月の行事予定

(2月5日現在)

月日	行事名	場所
3月11日(月)	相馬市東日本大震災追悼式	市民会館
3月23日(土) 3月24日(日)	第9回エル・システム子ども音楽祭 in 相馬	市民会館

休日の当番歯科医

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
3月20日(水)	黒沢歯科医院	中村字桜ヶ丘	36-1414
3月24日(日)	河田歯科医院	南相馬市原町区	24-2969
3月31日(日)	相良歯科医院	南相馬市鹿島区	67-2525

※変更となる場合があります。診療時間は 9:00～16:00。 ※採血は医師の診断の上、行います。

献血に協力を

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	

新型コロナウイルスワクチン

特例臨時接種を終了します

国が新型コロナウイルス感染症のまん延防止を目的として全額公費で実施している「特例臨時接種」の期間は、3月31日(日)で終了します。

【新型コロナウイルスワクチン 接種】

本市の接種は次の日程で終了します。
 接種を希望する方は、余裕を持って申し込みください。

年齢	接種予約受付期限	ワクチン接種最終日
12歳以上の方	3月19日(火)	3月26日(火)
5～11歳の方	3月19日(火)	3月22日(金)
生後6カ月～4歳の方	3月13日(水)	3月15日(金)

●予約方法 市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター(☎377567)に申し込みください。

※接種日時などの詳細は申し込みの際に確認ください。
 ※3月31日(日)までに初回接種(5歳以上は2回、生後6カ月～4歳は3回)を完了できない場合、残りの接種は自費となります。

【市新型コロナウイルスワクチン 接種コールセンター】

3月29日(金)で終了します。
 4月1日(月)以降は保健センターに問い合わせください。

【新型コロナウイルスワクチン 接種証明書】

接種証明書の発行方法などが変更となります。

●コンビニ交付

3月31日(日)で終了します。

●紙による発行

引き続き保健センターで発行手続きを受け付けます。
 ※令和6年3月31日(日)までに接種した履歴に限る。

※接種証明書に印字される履歴は直近5回分。

●接種証明書アプリ

3月31日(日)で運用が終了します。
 4月1日(月)以降はアプリ

が起動しなくなります。
 ※アプリで取得した接種証明書が必要な方は、アプリ内の画像保存機能を利用して3月31日(日)までに保存ください。詳細はデジタル庁ホームページを確認ください。

デジタル庁
ホームページ
はこちら



【令和6年度以降の 接種体制】

国は、個人の重症化予防により重症者を減らすことを目的として、予防接種法上のB類疾病に位置づけ、「定期接種」として実施する方針です。
 ※接種を受ける努力義務や市からの接種勧奨の規定はありません。

ホームページ
はこちら



●問い合わせ先 保健センター(☎354477)

令和6年度がん検診のお知らせ

市は、「がん検診申込書（意向調査）」を各世帯へ郵送し、申し込みのあった内容に基づき、がん検診を実施しています。

意向調査は3年に1回で、直近では令和4年3月に実施しましたが、まだ申し込みをしていない方、申し込み内容に変更がある方は、保健センターに申し込みください。

検診はがんを早期発見し治療につなげるために行います。がんは、早期発見すれば90パーセント以上が治ります（※）。ぜひ、がん検診を受けましょう。

（※）出典：国立がん研究センター

●申し込み方法 申し込みフォーム、または電話で申し込みください。
※申し込みのあった方には、各検診の時期に合わせて通知を郵送します。

ホームページ
はこちら



申し込みフォーム
はこちら



●がん検診一覧表

検診名・内容	時期	場所	自己負担金
胸部検診（40歳以上の男女） 胸のレントゲン検査 ※市の特定健診と一緒に受けられます。	9月18日（水） ～10月25日（金）	▽市民会館 ▽各公民館 など	無料
大腸がん検診（40歳以上の男女） 2日間、自宅で便をとって提出する便潜血検査 ※市の特定健診と一緒に受けられます。	9月18日（水） ～10月25日（金）	▽市民会館 ▽各公民館 など	400円
胃がん検診（40歳以上の男女） バリウムによる胃部エックス線検査（レントゲン検査）または、胃内視鏡検査（胃カメラ）	11月26日（火） ～12月4日（水）	市民会館 ※胃部エックス線検査のみ。	900円
	6月～9月	登録医療機関 ※胃内視鏡検査のみ。	2,900円
乳がん検診（40歳以上の女性） 乳房のレントゲン検査（マンモグラフィ検査） ※2年に1度の検診。	6月～9月（12日間）	保健センター	1,000円
	7月～令和7年2月	▽公立相馬総合病院 ▽渡辺病院（新地町）	1,000円
子宮頸がん検診（20歳以上の女性） 綿棒などで子宮の入り口（頸部）を軽くこすり、細胞をとる検査 ※2年に1度の検診。	▽4月15日（月） ▽4月25日（木） ▽4月26日（金）	市民会館	600円
	7月～12月	▽公立相馬総合病院 ▽あらき産婦人科クリニック	1,700円

●留意事項

- ▽検診内容、時期などは変更になる場合があります。詳細は問い合わせください。
- ▽乳がん、子宮頸がん検診は2年に1度の検診です。その年の4月1日現在、偶数年齢の方および前年度検診を受けていない奇数年齢の方が対象です。
- ▽検診当日70歳以上の方、生活保護受給世帯の方は無料です。

●問い合わせ先 保健センター（☎35-4477）

お墓参りでの

火の取り扱いに注意ください

お墓参りは、火を使うことが多く、過去には市内でも墓地からの火災が発生しています。

お墓参りでは次の点に注意ください。

●注意事項

- ▽ろうそくや線香の火を点けたまま帰らない。
- ▽ろうそくや線香などから供物や供花を十分に離す。
- ▽風の強い日は線香に火を点けない。

▽着火物に、新聞紙などの飛散しやすい紙類を使用しない。

▽お墓参りが出たごみは、指定された集積所に捨てる。

▽ごみと一緒に、火の点いたままの線香やろうそくを捨てない。

◎

一人一人の心掛けで、火災は減らすことができます。安全・安心なお墓参りをしましょう。

●問い合わせ先 地域防災対策室 (☎372121)

スポーツアリーナそうま 利用予約開始日の変更

令和4年福島県沖地震の災害復旧工事などにより短縮していたスポーツアリーナそうまの利用予約開始日を次のとおり変更します。

●利用予約開始日時

使用日の3カ月前の月の1日8時

※3月までは、使用日の1カ月前の月の1日8時から予約開始です。

●公共施設予約システムの適用日時

4月1日(月)12時

※7月31日までの予約が可能。

●対象施設 ▽第一体育館=アリーナ、柔・剣道場 ▽第二体育館=アリーナ、軽運動場

●問い合わせ先 生涯学習課 (☎37-2278)

スポーツ少年団員 募集中

市内には、さまざまな種目のスポーツ少年団が結成され活動しています。

スポーツ少年団は、競うだけでなく「スポーツを楽しむこと」を目標に結成されており、仲間との集団行動により子どもたちの「心の成長」を促すとともに、「地域のキズナ」の中で子どもたちを支援する組織です。

各スポーツ少年団は、スポーツの得意不得意にかかわらず、興味を持つ小学生以上の子どもの入団を随時受け付けています。

スポーツを通して、楽しみながら豊かな心と強い体、そしてたくさんの方たちをつくりませんか。

●問い合わせ先 生涯学習課 (☎372278)

種目	登録スポーツ少年団名 (五十音順) ※中学校クラブ活動で組織されているものを除く。	
サッカー	相馬 FC スポーツ少年団	相馬サザン FC スポーツ少年団
	相馬サッカークラブ	相馬サッカースポーツ少年団
	相馬東部サッカークラブスポーツ少年団	
バスケットボール	相馬女子ミニバスケットボールスポーツ少年団	相馬籠球倶楽部スポーツ少年団
バレーボール	飯豊みずほバレーボールスポーツ少年団	磯部白波クラブスポーツ少年団
	大野ジュニアバレーボールクラブ	山上 JVC スポーツ少年団
	八幡ジュニアバレーボールクラブスポーツ少年団	若駒クラブスポーツ少年団
野球	相馬学童野球クラブスポーツ少年団	相馬ブラックジャガーズスポーツ少年団
剣道	泉武館	相馬市少年剣道教室スポーツ少年団
柔道	あすなる柔道塾スポーツ少年団	相馬市柔道教室スポーツ少年団
空手	相馬市空手道スポーツ少年団	
ボクシング	相馬キッズボクシングクラブ	
ソフトテニス	相馬 ST ジュニア	
陸上競技	Nexus one	



スポーツで“仲間・健康”まちづくり

NPO 法人そうま中央スポーツクラブ会員募集

そうま中央スポーツクラブは「総合型地域スポーツクラブ」として発足した、社会的な公益活動を行う特定非営利活動法人です。

「総合型地域スポーツクラブ」の主役は住民の皆さんです。一緒に育み発展させていきましょう。室内外を問わず、新種目やチームの加入も歓迎します。

◎申し込みは、各種目の連絡先に問い合わせください。

《枠内の見方》

種目・コース名称

- ①活動曜日・時間
- ②場所
- ③会費
- ④代表者 ⑤問い合わせ先

理事長 土肥義明
副理事長 大矢巖
副理事長 泉幸子

ラージボール卓球

- ①▽月曜日 9時30分～11時30分
▽土曜日 13時30分～15時30分
- ②スポーツアリーナそうま
- ③年額 2,000円
- ④⑤荒井喜美子 (☎ 090-9745-3533)

太極拳

- ①水・土曜日 9時30分～11時30分
- ②スポーツアリーナそうま
- ③月額 曜日ごとに500円
- ④⑤今野清身 (☎ 36-2590)

ソフトバレーボール

- ①月曜日 9時30分～11時30分
- ②スポーツアリーナそうま
- ③年額 2,000円
- ④⑤松本昭一 (☎ 090-7072-3153)

ブレイクダンス

- ①月曜日 19時30分～21時30分
- ②スポーツアリーナそうま
- ③1回 500円
- ④⑤渡辺英尊 (☎ 090-3336-3314)

シッティングバレーボール

- ①木曜日 14時～16時
- ②スポーツアリーナそうま
- ③年額 2,000円
- ④⑤寺島トミ (☎ 090-6259-3615)

ソフトミニバレーボール

- ①金曜日 13時30分～15時30分
- ②スポーツアリーナそうま
- ③年額 2,000円
- ④⑤木幡美佐子 (☎ 35-5812)

パドルテニス

- ①火曜日 9時30分～11時30分
- ②松川浦スポーツセンター
- ③年額 2,000円
- ④⑤泉幸子 (☎ 090-4049-0682)

将棋

- ①第2・4土曜日 10時～12時
- ②スポーツアリーナそうま
- ③年額 1,500円
- ④⑤大矢巖 (☎ 35-3983)

バドミントン

- ①▽木曜日 19時～21時 (小学生)
▽土曜日 9時～13時 (小学生)
▽土曜日 10時～12時 (一般)
▽日曜日 9時～13時 (中学生)
- ②スポーツアリーナそうま
- ③▽一般=1回 200円
▽小・中学生=月額 1,000円
- ④⑤土肥サタ (☎ 26-7114)

ホームページは
こちらから

そうま中央スポーツクラブ



全国の戸籍証明書などが

請求できるようになりました

戸籍法の一部を改正する法律が3月1日から施行され、これまで本籍地市区町村に限られていた戸籍証明書などの請求が、新たに本籍地以外の市区町村でもできるようになりました。この改正によって、転籍などにより本籍地が複数あった方や本籍地を管轄する市区町村が遠くにある方も、近くの市区町村窓口で戸籍証明書などを請求できます。

母など)▽直系卑属(子、孫など)

※代理人は請求できません。

※請求には顔写真付き本人確認書類(マイナンバーカードなど)が必要です。

ホームページはこちら

戸籍原本などの広域交付



●請求できる方 ▽本人▽配偶者▽直系尊属(父母、祖父

372137) ●問い合わせ先 市民課(☎

3月1日~3月7日

子ども予防接種週間

この週間は、日本医師会、日本小児科医学会、厚生労働省が主催し、保護者などの予防接種に対する関心を高め、予防接種率の向上を図るものです。

●実施期間 3月1日(金)~3月7日(木)

●留意事項 4月に入園・入学するお子さんの保護者の方は、接種していない予防接種がないか母子手帳で確認しましょう。接種したか不安な場合は、問い合わせください。

●問い合わせ先 保健センター (☎ 35-4477)

ホームページはこちら

日本医師会



開催します

第9回エル・システマ

子ども音楽祭 in 相馬

●日時

▽3月23日(土) 14時開演

▽3月24日(日) 14時開演

※両日とも13時15分開場。

●場所 市民会館大ホール

●内容

▽23日(土) 吹奏楽ステージ・コーラスステージⅡ式典のための行進曲「栄光をたたえて」、チム・チム・チェリーほか

▽24日(日) オーケストラステージ・オーケストラ&コーラスによるグラウンドファイナルⅡ「カルメン」組曲第1番・第2番より抜粋 ほか

●出演者

▽相馬子どもオーケストラ&コーラス

▽中村第一中学校吹奏楽部

▽中村第二中学校吹奏楽部

▽向陽中学校吹奏楽部

▽指揮Ⅱ古橋富士雄(コーラス)、木許裕介(オーケストラ)

▽ピアノⅡ野間春美

▽司会Ⅱ田添菜穂子

●入場料 無料(全席自由席)

●入場方法 予約不要で入場

できます。

※どなたでも入場できますが、満席時は整理券がある方を優先的に案内する場合があります。

●整理券配布 次の場所で両日共通の整理券を配布します。

▽市役所1階生涯学習課

▽市民会館

▽オアシス楽器(相馬店・音楽センター・原町店・亘理店)



●問い合わせ先 一般社団法人エル・システマジャパン(☎

03-6811-7077)

相馬税務署からのお知らせ

令和5年分の確定申告期限と納期限

●申告所得税および復興特別所得税・贈与税 3月15日(金)

●消費税および地方消費税 4月1日(月)

令和5年分の確定申告分の振替日

●申告所得税および復興特別所得税 4月23日(火)

●消費税および地方消費税 4月30日(火)

納税には、便利な振り替え納税を利用ください

振り替え納税は、預貯金残高を確認しておくだけで金融機関の預貯金口座から自動的に納税ができる大変便利な制度です。

◎詳細は問い合わせください。

●問い合わせ先 相馬税務署 (☎ 363111)

あなたの自動車は 正しく登録されていますか？

自動車税(種別割)は、4月1日午前0時時点で車検証上の所有者(割賦販売の場合は使用者)に課税されます。

自動車を下取りや他人に譲渡、廃車した場合などは、3月末日までに必ず運輸支局で名義変更や抹消登録の手続きを行ってください。

また、車を所有する方が亡くなった場合も、必ず運輸支局で相続する方への名義変更や抹消登録などの手続きを行ってください。

の転送を希望する方は、最寄りの郵便局へ「転居届」の提出をお願いします。

●問い合わせ先

【自動車税に関すること】
相双地方振興局(☎261127)

【自動車の登録手続きに関すること】

▽国土交通省東北運輸局福島運輸支局登録部門(☎0501544012015)

▽いわき自動車検査登録事務所(☎0501544012016)

相馬野馬追観覧券 ・ポスター販売中

相馬野馬追観覧前売券(5月26日(日)南相馬市原町区雲雀ヶ原祭場地の入場券)およびポスターを5月25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。

●ポスター 300円

●販売場所 千客万来館

●留意事項 令和6年度より相馬野馬追開催日は、5月最終土・日、月曜日になります。

●問い合わせ先 商工観光課(☎26-4848)



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 3月13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)

作品募集

相馬の歴史・文化 フォトコンテスト

市観光協会は、市内の歴史や文化を題材にした第8回相馬の歴史・文化フォトコンテストを開催します。

市の歴史的魅力を発信する作品をぜひ応募ください。

●応募規定

▽四つ切ワイドまたは四つ切

※一人2点以内。

▽令和6年以降、市内で撮影した未発表のもの。

●応募資格 どなたでも応募できます。

●応募期間 5月1日(水)

～10月31日(木)

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

●入選作品 入選作品は表彰

し、次のとおり展示します。

▽日程 11月7日(木)～11月20日(水)

▽場所 千客万来館

●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。

▽選考後、入選作は、画像データを提出すること。

▽入選作品の使用権は主催者側に帰属し、出版物などに無償で使用させていただきます。

ホームページはこちら



フォトコンテスト

●応募・問い合わせ先 市観光協会(☎353300)

詠進歌の募集

令和7年歌会始 お題は「夢」

●詠進要領

▽詠進歌 1人1首

▽自作の短歌を1人1首

※未発表のものに限る。

▽書式 半紙を横長に用い、

右半分にお題と短歌、左半分

に郵便番号、住所、電話番号、

氏名(本名、ふりがな付き)、

生年月日、性別、職業を縦書

きすること

▽用紙 半紙とし、毛筆で自

書すること

●応募期限 9月30日(月)

●応募先 〒100-8111

1宮内庁(封筒に「詠進歌」と書き添えてください)

◎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



歌会始の詠進要領

●問い合わせ先 「宮内庁式部職」宛てに郵便番号、住所氏名を明記し、返信用切手を貼った封筒を添えて9月20日(金)までに問い合わせください。

わくわくランドイベント情報

わくわく感謝祭月間

陶芸教室

- 日時 3月23日(土)
▽10時30分～12時
▽13時30分～15時
 - 場所 わくわくランド多目的ホール
 - 内容 500グラムの粘土を使用した作品(マグカップや皿など)作り など
 - 定員 各回15人
 - 対象 小学生以上
 - 参加費 500円
 - 申し込み方法 電話で申し込みください(先着順)
 - 受付開始日時 3月8日(金) 10時
- ※1回の申し込みにつき、2人まで。

新地発電所見学

- 日時
①3月26日(火)～3月29日(金)
▽10時30分～11時30分
▽13時30分～14時30分
- ②3月31日(日)▽10時30分

- 日時 11時30分▽13時30分～14時30分▽14時45分～15時45分
- 場所 新地発電所敷地内
- 内容
①新地発電所建屋内タービンフロアおよび小窓から中央制御室を見学(徒歩)
②新地発電所構内、5号埠頭を見学(バス)
- 定員
①各回1組(1組4人まで)
②各回20人
- 対象
①小学生以上
②未就学児の付き添い不可。
③どなたでも
- 参加費 無料
- 申し込み方法 電話で申し込みください(先着順)
- 受付開始日時 3月6日(水) 10時
- 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)

令和6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。
●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)

◎詳細は問い合わせください。

募集項目	受付期限	応募資格	試験日程
予備自衛官補(一般)	4月11日(木) ※締切日必着。	18歳以上52歳未満の方	4月6日(土)～21日(日) ※いずれかの1日を指定。
予備自衛官補(技能)		18歳以上で国家免許資格などを有する方 ※資格により年齢上限は、53歳未満～55歳未満。	
一般幹部候補生(大卒程度) ▽一般要員=陸上自衛隊・海上自衛隊・航空自衛隊 ▽音楽要員=陸上自衛隊・航空自衛隊 ▽飛行要員=海上自衛隊・航空自衛隊	①3月1日(金)～4月12日(金) ②4月24日(水)～6月13日(木) ③8月26日(月)～9月26日(木) ※締切日必着。	22歳～26歳未満の方 ※20歳～22歳未満の大卒(見込み含む)の方および、28歳未満の修士課程を修了した方(見込み含む)も受験可能。	①1次試験=4月20日(土)・21日(日) ②1次試験=6月22日(土) ③1次試験=10月5日(土) ※①で採用予定人員数を満たす採用が見込まれる場合、②以降の試験を実施しません。
一般幹部候補生(院卒) ▽一般要員=陸上自衛隊・航空自衛隊 ▽一般要員(理・工学)=海上自衛隊 ▽飛行要員=航空自衛隊		20歳～28歳未満の方 ※修士課程を修了した方(見込み含む)など。	

3月は「福島県自殺対策強化月間」です

一人で悩まず、家族・友人への相談のほか、匿名でも相談できるSNS相談や電話相談を利用ください。

よりよいホットライン **0120-279-226**※24時間対応、通話無料。

※LINEなどのSNSやチャットで相談する場合は、「まもろうよこころ」で検索ください。

◎図書館では期間中、関連図書の企画展示を開催します。ぜひ立ち寄りください。

●問い合わせ先 保健センター (☎35-4477)

