

お知らせ版

物価高対応子育て応援手当を支給します

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。

市は、物価高騰などの影響を受けている子育て世帯を支援するため、物価高対応子育て応援手当を支給します。

●対象児童

▽令和7年9月分（令和7年9月に生まれた児童については10月分）の児童手当の支給対象児童

▽令和7年10月1日～令和8年3月31日に生まれた児童

●支給対象者 対象児童を養育する保護者で次のいずれかに該当する方

▽対象児童の児童手当受給者

▽離婚など（離婚調停中などを含む）により令和7年10月1日以降、市において児童手当の受給者となった方

●支給額 20,000円

※児童1人当たり。

●申請不要な方 次のいずれかに該当する方

▽市で令和7年9月分の児童手当を受給している方

▽令和7年10月1日以降に生まれた児童分の児童手当新規認定（額改定認定）請求を市に対して行った方

※申請が不要な方には、2月

6日以降にお知らせを送付しています。

●申請が必要な方

次のいずれかに該当する方

▽離婚など（離婚調停中などを含む）により令和7年10月1日～令和8年3月31日に児童手当の申請が必要になった方

▽令和7年9月分の児童手当を市から受給後に受給者の変更があった方

▽令和7年9月30日時点で、所屬庁から児童手当を受給しており、市に住民登録がある公務員

▽令和7年10月1日以降に生まれた児童分の児童手当新規認定（額改定認定）請求を所屬庁へ行った時点において、市に住民登録がある公務員

▽そのほか、市の物価高対応子育て応援手当の支給対象者で申請が必要な方

●提出書類

▽物価高対応子育て応援手当申請書

※公務員は所屬庁の証明が必要。

▽本人確認書類（マイナ

ン

要です。

▽本人確認書類（マイナ

バーカード、運転免許証などの写し）

▽振込先口座確認書類（受取口座の内容が分かる通帳やキャッシュカードの写し）

※口座振り込みによる支給を希望する方のみ。

●支給方法

申請が不要な方には、児童手当振込時の指定口座または別途届け出済みの方法により支給します。

申請が必要な方には、次のいずれかの方法で支給します。

▽申請時に指定した口座への振り込み

▽セブン銀行（ATM）受取サービス（口座登録不要）

※同サービスは、全国のセブンイレブン内設置のセブン銀行ATMから手数料の負担なしで24時間いつでも現金で受け取ることができ

る、口座の登録が不要なサービスです。同手当の受け取りは令和8年4月以降となり、申請受付後に郵便

はがきなどで受け取り方法をお知らせします。

●支給予定日 2月下旬から順次

●申請方法 次のいずれかの方法で申請ください。

▽ホームページ内の申請フォーム

▽郵送

▽市役所1階こども家庭課窓口へ直接申請

※申請フォームからの申請に協力ください。

※申請書などは、ホームページからダウンロードまたはこども家庭課で配布します。

●申請期間 2月16日（月）～3月31日（火）

※新生児は4月15日（水）まで

※郵送の場合、当日消印有効

◎詳細はホームページを確認または問い合わせください。

こども家庭課（☎372204）

ホームページはこちら



チャキチャキ防火パレードの

交通規制に協力ください

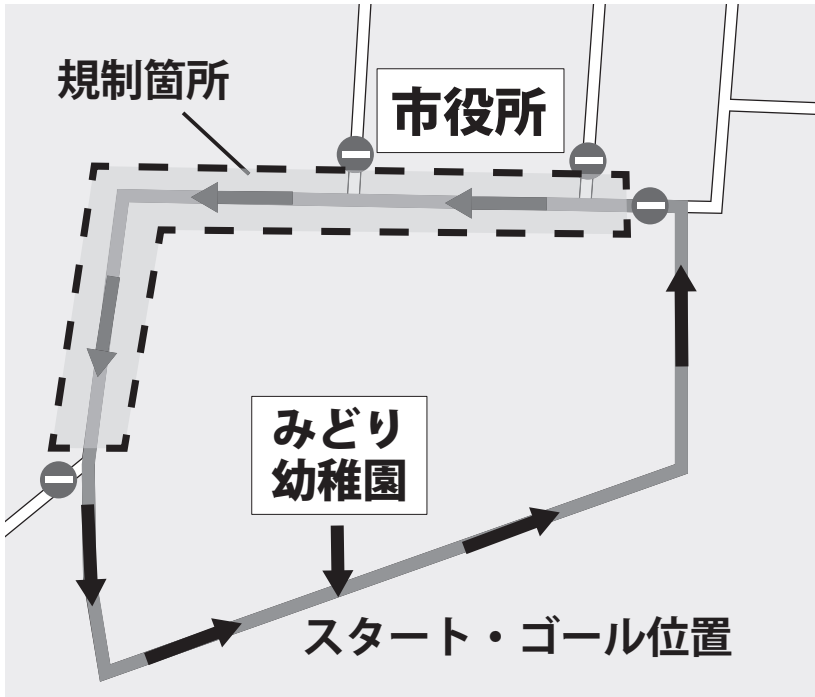
3月1日から7日までの春季全国火災予防運動の一環として、みどり幼稚園園児によるチャキチャキ防火パレードが実施されます。
パレード通過時に、一部区間が通行規制となりますので、協力をお願いします。

●規制日時 2月27日(金) 10時～11時

●パレードルートおよび規制箇所 左図のとおり

●問い合わせ先 地域防災対策室(☎372121)

●パレードルートおよび規制箇所



令和8年度

相馬市小規模修繕契約希望者

登録申請受け付け

●受付期間 3月2日(月)～3月31日(火)

●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

◎詳細はホームページを確認または問い合わせください。

●申請・問い合わせ先 財政課(☎372124)

東日本大震災追悼式



市は、東日本大震災から15年を迎えるに当たり、犠牲になられた方々へ哀悼の意を表し、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(水) 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(☎37-2258)

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(水) 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(☎37-2258)



●通行規制箇所



新小泉橋の今後の予定

をお知らせします

相双建設事務所



県は、令和元年10月の台風19号により被災した小泉川の河川改修工事を令和2年度より実施しています。
現在、川幅を広げるために架け替え中の「県道新小泉橋（県道121号日下石新沼線）」について、長期間にわたり、ご不便をおかけしている状況で

すが、令和8年度中の完成に向けて工事を進めています。引き続き、工事へのご理解、ご理解、ご協力をお願いします。
●通行規制箇所 左図のとおり
●今後の予定
▽片側交互通行開始 12月末

▽全線開通 令和9年3月末
※工事の進捗よく状況により変更する場合があります。
◎詳細はホームページを確認ください。
●問い合わせ先 県相双建設事務所（☎261260）

日本政策金融公庫 「国の教育ローン」 のお知らせ

高校、大学などへの入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さん1人につき350万円以内を、固定金利（年3・15パーセント）（1月5日現在）で利用でき、在学期間内は利息のみの支払いとすることが出来ます。
◎詳細はホームページを確認または問い合わせください。

ホームページはこちら



●問い合わせ先 教育ローンコールセンター（☎0570-008656または☎03-5321-8656）

これであなたもごみマイスター！ その23

ごみの分別リサイクルについて正しく学び、「ごみマイスター」を目指しましょう！

●問い合わせ先 生活環境課（☎37-2143）

ごみステーションは利用者全員できれいに使しましょう

ごみステーション周辺にごみが散乱していたり、ごみの分別がしっかりされていないとの情報が、市に寄せられています。気付いた人が落ちているごみを拾うなど、ごみステーションは利用者全員できれいに使用するように心掛けましょう。また、収集日が間違っている、分別ができていないなど、正しくごみが出されていない場合は、黄色い啓発用シールを貼り付けて収集しませんので、そのごみを出した人は正しく出し直しましょう。

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

地産地消とは、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、運搬距離が短いため、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、地産地消を推し進めていきましょう。

地元の農産物は、相馬復興市民市場「浜の駅松川浦」やJAふくしま未来「ふれあい旬のひろば」などで購入することが出来ます。



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
こちらから



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
こちらから



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
(☎ 372147)

カードに関する手続きは予約が必要です

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。

平日の来庁が難しい方は、夜間・休日窓口でマイナンバーカードの申請や受け取りができます。

※現在マイナンバーカード本体の更新対象者が増えています。そのため、マイナンバーカードに関する手続き（オンラインや郵送で申請した方のカードの受け取りを含む）については全て事

前予約の上、来庁ください。

●夜間窓口 17時15分～18時45分

▽2月18日（水）▽2月25日（水）▽3月4日（水）▽3月11日（水）

●休日窓口 3月8日（日）

9時～14時45分

ホームページは
こちらから



マイナンバーカード

●予約・問い合わせ先 市民課（☎ 372138）

●市で対応しているマイナンバーカードに関する手続き

手続き名	市役所1階市民課	各公民館（中央公民館を除く）
カードの作成の申請（新規・更新・再発行）	○	○
カードの受け取り	○	×
電子証明書の更新	○	×
暗証番号の再設定	○	×

※夜間・休日窓口は、市役所1階市民課のみです。

市税の2月分の納期限

3月2日（月）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、国民健康保険税は、地方税統一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



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）も行える日があります。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）	月曜日 15時～17時	▽予約制 ▽1回の相談時間は30分
		弁護士 （杜都法律事務所）	▽3月5日（木） ▽3月19日（木） 13時～16時30分	
	登記、相続、会社、借地・借家、災害関係など	司法書士	▽3月6日（金） ▽3月27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10日（火） 10時～12時	予約不要
交通事故相談 ※	交通事故の被害者や加害者になった場合の事故後の手続きや損害賠償請求、示談交渉の仕方など	交通相談所所長	▽3月5日（木） ▽3月19日（木） 10時～16時	予約優先制
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。

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

生活困りごと相談 （生活サポート 相談センター）

●日時 3月13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25日（水）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）

無料法律相談 の案内

市社会福祉協議会

消費生活相談通信 その19

【新生活を始める若者の消費者トラブルに注意】

新生活を始める若者は、知識や経験が乏しいこともあり、言葉巧みに勧誘されて内容をよく理解しないまま契約を結んでしまうなど、消費者トラブルに巻き込まれやすい傾向があります。18歳からは、成年として一人で契約ができるようになります。特に、美容・医療系、ネット回線など通信系の契約や、SNS上での詐欺・高額費用請求などのトラブルが多くなっていますので注意しましょう。

●対策 ▽「あなただけ今だけお得」「絶対に儲かる」などうまい話に飛びつかない▽不要ならばきっぱり断る▽契約内容、支払総額をよく確認する▽迷ったときは一人で判断せず契約前に家族に相談する▽ネットの情報に流されない▽借金をしてまで契約しない▽困ったときは、すぐに消費生活相談窓口相談する

●問い合わせ先 ▽消費生活相談窓口（生活環境課）（☎ 37-2144）▽県消費生活センター（☎ 024-521-0999）

市営住宅団地入居者募集

「統計の日」標語募集

●申込期間 2月16日(月)～2月27日(金)

●申し込み資格 次の全ての要件を満たす方

- ▽税金を滞納していないこと
- ▽自己名義の居住用建物(共有名義含む)がないこと
- ▽暴力団員でないこと
- ▽夫婦の場合は、2人とも入居すること

●単身入居申し込み資格 単身入居申し込みの方は、上記の申し込み資格に加え、次のいずれかに該当する必要があります。

- ▽満60歳以上の方
- ▽障害者手帳の交付を受けている方(等級条件あり)
- ▽生活保護を受けている方

●募集団地

	団地名	タイプ	募集戸数	家賃	駐車場
1	刈敷田	3LDK (アパート・4階建て)	2	20,000円～ 39,300円	1台/1世帯
2	黒木田	3LDK (アパート・3階建て)	2	21,600円～ 42,400円	1台/1世帯
3	程田 明神前	2LDK (戸建て・2階建て)	1	17,800円～ 35,000円	専用駐車場有
4	山信田	2LDK (戸建て・平屋)	1	15,100円～ 29,600円	専用駐車場有
5	南戸崎	2DK (集合・共同・長屋)	1	11,900円～ 23,500円	1台/1世帯
6	細田東	2DK (集合・共同・長屋)	2	12,500円～ 24,500円	1台/1世帯
7	狐穴	2DK (集合・共同・長屋)	1	11,200円～ 22,000円	1台/1世帯

※上記5～7は、一部設備(洗濯機など)が共同になります。
※上記1・2・5～7は、家賃とは別に車1台当たり1,500円の駐車場使用料が負担となります。

収入基準を満たす必要があります。

- ▽一般世帯 月額所得が15万8千円以下であること
- ▽裁量世帯 月額所得が21万4千円以下であること
- ※裁量世帯は次のいずれかに該当する世帯です。
- ▽入居者または同居者が障害者手帳の交付を受けている世帯
- ▽入居者が60歳以上、かつ、同居者がいずれも60歳以上または18歳未満である世帯
- ▽同居者に小学校就学前の方がいる世帯

●留意事項

- ▽入居時に家賃3カ月分の敷金および保証人(1人)が必要です。
- ▽修繕が必要な部屋は、作業の進行状況によって入居が遅れることがあります。
- ▽応募者多数の場合、戸建ておよび3LDKタイプの部屋は人数の多い世帯を優先することがあります。
- ◎詳細は問い合わせください。
- 申込・問い合わせ先 建築課(☎372179)

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 4月30日(木)

●応募方法 ホームページから応募用紙をダウンロードし、応募先まで応募ください。

※1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

▽郵送 〓〒162-8668 東京都新宿区若松町19-1 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宛
▽メール 〓 toukeinohi@

soumu.go.jp

※件名は、「【応募】統計の日の標語」としてください。

▽応募フォーム 〓左記QRコードから申し込みください。

応募フォームはこちら



●入選作品の決定・発表 月予定 6

ホームページはこちら



●問い合わせ先 企画政策課 (☎372218)



@soma_city

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

学生・既卒者の皆さんへ

ふくしま企業説明会&

業界研究会

福島労働局と県は、次のとおり県内企業の説明会を開催します。若手社員交流会も同時開催しますので、ぜひ参加ください。

●日時 3月3日(火) 13時～15時30分

●場所 ビッグパレットふくしま(郡山市南二丁目52)

●対象

▽令和9年～令和11年3月に大学などを卒業予定の方

▽令和6年3月以降に大学などを卒業した方

◎詳細はホームページを確認ください。

ホームページはこちら



ふくしま企業説明会など

●問い合わせ先

福島労働局(☎024-529-5396)

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15年を迎えるに当たり、来館者にふくしま復興への思いや夢をキャンドルホルダーに描いてもらい、震災犠牲者への追悼の意を込めて、キャンドルに明かりをとします。ぜひ来館ください。

●日時 3月11日(水) 14時～19時30分

●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)

◎当日はワークショップも予定しています。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(☎26-1116)

参加者募集

涼ヶ岡八幡神社

保存修理工事現場見学会

涼ヶ岡八幡神社では、令和5年度から5カ年計画で国指定重要文化財建造物の保存修理事業を実施しています。

現在、境内にある7棟全ての重要文化財で保存修理工事をしており、修理作業の様子を見ることが出来ます。

次のとおり現場見学会を開催しますので、この機会にぜひ参加ください。

●開催日 3月1日(日)

※雨天決行。

●時間(全4回) ▽11時～11時50分 ▽13時～13時50分 ▽14時～14時50分 ▽15時～15時50分

●参加費 無料

●申し込み方法 市内在住の方は申し込み不要です。市外在住の方は、申し込みフォームから申し込みください。

※見学人数に上限があるため、同フォームからのメールの返信をもって申し込み完了となります。

申し込みフォームはこちら



●申込期限 2月28日(土)

●留意事項 当日は、動きやすい服装でお越しください。

※ハイヒールなどは遠慮ください。

●問い合わせ先 涼ヶ岡八幡神社(☎364342)

令和8年1月13日より おでかけミニバスが新しくなりました

おでかけミニバスの運行方法が、令和8年1月13日より新しくなりました。週3回、1日5便、自宅前までお迎えします。

ホームページはこちら



利用する方は
2点をチェック!

- ①利用登録申請が必要です!
- ②乗車予約が必要です!

●問い合わせ先 企画政策課(☎37-2132)

わくわく感謝祭

●開催日 3月1日(日)

●場所 わくわくランド

●参加費 無料

※小学生以下の方には保護者が同伴ください。

【ふれあい動物園】

●時間

▽10時10分～12時

▽13時10分～15時

※20分の入替わり制。

●場所 多目的ホール

●内容 ウサギ、モルモット

などの触れ合いやヤギ、は

虫類などの展示

※動物は変更になる場合があります。

●定員 なし

●申し込み方法 当日申し込

みください。

●登録番号 石巻ペットセン

ター展示240485300

3号(令和6年10月9日～令

和11年10月8日)

●動物取扱責任者 高橋秀洋

【IH体験会ふわもこデコケーキづくり】

●時間 ▽10時～10時30分▽

10時50分～11時20分▽11時40分～12時10分▽13時30分～14時▽14時20分～14時50分

●場所 ふれあいキッチン

●内容 IHクッキングヒーターを使ったミニケーキ作り

●定員 各回8人

●対象 3歳以上

●申し込み方法 来館の上、

申し込みください(先着順、

1回1組4人まで)。

※電話での申し込みは不可。

●受付開始日時 2月21日

(土) 10時

【わくわく工作】

●時間 ▽10時30分～12時▽

14時～15時30分

※所要時間は20分程度。

●場所 エントランスホール

●内容 色付き砂や貝殻を入れたカラーサンドボトル作り

●定員 70人

●対象 3歳～小学生

●申し込み方法 当日申し込

みください。

【発電所クイズラリー】

●時間 10時～15時30分

●場所 展示室・エントラン

スホール

●内容 新地発電所に関する

クイズに挑戦できます。クイ

ズに挑戦した方はくじ引きに

参加できます。

●定員 なし(1人1回まで)

※くじ引きは数に限りがあり

ます。

IH 体験会ミニクッキング

●日時 3月7日(土)・8日(日)

10時～12時

※調理時間は約20分。

●内容 餃子の皮を使ったミニピザ

作りなど

●場所 ふれあいキッチン

●定員 各日20人(合計40人)

●対象 3歳以上

※小学生以下の方には保護者が同伴

ください。

●参加費 無料

●申し込み方法 当日申し込みくだ

さい(先着順、1組6人まで)。

●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(☎62-4722)

JICA 海外協力隊 2026 年春募集説明会



ホームページ
はこちらから

独立行政法人国際協力機構(JICA)は、開発途上で現地の方と生活をしながら、互いに学び合い、人づくり国づくりに参加できるボランティアを募集しています。

JICA二本松では、次のとおり募集説明会を行いますので、気軽に来場ください。

●日時 3月20日(金) 13時～16時10分

※予約制です。

●場所 二本松青年海外協力隊訓練所(二本松市永田字長坂4-2)

◎詳細はホームページを確認

ください。

●問い合わせ先 JICA二

本松(☎0243-24-3

200)

200)

200)

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。



●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)



●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)



●問い合わせ先 放射能対策室(☎37-2270)

参加者募集

ちびっこ探険学校ヨロン島

国際青少年研修協会は、与論（よろん）島で国際交流イベントを開催します。

●開催期間 3月27日（金）～4月2日（木）

●場所 鹿児島県大島郡与論町

●内容 △イカダ作り▽海水浴▽洞窟探検 など

●対象 小学2年生～6年生

●定員 △日本人小学生130人▽在日外国人小学生50人

●申し込み方法 問い合わせ先に連絡ください。パンフ

レットと参加申込用紙を送付します。

●費用 △参加費▽旅費

●申込期限 3月5日（木）

◎詳細はホームページを確認ください。

ホームページはこちら

国際青少年研修協会



●問い合わせ先 公益財団法人国際青少年研修協会（☎03-6825-3130）

2026年福島県立医科大学

「県民健康調査」

国際シンポジウム

県立医科大学は、次のとおり国際シンポジウムを開催します。ぜひ来場ください。

●日時 3月12日（木）12時20分～18時10分

●場所 県立医科大学福島駅前キャンパス（福島市栄町10-6）

●定員 75人程度

◎詳細はホームページを確認ください。

ホームページはこちら

国際シンポジウム



●問い合わせ先 県立医科大学 阿部（☎024-581-5454）

献血に協力ください

月日	時間	場所
2月15日（日）	10:00~11:30	エイトタウン相馬
	13:00~16:00	

※採血は医師の診断の上、行います。

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14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）

保健センター通信

2月は「全国生活習慣病予防月間」です

生活習慣病は、食生活や運動不足、睡眠、ストレスなど日々の生活習慣が要因となり発症する病気です。身体活動が不足すると内臓脂肪型肥満が進み、高血圧や糖尿病など肥満関連疾患を招きます。さらに運動不足は、高齢者に多いフレイルの原因になります。フレイルは筋力や心身の活力が低下し、転倒や要介護リスクが高まる状態です。進行すると孤立感や精神的不調にもつながります。運動を習慣化し、食事や社会活動を意識して心身の健康を維持しましょう。

●問い合わせ先 保健センター（☎26-9422）

◎1月8日の3歳児健診でむし歯のなかったお子さんは、18人でした。

いわさき 岩崎 なな子さん	こまがた 駒形 あさひ 旭さん	おおたに 大谷 きこ 葵子さん	すずき 鈴木 めいれん 葵恋さん
かんの 管野 まな 真奈さん	にいづま 新妻 こうた 幸大さん	ないとう 内藤 あおい 蒼偉さん	いちじょう 一條 すずさん
にしうち 西内 るか 瑠花さん	かたおか 片岡 りょうま 良真さん	おおうち 大内 ゆうき 優希さん	しが 志賀 れん 玲武さん
やまぐち 山口 あお 空煌さん	もんま 門馬 もんま 堯来さん	いなやま 稲山 せん 千さん	たかの 高野 りこ 莉瑚さん
もんま 門馬 りと 莉都さん	なかがわ 中川 たいせい 大晴さん		

みんな素晴らしいね、むし歯ゼロ、歯磨きががんばろう！

いきいきそうま 健康ポイント 実施中！

皆さんの健康づくりの取り組みをポイント化しています。ポイントで県内協力店の特典を受けられるので、ぜひ参加して健康と特典をゲットしましょう。

ホームページはこちら



3月1日～3月31日の

市民会館の催し

(1月22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11日(水)	14:35	市東日本大震災追悼式	社会福祉課 (☎ 37-2258)
3月21日(土)	14:30	第11回エル・システム子ども音楽祭 in 相馬	エル・システムジャパン (☎ 03-6811-7077)
3月27日(金) ～3月29日(日)	10:00 (27日は 13:00)	第100回「こどもの"え"てんらんかい」など	ふれあいサポート館ア トリエ (☎ 36-5420)
3月28日(土)	11:00	そうま元気マルシェ	相馬盛り上げ隊 若松 (☎ 36-7611)

広報 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。パソコンやス
マホなどから、手軽に情報を確認
できますので、ぜひ利用ください。

広報そうまウェブ



相馬市内の交通事故発生状況

	物件事故 発生件数	人身事故 発生件数	傷者数	死者数
令和8年 1月	62	7	7	0
令和8年 累計 (A)	62	7	7	0
令和7年 累計 (B)	62	4	4	0
増減 (A-B)	0	3	3	0

「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7日	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)
1月14日	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)	ND (< 1)
1月21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)

休日当番医 ※変更となる場合があります。

2月15日(日)	渡 辺 病 院	新地町駒ヶ嶺	63-2100
2月22日(日)	羽 根 田 医 院	沖ノ内二丁目	35-2970
2月23日(月)	相 馬 中 央 病 院	沖ノ内三丁目	36-6611
3月1日(日)	杉 本 医 院	小泉字高池	36-3650
3月8日(日)	ふなばし内科クリニック	中村字塚田	35-1500
3月15日(日)	早 川 医 院	中村字泉町	37-3500

▽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15日(日)	山 本 歯 科 医 院	中野字寺前	35-2853
2月22日(日)	河 田 歯 科 医 院	南相馬市原町区	24-2969
2月23日(月)	馬 陵 歯 科 診 療 所	中村字塚田	36-1888
3月1日(日)	草 野 歯 科	南相馬市原町区	24-3663
3月8日(日)	ヒロシ歯科クリニック	中村字塚田	35-0567
3月15日(日)	相 良 歯 科 医 院	南相馬市鹿島区	67-2525

▽診療時間は 9:00 ～ 16:00



この広報紙は
植物油インキを
使用しています



編集と発行：相馬市情報政策課 〒 976-8601 相馬市中村字北町 63-3
TEL 0244-37-2117 FAX 0244-35-4196
ホームページ <https://www.city.soma.fukushima.jp/>
Eメール info@city.soma.lg.jp 印刷：中村印刷(株)

令和 8. 2. 15 広報そうま

10