

お知らせ

休日の当番医

1月1日(水)	早川医院	中村字泉町	37-3500
1月2日(木)	阿部クリニック	中村一丁目	35-2553
1月3日(金)	渡辺病院	新地町駒ヶ嶺	63-2100
1月5日(日)	桜ヶ丘さいとう整形外科	中村字桜ヶ丘	35-1333
1月12日(日)	わたなべ胃腸内科	大曲字大毛内	26-5061
1月13日(月)	すぎやまこどもクリニック	大曲字大毛内	26-5111
1月19日(日)	米村胃腸科内科医院	中村一丁目	35-2880
1月26日(日)	相馬中央病院	沖ノ内三丁目	36-6611

※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)。

1月の行事予定

(令和6年12月3日現在)

月日	行事名	場所
1月12日(日)	相馬市成人式～二十歳のつどい～	市民会館
1月14日(火)	第46回どんと祭	長友グラウンド
1月19日(日)～5月31日(土)	イチゴ狩り	和田観光いちご園
1月25日(土)	そうま音楽夢工房第82回演奏会 アルトサクソフォンとピアノによる コンサート ～フランスの香りを感じて～	市民会館

休日の当番歯科医

1月1日(水)	菅野歯科医院	塚ノ町二丁目	36-1525
1月2日(木)	荒川歯科医院	南相馬市原町区	23-3428
1月3日(金)	黒沢歯科医院	中村字桜ヶ丘	36-1414
1月5日(日)	ちば歯科ファミリークリニック	中村字桜ヶ丘	26-8901
1月12日(日)	板倉歯科医院	南相馬市原町区	23-2462
1月13日(月)	グリーン歯科	小泉字高池	35-5112
1月19日(日)	すすむ歯科医院	南相馬市原町区	26-1062
1月26日(日)	相馬中央病院(歯科)	沖ノ内三丁目	36-6611

※変更となる場合があります。診療時間は 9:00～16:00。

献血に協力を

月日	時間	場所
1月5日(日)	10:00～12:00	エイトタウン相馬
	13:30～16:00	
1月29日(水)	10:00～12:00	オリエンタルモーター(株)
	13:30～14:30	相馬警察署
	15:00～16:00	相馬看護専門学校

※採血は医師の診断の上、行います。

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います。20歳の誕生日が近くなると、日本年金機構から国民年金加入についての案内が送付されます。その後、20歳になつてからおおむね2週間以内に「基礎年金番号通知書」「国民年金加入のお知らせ」「国民年金保険料納付書」などが送付されます(厚生年金に加入している方を除く)。「基礎年金番号通知書」は従来の年金手帳に代わって交付されるもので、就職して厚生年金に加入するときや将来年金を請求するときなどに必要になりますので、大切に保管してください。

●生涯にわたる保障
 国民年金には、老後のための老齢基礎年金だけでなく、病気や事故で障がいが残ったときに受け取れる障害基礎年金や、死亡したときに家族が受け取れる遺族基礎年金などがあります。保険料の未納がある場合、これらの年金が受け取れない場合があります。

【保険料の納付方法】

保険料は送付された納付書で金融機関やコンビニエンスストアで納付するほか、スマートフォンアプリを利用した納付も可能です。まとめて前払いすることで割り引きがされるお得な前納制度もあります。

【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、未納のままにせず、納付が免除または猶予される「免除・納付猶予制度」「学生納付特例」を利用ください。※詳細は日本年金機構ホームページを確認ください。

ホームページはこちらから

20歳になったとき



●問い合わせ先

▽保険年金課(☎372-141)
 ▽日本年金機構相馬年金事務所(☎365-172)

光陽クリーンセンター工事に伴う

ごみ減量にご協力いただきありがとうございました

令和6年9月から実施していた光陽クリーンセンター(ごみ焼却場)の大規模修繕工事は、令和6年11月末日をもって完了しました。市民の皆さんには、ごみの減量にご協力いただきありがとうございました。

●問い合わせ先 生活環境課(☎37-2143)

受講者募集

介護に関する入門的研修

県は、介護の基本的な知識・技術などを学ぶ研修を開催します。

就労の相談も行います。

●日時・内容 以下の通り

●場所 南相馬市社会福祉協議会中会議室（南相馬市原町区小川町322-1）

●定員 20人（先着順）

●受講料 無料

●申し込み方法 電話、メール、ファクスのいずれかの方法で申し込みください。

●申込期日 1月25日（土）

●申込・問い合わせ先 一般社団法人福島県介護福祉士会

（☎・ファクス024-983-1848）

▽メール jaccw_fukushima@ybb.ne.jp

●日時・内容（全4回）

日程	時間	内容
2月1日（土）	9:30～15:30	▽介護に関する基礎知識▽介護の基本 など
2月2日（日）	9:30～16:30	▽認知症の理解▽介護における安全確保
2月15日（土）	9:30～16:30	基本的な介護の方法（食事介助など）
2月16日（日）	9:30～15:30	基本的な介護の方法（入浴介助など）

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 1月22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）

市勤労者互助会

第43回新春交流パーティー

を開催します

市勤労者互助会は、会員の親睦と交流を図るため、新春交流パーティーを開催します。当日は、多数のゲスト出演や豪華賞品が当たる福引大会などを予定しています。

家族や友人をお誘いの上、ぜひ参加ください。

●日時 1月25日（土） 18時30分

※開場 18時。

●会場 音屋ホール（馬場野字岩穴前202 ☎321717）

●会費

▽勤労者互助会会員の大人（中学生以上） 2,000円

▽勤労者互助会会員の子ども（小学生以下） 1,000円

▽会員以外の大人（中学生以上） 3,000円

▽会員以外の子ども（小学生以下） 1,000円

●定員 80人（先着順）

※応募多数の場合、会員を優先する場合があります。

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。

ホームページはこちら



●申し込み方法 参加申込書に必要事項を記入の上、申し込みください。
※参加申込書は、市役所2階 商工観光課で配布するほか、ホームページからダウンロードできます。

●申込期限 1月10日（金）

●申込・問い合わせ先 商工観光課（☎372154、ファクス372251）

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

相馬地方よろず街道絵図帖



●問い合わせ先 商工観光課（☎372154）