

乳幼児健康診査《12月》

項目	とき	対象
4カ月児健診	7日(金)	H30年7月13日 ～H30年8月7日生
9カ月児健診	6日(木)	H30年1月27日 ～H30年2月20日生
1歳6カ月児健診	14日(金)	H29年5月3日 ～H29年5月26日生
3歳児健診	4日(火)	H27年11月22日 ～H27年12月14日生
2歳児歯科検診	17日(月)	H28年12月生

【受付時間】午後1時10分～40分(健診は約2時間)
【ところ】総合福祉保健センター
【持ち物】予診票、母子健康手帳、健やか親子21
設問票(4カ月・1歳6カ月・3歳健診対象者のみ)、
歯ブラシ・タオル(歯科検診のみ)
【その他】3歳児健診は、尿検査があります。

12月の「マタニティ・子育て相談会」

【とき】12日(水)午前9時30分～11時
【ところ】総合福祉保健センター

育児相談	母乳・ミルク相談	要予約
子どもの栄養相談	妊婦健康栄養相談	
身長・体重測定		予約不要

【持ち物】母子健康手帳
【申し込み・問い合わせ】こども家庭課母子健康係
☎83-8121 FAX82-2340

すこやか赤ちゃん教室

【とき】12月13日(木)午前9時50分～11時15分
(受付：午前9時45分まで)
【ところ】総合福祉保健センター
【対象】平成30年9月生まれの乳児と保護者 先着17組
【内容】講話「赤ちゃんとの日常生活・産後ママの
体のケア」、ベビーマッサージ他
【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、バスタオル1枚
【申し込み】11月30日(金)午前9時から電話受付
【申し込み・問い合わせ】こども家庭課母子健康係
☎83-8121 FAX82-2340

12月の結婚相談会

【とき】15日(土)午前10時～11時 青年女性会館
【対象】男性は市内在住・勤務の方、女性は要件無し
【持ち物】写真(上半身2種類、L判縦13cm×横
9cm以内)、本人確認書類(運転免許証等)
【主催】真岡市縁組センター
【問い合わせ】出会い結婚サポートセンター ☎83-1234

認知症カフェ

木綿カフェ

【とき】12月8日(土)午後2時～3時30分
【ところ】グループホームエフピー木綿の郷
(下高岡木1-7-1)
【対象】認知症の方とご家族、その他どなたでも
【内容】認知症相談、手作りパン
【参加料】200円(小学生以下は無料)
【申し込み】グループホームエフピー木綿の郷
(☎81-3880)にて電話受付
【問い合わせ】いきいき高齢課地域支援係
(地域包括支援センター) ☎83-8132 FAX 83-6335

みんなのひろば

- MOKAの無料UKULELE教室
気軽に楽しめるUKULELEの初心者向け教室です。
【とき】平成31年1月開始。毎月第2・4(水)19:00～
【ところ】二宮コミュニティセンター 【対象】どなたでも
参加できます。定員10人(※UKULELEは持参。お持ち
でない方は、選び方や購入方法を教えます。)【問い合わせ】
Moka Hawaiians・日本ハワイアン音楽協会会員(阿部)
☎090-9364-3916
- 「切り絵 市民講座」の課題作品展
テーマ「切り絵～年賀状干支特集～」
【とき】12月2日(日)～20日(木)【ところ】二宮コミュニ
ティセンター2階【問い合わせ】コラボもおか ☎81-5522
- 11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」
年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活
設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご
利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認でき
るほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録
を基に様々なパターンの試算をすることもできます。「ね
んきんネット」については、下記へお問い合わせください。
ねんきんネット専用ダイヤル☎0570-058-555(050から
始まる電話でかける場合は☎(東京)03-6700-1144)

市民講座 ＊ ハーブで素敵においしく アンチエイジング ＊

リンゴのチャツネ・ハーブスパイスオイル・醬油作り実習
【とき】12月1日(土)午前10時～正午
【ところ】市民館
【対象】市内在住または在勤で成人の方 先着32人
【受講料】1,500円(スパイスオイル瓶、麴100g付き)
【申し込み】11月28日(水)までに下記窓口、電
話受付(午前8時30分～午後5時15分)
※オリジナルブレンドのハーブティーが付きます。
【申し込み・問い合わせ】生涯学習課生涯学習係
☎82-7151 FAX83-4070(日曜・祝日休)

里山の生き物調査 リスのエビフライを探せ!

アカマツの雑木林で、エビフライにそっくりな、
リスがマツボックリを食べた痕を探す調査をします。
【とき】12月9日(日)午前9時30分～正午
【ところ】根本山自然観察センター ※雨天中止
【対象】どなたでも参加できます。先着30人
(小学4年生以下は保護者同伴)
【持ち物等】動きやすく暖かい服装、軍手
【参加料】無料
【申し込み】11月25日(日)午前8時30分から電話受付
【申し込み・問い合わせ】根本山自然観察センター
☎83-6280 FAX83-4624(月曜・祝日の翌日休)

国民年金保険料は全額「社会保険料控除」の対象です

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告にお
いて全額が社会保険料控除の対象となります。その
年の1月1日から12月31日までに納付した保険
料が対象です。
社会保険料控除を受けるためには、納付したことを
証明する書類の添付が義務付けられています。
このため、平成30年1月1日から10月1日ま
での間に国民年金保険料を納付された方については、
「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が、
この11月に日本年金機構から順次送付されてお
りますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証
明書(または領収証)を添付してください。
また、平成30年10月2日から12月31日ま
での間に初めて国民年金保険料を納付された方につ
いては、平成31年2月上旬に送付される予定です。
なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合
も、ご本人の社会保険料控除に加えることができます
ので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付の
上、申告してください。
「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」に
ついてのご照会は、ねんきん加入者ダイヤル(ナビ
ダイヤル)☎0570-003-004にお願
いします。
050から始まる電話の場合は、(東京)☎03-
6630-2525になります。
【受付時間】月～金曜日：午前8時30分～午後7時
第2土曜日：午前9時～午後5時
※祝日(第2土曜日除く)、12月29日～1月3日は、
ご利用できません。
【問い合わせ】国保年金課国民年金係 ☎83-8593
二宮支所福祉国保窓口 ☎74-5004

12月のモオカの休日開催

とき	内容(主催)	参加料
1日(土)、15日(土) 午後1時30分～	子供将棋教室 (真岡市将棋連合会)	無料
2日(日)、16日(日) 午前11時～	うたごえ喫茶 (アンサンブル花)	無料
6日(木)、20日(木) 午前10時～	押し花教室 (ふしぎな花倶楽部)	実費 負担
13日(木)、27日(木) 午前9時30分～	竹はり画教室 (竹真会)	実費 負担

【申し込み・問い合わせ】真岡市観光協会
☎82-2012(FAX兼) ※火曜日休館

COOL CHOICE とちぎチャレンジ! 2018

県では、省エネ家電買い換えキャンペーン「COOL
CHOICE とちぎチャレンジ! 2018」第2弾を実施し
ています。1月18日(金)までに、県内の販売店舗で
対象の省エネ家電製品へ買い換えて、応募いただいた方
の中から、抽選で約100名の方に景品を進呈いたします。
【詳細】「COOL CHOICE とちぎ」総合サイト
(「http://www.coolchoicetochigi.jp/」または「と
ちぎチャレンジ2018」で検索)をご確認ください。
【問い合わせ】
環境課環境計画係 ☎83-8241 FAX83-5896
栃木県地球温暖化防止活動推進センター ☎28-673-9101

真岡市まちなか美術館 市民ギャラリー Summer on record 真岡市の夏まつり写真展

【開催期間】12月1日(土)～9日(日)
【開館時間】午前9時～午後5時
(最終日は午後4時まで)
【ところ】真岡市まちなか美術館
【入場料】無料 ※駐車場は真岡信用
組合荒町支店西側をご利用ください。
【問い合わせ】真岡市まちなか美術館
☎080-8736-3984(火曜日休)

男女共同参画セミナー 「女性リーダーの育ち方、育て方」 女性の力を活用して魅力ある職場づくりへ

女性だけでなく、男性も含め多くの人が
働きやすい職場の実現のためには何が
必要かを話します。
【とき】12月6日(木)午後6時30分開演(午後6時開場)
【ところ】市民「いちご」ホール(市民会館)小ホール
【講師】太田 彩子氏 【入場料】無料
【問い合わせ】真岡市教育委員会 生涯学習課
☎82-7151 FAX 83-4070

図書館だより

真岡市立図書館
◆大人も楽しむおはなし会◆
誰かにお話を読んでもらう機会が減ってしまう中
学生以上の方を対象に、朗読や素話などのおはなし
会を開催します。
【とき】11月25日(日)午後2時～(1時間程度)
【ところ】真岡市立図書館 2階会議室
【定員】20人 ※事前申込不要
◆もおか市図書館プロジェクト◆
【とき】12月1日(土)午前10時～正午、午後1時～3時
【ところ】真岡市立図書館 2階会議室
《ワークショップ》
●絵本の読み聞かせ●ハンドケア●プラバンキーホル
ダー作り●クラフトバッグ作り●車いす乗車体験●も
おかびよんとコットベリーの点字付きしおり作り
スタンプラリーも開催! スタンプを貯めてガチャガ
チャをまわそう!
●字幕付き映写会も開催します!
当日はもおかびよんとコットベリー
が図書館に遊びに来てくれます!
詳細については下記へお問い合わせください。
【問い合わせ】図書館 ☎84-6151 FAX83-6199

二宮図書館

◆講話社「全国訪問おはなし隊」◆
【とき】11月24日(土)午後3時～4時頃
【内容】●キャラバンカー一見学(午後3時～3時
30分・西側駐車場)●おはなし会(午後3時
35分～4時頃・図書館内おはなし室)
※事前申込不要、定員なし
【問い合わせ】二宮図書館 ☎74-0286

平成30年
11月23日発行
第2701号

Weekly News
もわか

真岡市総務部秘書課広報係 編集
☎0285-83-8100 Fax 0285-83-5896

市税等納期限(11月)

◎固定資産税・都市計画税(第4期)
◎国民健康保険税(第5期)
◎後期高齢者医療保険料(第5期)
◎介護保険料(第5期)
【納期限】11月30日(金)※口座振替11月30日(金)

【問い合わせ】
◆固定資産税・都市計画税：税務課固定資産税係
☎83-8114 FAX82-1066
◆国民健康保険税・後期高齢者医療保険料：
国保年金課保険税係 ☎83-8594 FAX83-6205
◆介護保険料：いきいき高齢課介護係
☎83-8094 FAX83-8554
◆納付・口座振替については、納税課収納管理係
☎83-8115 FAX83-6205

議場コンサートを開催

市議会では、議場でコンサートを開催します。
【とき】12月3日(月)午前9時10分～9時40分
(受付：午前8時40分)
【ところ】市役所 市議会議場
【内容】箏協会による箏の演奏
※午前10時から本会議が始まります。
【問い合わせ】議事課 ☎83-8176 FAX83-8714

市議会12月の定例会日程

11月	26日(月)	議会運営委員会 10:00～
	3日(月)	開会 10:00～
	10日(月)	質疑・一般質問 10:00～
	11日(火)	質疑・一般質問 10:00～
12月	12日(水)	質疑・一般質問(予備日) 10:00～
	13日(木)	常任委員会(民生文教・産業建設) 10:00～
	14日(金)	常任委員会(総務) 10:00～
	18日(火)	閉会 10:00～

【問い合わせ】議事課 ☎83-8176 FAX83-8714

人権相談のお知らせ

人権擁護委員が相談のります。独りで悩まず、まず、ご相談ください。※秘密は厳守します。

期日	時間	場所
12/4(火)	17:00～19:00	真岡市公民館 二宮コミュニティセンター

【問い合わせ】社会福祉課社会福祉係
☎81-6943 FAX83-8554

料金無料 秘密厳守 12月の各種相談日

◇総合福祉保健センター
行政相談 行政への意見・要望 11日(火) 9:00～12:00
法律相談(真岡市民に限る) 11日(火) 10:00～12:00
※11/30(金)8:30～電話予約受付
社会福祉協議会 ☎82-8844
心配ごと相談 ※電話相談可(☎82-8844) 4、11、18、25日 各火曜日 9:00～15:00
受付時間 9:00～14:00
◇二宮コミュニティセンター
行政相談 行政への意見・要望 4日(火) 9:30～11:30
【行政相談の問い合わせ】秘書課広報係 ☎83-8100
【その他の問い合わせ】社会福祉協議会 ☎82-8844

有料広告掲載を募集します

年間約16万部配布している「水道検査票」(「使用水量・料金等のお知らせ」)の裏面スペースに掲載する有料広告を募集します。申請書等は市ホームページをご確認ください。
【掲載期間】平成31年4月から1年間
【広告サイズ】約7.0cm×13.5cm以内
【広告料金】税込30万円(全面掲載のみ)
※分割掲載は全面掲載応募がない場合のみ対応
【募集期限】12月14日(金)※応募者多数の場合は抽選
【申し込み・問い合わせ】水道課庶務係
☎83-8167 FAX 84-7512

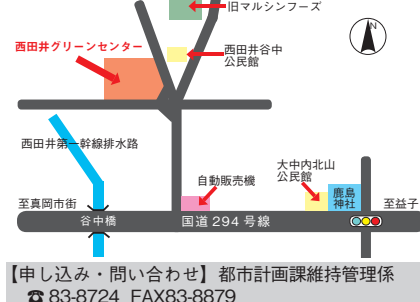
平成31年度採用 芳賀地区広域行政事務組合 一般職員を募集

職種	人数	受験資格
一般事務	若干名	昭和58年4月2日以降に生まれた方で、高校卒業以上の学歴を有する方(平成31年3月卒業見込みの方を含む)

【申込期間】11月28日(水)まで
【試験日程】12月9日(日)受付：午前8時30分～9時
試験：午前9時15分～正午(適性検査含む)
【試験会場】芳賀地区広域行政センター
【試験方法】第1次試験 一般教養試験・適性検査
第2次試験 作文・口述試験(1次合格者対象)
【第1次試験合格発表】12月18日(火)午前10時
組合ホームページおよび芳賀地区広域行政センター玄関前に掲示
【申込方法】採用試験申込書に所要事項を記入し下記へ持参または郵送(11月28日(水)必着)
※申込書は下記窓口または、組合ホームページからダウンロードください。
【申し込み・問い合わせ】〒321-4415 真岡市下龍谷 4412
芳賀地区広域行政事務組合総務課庶務企画係
☎82-9151 FAX82-9152

剪定枝を無料配布します

公園・街路樹を剪定した枝(生木)を無料配布します。真岡市民で家庭用薪ストーブ等に利用する方が対象です。 ※完全予約制
【配布期間】12月3日(月)～9日(日)
午前9時～午後4時
【配布場所】西田井グリーンセンター(西田井548番地の西側)
【予約方法】下記窓口へ電話で申し込みください
【予約受付期間】11月26日(月)～30日(金)
午前9時～午後5時
【注意事項】道路混雑解消のため、完全予約制の配布となります。センター内では、係員の指示にしたがってください。
※各自で手積みとなります、工具等をご用意ください。



結核菌にご注意を!!

「結核」を発病する方が増えています。日本では、2017年に17,625人が新たに登録され、そのうち1,889人が亡くなっています。咳やくしゃみなどの空気感染によりうつり、感染後6カ月～2年で発病もしくは、数年～数十年後に発病する例もあります。タング絡む咳が2週間以上、微熱・身体のだるさが2週間以上続くなどの症状がでたら、早めの受診をお勧めします。
特に、抵抗力が弱い赤ちゃんは、結核に感染すると重症になりやすく、生命に危険を及ぼすことがあります。予防接種のBCGを生後5～8カ月までに接種することが有効です。高齢者は、微熱が続いたり、体重が減ってきたら結核がもしれません。喫煙は、結核が発病しやすくなりますので注意しましょう。
【結核に感染しないために】
健康的な生活が予防につながるため、普段から、適度な運動・十分な睡眠・バランスよい食事・定期的な健康診査で早期発見等が大切です。
【結核は治せる病気です】
結核と診断されたら、医師の処方する薬を毎日服用し、継続して治療することが大切です。(治療の途中で薬の服用を止めた場合、さらに菌が抵抗力をつけ薬が効かない耐性菌になることがあります)
患者の皆さんが安心して医療を受けられるよう、医療費の公費負担を受けることができます。詳細については、県健康福祉センターに相談ください。
【問い合わせ】健康増進課健康支援係
☎81-8946 FAX83-8619

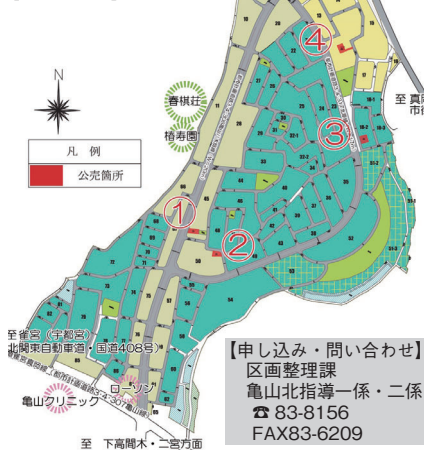
亀山北土地区画整理事業地内 保留地の公売

個人、法人は問いません。申し込みは、下記窓口へ問い合わせください。
※1区画に対し1世帯(1法人)一口
【受付期間】11月27日(火)～12月10日(月)
【受付時間】午前8時30分～午後5時
(土曜・日曜・祝日を除く、最終日は午後3時まで)
※申込多数の場合は12月12日(水)午前10時から抽選会を実施します。

面積(m ²)	価格(千円)	m ² 単価(円)	用途地域(容積率/建ぺい率)
① 253.38	8,690	34,300	第二種中高層住居専用地域(200/60)
② 214.01	6,110	28,600	第一種低層住居専用地域(80/50)
③ 292.77	7,810	26,700	第一種住居地域(200/60)
④ 296.14	7,290	24,600	第一種住居地域(200/60)

※学区：①・② 亀山小学校、真岡西中学校
③・④ 大内西小学校、真岡中学校

【公売箇所図】



40代のアナタも! 家族のための健康チェック! 12月の集団健診

定員に達する前に、日程変更・新規申し込みをお願いします。市で行う健診(集団・施設・人商ドック)は、いずれか1回限りとなります。
《生活習慣病健診》【受付】午前8時～10時

日(曜日)	実施会場
4日(火)、5日(水)、7日(金)、10日(月)、14日(金)	総合福祉保健センター
12日(水)、13日(木)	市公民館真岡西分館

※12月の女性がん集団検診は、定員となりました。1月以降、または、施設検診を申し込みください。
※詳細は、市のホームページをご覧ください。
【申し込み・問い合わせ】健康増進課成人健康係
☎83-8122 FAX83-8619
Eメール:kenkou@city.moka.lg.jp

いちごチャンネル番組案内

【11月26日(月)～12月2日(日)放送内容予定】

6:00 ◆JUMP UP もわか	6:30 ◆いちごジョート
8:00 トピックニュース	8:30 ケーキ
10:00 ようこそ市長室へ	10:30 「老人・身障合同スポーツ大会」
12:00 「真岡市の土地区画整理事業について」	16:30
16:00	18:30
18:00	22:30
22:00 ◆わくわく体操	7:00 ◆行ってみっぺ!
8:25 11月のテーマ	9:00 もわか
10:25 「ウォーキング」	13:00 「tierra」
12:25	17:00
16:25	19:00
22:25	23:00
13:00 ◆コットンタイム	
20:00 「真岡市文化祭《ホール部門》『ダンスと音楽の祭典』《午後の部》」	

※番組を視聴するには、真岡市ケーブルテレビ施設への加入が必要となります。視聴の申し込みは、宇都宮ケーブルテレビ㈱へ(☎028-638-8092)
※都合により番組内容や放送時間が変更になる場合があります。電子番組表でご確認ください。
【問い合わせ】情報システム課地域情報係
☎83-8496 FAX83-5896