

【赤ちゃんが生まれたら】

●「こんにちは赤ちゃん訪問」でご家庭へ伺います

生後2カ月頃に、全てのご家庭に助産師や保健師が訪問し、体重の測定・発育発達の確認、育児相談、授乳相談、スキンケアなど、赤ちゃんの相談やママの産後ケアについての相談、育児情報の提供などを行います。



体重測定

発達・発育の確認



●すくすく子育て相談室 — 産前・産後サポート事業 —

妊娠中および生後4カ月未満の母子で、育児に不安がある方などに対してサポートします。

「妊婦さんの相談」や「ママと赤ちゃんの相談」、さらには助産師などが訪問し、話を伺いながら相談に応じる「妊産婦家庭訪問」などがあります。



妊婦さんの相談

マタニティエクササイズ・お産の進み方・栄養のポイント、おっぱいの手入れなどについて集団講話や個別相談に応じます。



ママと赤ちゃんの相談

授乳相談、育児相談、アフターエクササイズ、産後のからだづくりなどについて、集団講話や個別相談に応じます。

●産後ケア事業

育児不安や体調不良などがあり、家族等から家事や育児の援助が受けられない方を対象に、医療機関（産科）などに宿泊しママの体のケアや沐浴（もくよく）、おむつ交換の仕方、育児相談等を行います。



宿泊部屋の様子

【利用回数】1回7日まで

【利用料金】利用料の一部自己負担があります。
(非課税世帯・生活保護世帯の方は無料)



●母子保健コーディネーターが子育て期の相談やサービスを紹介します

- ・すこやか赤ちゃん教室
- ・離乳食教室
- ・相談会（育児・こどもの栄養）など

詳しい日程などについては、「わくわくナビ」または市ホームページを確認ください。



▲わくわくナビ
QRコード



▲市ホームページ
QRコード

【問い合わせ】こども家庭課母子健康係
(子育て世代包括支援センター)

☎ 83・8121 FAX 82・2340

妊娠期から子育て期までの相談窓口 すくすく子育て相談室

育児に関する不安や悩みについて、母子保健コーディネーター（専任保健師・看護師）がゆっくりと話を伺いながら、安心して出産・子育てができるようサポートします。
お子さんのこと、自分自身のことなど、気軽にご相談ください。

【開設日】月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
(祝日・年末年始を除く)

【ところ】こども家庭課母子健康係内

【問い合わせ】真岡市子育て世代包括支援センター ☎ 83・8121

気軽に相談
してぴょん！



【妊娠がわかったら】

●母子健康手帳を交付します

こども家庭課で妊娠届出書を受付後、母子健康手帳の交付を行っています。

また今年4月から、母子健康手帳をかわいらしい真岡市オリジナルのデザインにリニューアルしました！



▲母子健康手帳

●妊婦面接で母子保健コーディネーターが相談に応じ、サービスを紹介します

母子健康手帳を交付する際に、全ての妊婦さんと母子保健コーディネーターが面接し、ゆっくりと話を伺いながら、健やかな妊娠期を過ごせるよう「すくすくプラン」を作成し、アドバイスをしています。

また、妊娠経過や栄養の取り方などがわかる「妊婦さんの健康BOOK」等を配布しています。



▲「妊婦さんの健康BOOK」等配布物

【妊娠期のサービス】

●妊産婦健康診査受診券

妊婦健診14回分、産後健診2回分の健診助成券を交付します。

●出産準備手当（マタニティ手当）

妊娠15週から申請を受け付け、赤ちゃん（胎児）1人につき、30,000円を助成しています。

●妊産婦医療費助成

保険診療が適用された医療費の自己負担を助成します。

●「両親学級」

助産師や保健師が、沐浴（もくよく）・おむつ交換・抱っこの仕方・妊娠中の健康管理などについてサポートします。
また、仲間づくりの機会にもなっています。

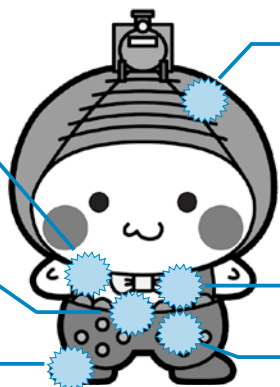
お口の健康とからだのつながり

か
噛む力の低下や歯周病などは、歯や口だけではなく、全身にさまざまな影響を及ぼします。

口の中の菌が肺に侵入し、
こえんせいはいえん
誤嚥性肺炎を起こします。

胃の病気の要因となるピロリ菌。歯周病が悪化すると口の中にピロリ菌がすみつきやすくなります。

骨粗しょう症は、歯周病を進行させる一因です。



虫歯、歯周病の菌が全身に回り、**脳卒中**や**脳梗塞**の一因となります。か
噛む力が弱くなると、**認知症**の進行・発症リスクが高まります。

歯周病菌が血管内に侵入すると、血栓などができやすくなり**狭心症**や**心筋梗塞**が進行します。

虫歯や歯周病など、細菌に感染した状態はインスリンに対する体の反応が悪くなり、**糖尿病**が悪化します。

★そのほか「動脈硬化」「肥満」「低栄養」「胎児の低体重・早産」「肩こりや片頭痛」「不眠」などの問題を引き起こす恐れがあります。

真岡市民の歯および口腔の健康づくり推進条例

市では、歯・口腔の健康づくりを総合的に推進し、市民の生涯に渡る健康の保持・増進を図るため、条例を制定しました。
詳しくは、市HPを確認ください。



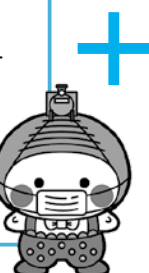
コロナにも暑さにも負けない！ 熱中症を予防しましょう



今年の夏は、新型コロナウイルス感染対策として「新しい生活様式」を実践しながら、「暑さ」への十分な対策も必要です。例年以上に体調管理に気を配り、夏本番を迎えましょう。

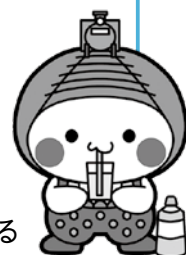
感染防止の基本

- ①身体的距離の確保
(ソーシャルディスタンス)
- ②マスクの着用
- ③手洗いの励行
- ④「3密」を避ける



「新しい生活様式」での熱中症予防ポイント

- ①暑さを避けましょう
エアコンの活用や涼しい服装の工夫などをする
(窓や出入口等を開放し、こまめな換気を忘れずに！)
- ②適宜マスクを外しましょう
マスク着用時は、負荷のかかる作業や運動を避け、マスクを外す場合は、屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保する
- ③こまめに水分補給をしましょう
のどが渇く前に水分補給をする
- ④日頃から健康管理をしましょう
日頃から体温測定と健康チェックする
体調が悪いと感じたら無理せず自宅で静養する



【問い合わせ】
健康増進課成人健康係
☎ 83・8122
FAX 83・8619

始めよう！ 健康“口”生活



歯や口のトラブルがあると、食べ物を上手にか
噛めなくなり、十分な栄養が取れなくなるだけでなく、口の健康状態の悪化がさまざまな病気に影響します。
毎日をいきいきと過ごすために「お口の健康」をアップしましょう！

よく噛むことの大切さ

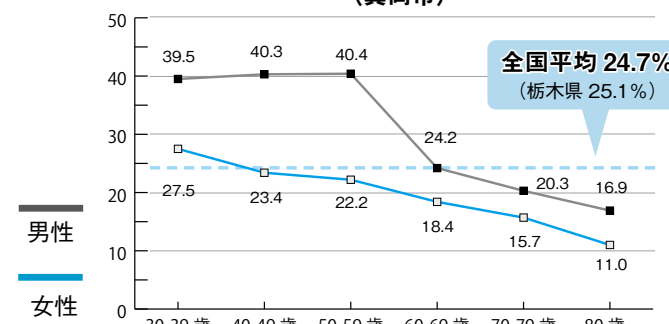
真岡市（特に 30～50 代男性）は
早食いの人が多い！

他の人と比較して、
自分は食べる速度が速いと感じる人

男性 25.1%
女性 18.7%



他の人と比較して食べる速度が速いと感じる人
(真岡市)



平成 30 年度の生活習慣病健診・ヤング健診受診者のうち「他の人より食べるのが早い（早食い）」という自覚がある人はグラフの通りでした。特に、30～50 代の男性が早食いの傾向にあります。

★まずは、食べ物を口に入れたら **いつもより 5 回多く噛む** ようにしてみましょう！

ひ 肥満予防

よくか
噛んで食べすぎ予防

み 味覚の発達

食べ物の味がよくわかる

こ 言葉の発達

口周りの筋肉が発達し、
表情豊かな発音上手に

ぜ 全力投球

身体が活発になり、
力いっぱい活動に集中

か
噛むことの 8 大効果
ひ み こ は
「**卑弥呼の歯がいーぜ**」

の 脳の発達

脳への血流が増え、
脳の発達や物忘れ予防

いー 胃腸快調

消化を助け、食べすぎ予防

が がんの予防

唾液内の酵素が食品の
発がん性を抑える

は 歯の病気予防

唾液の量が増え、
虫歯や歯周病予防に

やってみよう！

か
噛むための筋肉（咀嚼筋）を刺激するトレーニング

①できるだけ大きく口を開けて
「あー」と声を出す

あー



②舌を上あごに押し付け、奥歯
をかみしめながら「んー」と
声を出す

んー



①と②を合わせて 3 セットやってみよう！（慣れてきたら 1 日数回取り組もう）

たのしくならう

楽習情報

※新型コロナウイルスの感染状況によりイベントが中止になる場合があります。
参加する場合は、マスクを着用するなど新型コロナウイルス対策の徹底をお願いします。
イベントの内容等、詳しくは各施設へ問い合わせください。

みんなで遊ぼう
びよん★



★ 根本山しぜん体験教室 ★

夜の里山探検

とき 8月1日(土)
午後7時30分～9時
ところ 根本山自然観察センター
対象 どなたでも参加可 定員30人



夏の終わりのカブトムシを観察しよう

とき 8月30日(日)
午前9時30分～11時30分
ところ 根本山自然観察センター
対象 どなたでも参加可 定員30人



【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)

★ 市立図書館情報 ★

開館記念日特別展示

- 真岡と図書館とその軌跡 -

7月7日は市立図書館の開館記念日です。開館当時の様子が分かる写真や資料を大公開！



とき 7月4日(土)～19日(日)
ところ 市立図書館カウンター前

みんなの自由研究

日ごろ興味を持って調べていることなどをまとめて図書館に展示しませんか。



とき 受付:7月26日(日)まで
展示:7月28日(火)～8月30日(日)
対象 どなたでも参加可 定員8人
テーマ 「自由テーマ」「真岡市に関連する人物の研究」のどちらかを選択

【申し込み・問い合わせ】市立図書館 ☎ 84・6151 FAX83・6199 (月曜日休館)

★ 歴史教室 ★

下野国の芳賀と那須

とき 8月8日(土) 午前10時～正午
ところ 市民“いちご”ホール 小ホール
参加料 無料
講師 眞保 昌弘 氏(国士舘大学文学部准教授)
申込 往復はがきに、氏名、住所、電話番号を記載の上、下記へ申し込み
7月27日(月) 必着

Youtube 始めました

7月25日(土)より、真岡市公式Youtubeで講演が見られるようになりました！ぜひご覧ください。



▲真岡市公式 Youtube QRコード

【申し込み・問い合わせ】
〒321-4305 荒町1201 文化課文化財係
☎ 83・7735 FAX83・4070

★ 科学教育センター

今年度計画していた夏休み中のイベントは全て中止となりました。
来年度は、今年度実施予定だったものを引き継いで行う予定です。
ぜひ遊びにきてください！

《今年度実施予定だった主なイベント》

- 簡単ものづくり体験
…手裏剣、打ち上げロケット など
- 楽しい親子実験教室…万華鏡ワールド
- Let's サイエンスショー
…いろ・色・マジック



令和元年度
Let's サイエンスショー
「空気で遊ぼう!!」

【問い合わせ】科学教育センター
☎ 83・6611 FAX83・6211

その不調、もしかして・・・

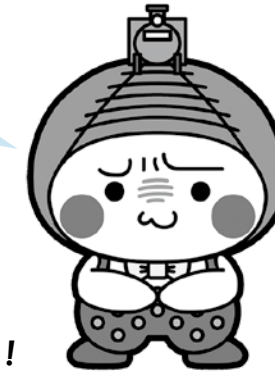
ストレスが原因かも

仕事の制限や外出自粛により、気持ちが落ち込み、ふさぎこみやすい状況が続いています。
自分のストレス状態をチェックし、ストレスへの対処法を学びましょう。

ストレスで起こる反応

からだの変化

- ・頭痛、めまい、動悸(どうき)
- ・首や肩のこり
- ・胃腸の不調、食欲低下
- ・血圧や血糖値の上昇
- ・眠れない
- ・夜に何度も目が覚める



こころの変化

- ・憂鬱(ゆううつ)、やる気がでない
- ・イライラ、そわそわする
- ・不安感、緊張感がある
- ・集中できない
- ・すべてが面倒に感じる

行動の変化

- ・遅刻や早退が増える
- ・酒やたばこの量が増減する
- ・作業のミスが増える

■ 自分の体調を把握し、 ストレスの軽減に努めましょう！

ストレスは体だけではなく、心や行動にもさまざまな影響を及ぼします。これらの症状を放置すると、病気や事故につながる可能性があります。

簡単！ストレスチェック

■ こころの体温計

「こころの体温計」とは、スマホやパソコンを利用して、ストレス度や落ち込み度をいつでも確認できるシステムです。
市ホームページにも掲載しているので、チェックしてみましょう。



▲「こころの体温計」
QRコード

ストレスへの対処法

ストレス反応が出ている、そんなときは…**生活習慣を改善し、質の良い睡眠をとりましょう！**

ゆったりとしたストレッチと深呼吸で リラックスホルモンを促す

ストレスにより自律神経のバランスが乱れると、交感神経が優位になったままの状態が続きます。ストレッチで体の緊張をほぐし、副交感神経を優位にさせることで、リラックスホルモンの分泌を促しましょう。

起床時に日光を浴び、朝食を食べる

日光を浴びると体内時計がリセットされ、睡眠リズムが整います。また、朝食を食べると、その14～16時間後に睡眠を促すホルモンが作られるため、熟睡できます。

寝る2～3時間前の行動を見直す

睡眠薬代わりの寝酒は、眠りを浅くし、夜中に目覚めやすくなります。イビキもかきやすくなり、睡眠時の無呼吸症候群を悪化させる恐れもあります。また、就寝前の食事は、胸焼けなど胃腸の不調の原因にもなります。

■ 我慢せずに、受診や相談をしましょう

ストレスの反応が強い場合は、我慢せずに医療機関を受診することが大切です。精神科や心療内科、県東健康福祉センター(☎ 82-2138)などへ相談してみましょう。

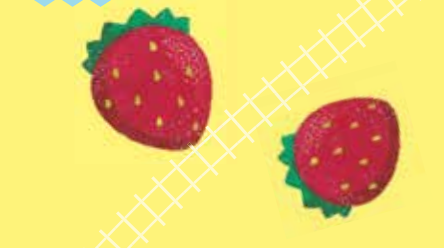


【問い合わせ】社会福祉課障がい福祉係 ☎ 83・8129 FAX 83・8554



もおかぴょんの 真岡写真散歩

もおかぴょんの1日は
市旗の掲揚から始まるぴょん!



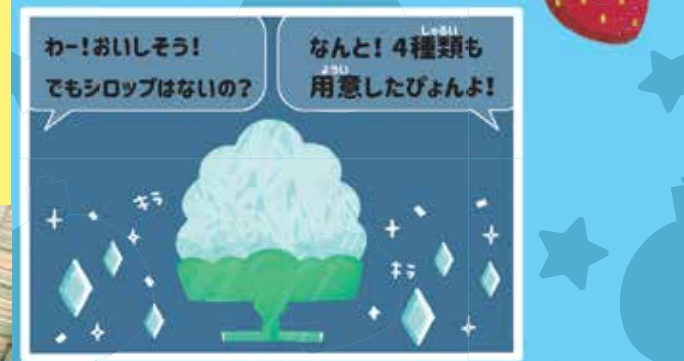
これは6月の写真だぴょん☆
井頭公園でバラを見たぴょん

真岡木綿会館に行ったぴょん♪
カラフルでおしゃれだぴょん!

ちょうネクタイデザインコンテストの
表彰式をしたぴょん!
かわゆいネクタイをありがぴょん☆



道の駅にのみやでパンを買ったぴょん
どちらから食べるか悩むぴょん...



各種web情報

- もおかぴょんブログ
「もおかぴょんがゆく!」
シティプロモーション係HP「住もうか!モカ」内
- もおかぴょん twitter
「@mokapyon_city」



真岡の施設紹介



真岡木綿会館

場所：真岡市荒町 2162 番地 1
開館時間：午前 10 時～午後 5 時
休館日：火曜日(祝日の場合はその翌日)、年末年始
入館料：無料、体験 500 円～
問い合わせ：☎ 83-2560 FAX85-8159

生産工程の見学や、機織り、染色体験ができ、県の伝統工芸品である「真岡木綿」をより身近に感じることが出来ます。

生産工程の見学



綿花から糸を紡ぎ、染めを施し、一本一本丁寧に糸を織りこみ仕上げていきます。肌触りの良い色彩豊かな織物が出来上がるまでの伝統の技を見学することができます。

機織り体験



事前に予約をして、機織り体験や染色体験をすることができます。機織りでは、藍染めハンカチコースター、染色体験では、藍染めのハンカチやハンダナが作れます。

ショップ



併設しているショップで、真岡木綿の製品を販売しています。実際に手に取り、独特な風合いと肌触りの良さをお確かめください。その他、真岡のお土産も多数取りそろえています。



鬼怒水辺観察センター

場所：真岡市若旅 1188 番地
開館時間：午前 9 時～午後 3 時
休館日：月、火、木、金曜日(祝日除く) 年末年始
入館料：無料
問い合わせ：☎ 84-6439 FAX84-3312

自然の観察やふれあいを通じて、自然の大切さを学ぶことができます。ここで観察できる動植物の情報提供や観察用具の貸し出しを行っています。

オオバンの池 (カイツブリの親子)



センターの周りには、水路や池、広い草地、湿地があり、市指定天然記念物のオオキトンボやマダラヤンマが住むトンボの池や、オオバンやカイツブリが集まるオオバンの池があります。

展示室



鬼怒川水系の淡水魚が生息域別水槽で見ることができます。また、市内で見られる野鳥の写真展示や、生きもの図鑑等も数多くあり、楽しく学ぶことができます。

しぜん体験教室



センターの周りに暮らす昆虫や植物、訪れる野鳥の観察や調査など、さまざまな水辺の生き物とふれあえる楽しい行事を開催しています。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市内各施設の、開館時間・イベント等の内容が変更になる場合があります。詳しくは、各施設の HP で確認ください。



※さんぽみちのコーナーは、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策によりイベントや各講座等が中止のため、お休みさせていただきます。

環境問題 解決への 第一歩!!

レジ袋有料化

2020年7月1日から始まります!

～レジ袋削減にご協力ください～

令和2年7月1日から、全国でレジ袋（プラスチック製買い物袋）の有料化制度が導入されます。これは、普段、何げなくもらっているレジ袋を有料化することで、レジ袋が本当に必要かを考え、私たちのライフスタイルを見直すきっかけとすることを目的としています。

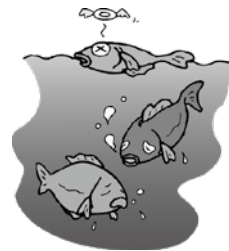
●プラスチックごみが引き起こす環境問題

プラスチックは私たちの生活に広く浸透し、利便性と恩恵をもたらしてきました。しかし、世界全体では毎年約800万tものプラスチックごみが、海洋へ流出していると推計されています。また、海の生き物が、海に漂流しているビニール袋やプラスチックごみが小さな破片になったマイクロプラスチックを食べ、死んでしまったり傷ついてしまったりする例も報告されています。



このままでは…

2050年には海洋における魚の重量をプラスチックごみの重量が上回ってしまうという予測まであります。



課題解決のため、レジ袋削減に努めることが重要です!!

●私たちにできること

レジ袋削減に最も有効なのは、レジ袋を使わずにマイバッグを使うことです。

マイバッグのマナーを紹介します!

- ・買い物中は折り畳んでおく
- ・商品は、お店の買い物かごに入れる
- ・レジを通ってからマイバッグを使う
- ・お店の買い物かごでは指定の場所に戻す



ルールを守り、
マイバッグを活用しよう!



レジ袋有料化に関する
経済産業省の相談窓口

◆消費者向け ☎ 0570・080180
◆事業者向け ☎ 0570・000930



▲経済産業省ホームページQRコード

【問い合わせ】環境課ごみ減量係 ☎ 83・8126 FAX83・5896

もえるごみを減らそう!

もえるごみの削減に努め、ごみの減量化や再資源化を進めましょう。



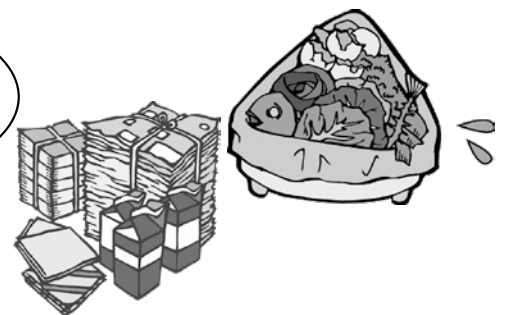
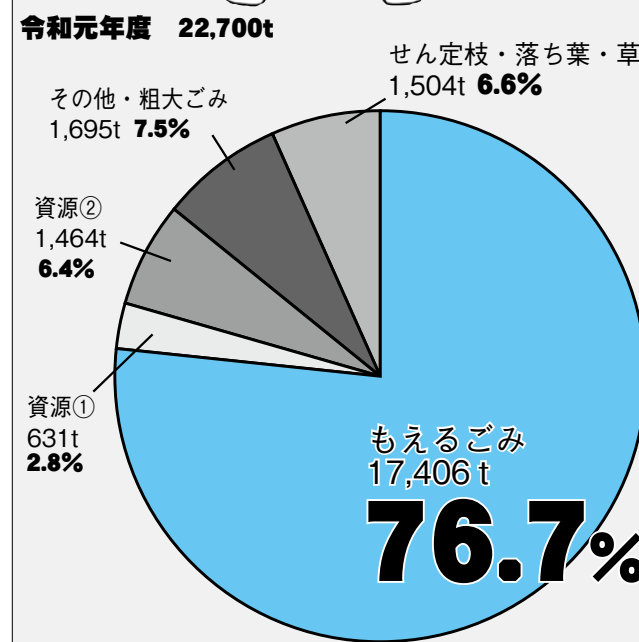
●真岡市のごみ・資源搬入量の内訳

令和元年度、芳賀地区エコステーション等における市のごみ・資源の総搬入量は、22,700tでした。そのうち「もえるごみ」の量は、平成31年4月から開始した「せん定枝・落ち葉・草」の分別収集などの効果もあり、対前年度比で-704t（約3.9%減）の17,406tとなりました。しかし、依然としてもえるごみが全体の7割以上を占めています。



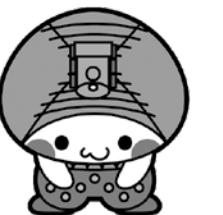
より一層、もえるごみの削減に努めましょう!

もえるごみは、雑紙の分別や、生ごみの水切り・堆肥化でもっと減らすことができます。



もえるごみに多く含まれている、生ごみや紙類を減らしていくことが、ごみの減量化や再資源化につながります!

みんなで頑張ろうびゃん!
お願いしますびゃん。



引き続き「生ごみの水切り・堆肥化」や「雑紙の分別」などの徹底をお願いします。

●私たちにできること

もえるごみを減らすために、日々の生活で「3R」にも取り組みましょう。

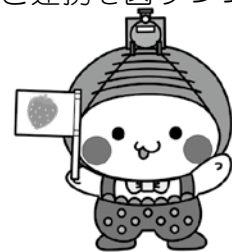
- ▶3Rとは…①Reduce (リデュース)：ごみを減らす
②Reuse (リユース)：繰り返し使う
③Recycle (リサイクル)：資源化する

マイバッグを使用する
詰め替え商品を使用する
資源を分別する など

中小企業・小規模企業振興計画

本計画は、平成 29 年 12 月に制定した「真岡市中小企業・小規模企業の振興に関する条例」に掲げる基本理念および基本的施策に基づき、市民、事業者、経済団体等と連携を図りつつ、総合的かつ計画的な施策の推進を図ることを目的として策定しました。

- ◆計画の期間：令和 2 年 4 月～令和 7 年 3 月
- ◆計画の対象：市内中小企業者および小規模企業者



計画の基本施策および重点事業

①経営革新や経営の強化・維持改善に向けた支援	・事業者向け支援制度ガイドブックの作成（7 月発行予定） ・先端設備等導入計画の認定による固定資産税の特例措置
②創業支援事業計画および関連事業の推進	・創業支援等事業計画の推進 ・空き店舗利用者への家賃等補助 ・新製品開発 ・販路開拓支援補助金
③新技術・新商品の開発支援および販路拡大への支援	・産業財産権取得事業費補助金 ・事業承継者支援補助金（新規創設） ・小規模事業者支援補助金（新規創設）
④人材育成および人材確保への支援	・地元学生との交流事業による人材確保の支援（事業拡大予定） ・真岡市 UIJ ターン就業定住助成金および真岡市移住支援金
⑤労働環境や勤労者福祉向上の支援	・勤労者元気アップ支援事業 ・だれもが働きやすい職場環境づくりに向けた啓発
⑥円滑な事業承継の支援	・事業承継者支援補助金（新規創設） ・プッシュ型事業承継支援
⑦資金調達の支援	・商工振興資金（運転資金・設備資金等）の貸付
⑧地域経済の発展・活力向上のための取り組み	・プレミアム付き商品券の概要（補助金アップ）

新規補助金を加え販路開拓支援事業を強化推進します

市内で創業または事業承継後
3 年以内の中小企業者の方へ

●新製品開発・販路開拓支援補助金 （創業者向け）

【募集期間】随時受付中
【補助対象事業】新商品開発等の販路開拓事業
【補助額】対象経費の 1/2（限度額 30 万円）

●事業承継者支援補助金 （事業承継者向け）

【募集期間】随時受付中
【補助対象事業】新商品・新サービス開発、展示会等の出展
【補助額】対象経費の 1/2（限度額 30 万円）

市内に本店を有し、3 年以上
経過している小規模事業者の方へ

●小規模事業者支援補助金 新規

【募集期間】令和 2 年 7 月 1 日（水）
～ 8 月 24 日（月）17:00
※申請書類を商工観光課へ直接提出するか、郵送（必着）にて申し込み
※令和 2 年度は審査により、10 件程度の採択を予定しています。

【補助対象事業】新商品・新サービス開発、展示会等の出展
【補助対象経費】機械等購入費、広報費、展示会出展費、委託料など
【補助額】対象経費の 1/2（限度額 20 万円）

※申請にあたり、事業承継者支援補助金、小規模事業者支援補助金については、真岡商工会議所または、にのみや商工会が作成する支援計画書が必要となります。その他の申請書類、制度の詳細については、市ホームページを確認ください。

【相談窓口】真岡商工会議所 ☎ 82・3305 にのみや商工会 ☎ 74・0324
【申請窓口・問い合わせ】商工観光課工業係 ☎ 83・8134 FAX 83・0199



▲市ホームページ
QR コード

議長・副議長が選出されました



令和 2 年 第 2 回市議会臨時会が 5 月 19 日（火）に開かれ、正副議長の辞職に伴う選挙の結果、新しい議長に大瀧和弘議員（56 歳・3 期）、副議長に久保田武議員（49 歳・3 期）が選出されました。
また、監査委員には、春山則子議員（71 歳・4 期）が選任され、新体制がスタートしました。

水戸部公民館に感謝状が贈呈されました

県道路河川愛護連合会長から、水戸部公民館へ感謝状が贈呈されました。この感謝状は 10 年以上にわたり道路、河川の愛護活動を行っている個人や団体に対して贈られるものです。
水戸部公民館は、真岡市と二宮町の合併時から、花いっぱい運動に参加しています。道路美化のため、域内の道路沿いにサルビアやマリーゴールドなどを植え、維持管理を続けています。



▲二宮東部運動場入り口付近に咲くサルビアとマリーゴールド（昨年写真）

ロータリー 4 クラブから 小中学校へ体温計寄附

5 月 19 日（火）、新型コロナウイルス感染症対策事業の一つとして、真岡ロータリーや真岡西ロータリーをはじめとする 4 クラブが、市内の 23 校の小中学校へ計 30 台の体温計を寄附しました。
寄附された体温計は、額に当てて数秒で検温できるもので、各学校で児童生徒の体調管理などに役立てられます。



▲体温計を寄附する会員の皆さん

日環グループが 市と芳賀日赤にマスクを寄附

5 月 13 日（水）、日環グループの株式会社日環、栃木ハイトラストの代表取締役である長野榮夫さんが市役所を訪れ、市へ 4 万枚、芳賀赤十字病院へ 2 万枚のマスクを寄附しました。
寄附されたマスクは、マスクを必要とする人々のために役立てられます。



▲マスクを寄附する長野取締役（右）

ホンダソフトボールチーム 「リベルタ」がいちごロゴ ネクタイを市長へ贈呈

5 月 14 日（木）、真岡市を拠点に活動する本田技研工業株式会社のソフトボールチーム「Honda Rebel」が、真岡市のロゴマークが刺しゅうされたネクタイを市長へ贈呈しました。
このネクタイは、選手たちが「真岡市と一緒に戦っている」という意味を込めて作ったもので、選手たちも、スーツを着用する際に使用しています。

チームカラーであるネイビー色に、ロゴマークが一つ一つ鮮やかに、そして細かく刺しゅうされているネクタイを手にした市長は「本来、市が企画するところを協力していただき、大変喜ばしい。これから公の場で使用していきたい」と笑顔をみせました。
今後は、公式戦での物販コーナーでもグッズとして販売されます。



▲市長へネクタイを贈呈するキャプテンの森山 遥菜さん

【問い合わせ】建設課管理係
☎ 833・8147 FAX 833・6240

【問い合わせ】健康増進課健康支援係
☎ 81・6946 FAX 833・8619

【問い合わせ】情報政策課シティプロモーション係
☎ 81・6947 FAX 833・5896

団体・サークル紹介 No.28

真岡市で活動している、市民活動団体やボランティアなどの紹介です



写真友の会

私たちは、平成17年に4人で写真友の会を発足しました。北から南まで、各地の名所や観光地を巡り、お祭りや大自然、伝説の残る場所の風景などを撮影しています。年に2回、春と秋に久下田郵便局ホールで写真展を行っています。他に、県内の写真展にも参加しています。ぜひ写真展にお立ち寄りいただき、皆さんの感想やご意見をお聞かせください。

【連絡先】☎090・1256・7778 代表：鈴木



冬場の撮影

時には、冬の寒さにも負けずに、ベストショットを狙います。



写真展の様子

こらぼひろばにおいて、展示会を行いました。

【問い合わせ】コラボレもおか ☎81・5522 FAX81・5558 (月曜・祝日休館)

真岡 ロケ地紹介

【大河ドラマ】麒麟がくる



【ロケ地の問い合わせ】鬼怒水辺観察センター
☎84・6439 FAX84・3312
(月・火・木・金曜日休み ※祝日除く)

【撮影地】鬼怒川河川敷

作品情報

放送を一時休止している場合があります。詳しくは「麒麟がくる」HP等にてご確認ください。

＜放送＞
日曜日【総合】午後8時
【BSプレミアム】午後6時
【BS4K】午前9時・午後8時

＜再放送＞
土曜日【総合】午後1時5分
日曜日【BS4K】午前8時

ロケ地情報

鬼怒川河川敷がロケ地となり、撮影が行われました。鬼怒川河川敷では、四季折々の自然豊かな風景を見ることができます。付近には、鬼怒水辺観察センターがあり、昆虫や野鳥など水辺の生き物とふれあうことができます。

社会福祉協議会だより

5月に寄付をしてくださった方々(敬称略・順不同)ありがとうございました。

わたのみ基金

大前神社節分講社……………80,000円

善意銀行

完熟いちごチアリーダー……………手作りマスク150枚
松井美砂子……………雑巾50枚
株式会社はやぶさ……………マスク1,000枚
……………次亜塩素水20ℓ

【申し込み・問い合わせ】社会福祉協議会 ☎82・8844 FAX82・5516



真岡のあの日あのこと

第1回 市役所本庁舎



▲昭和32年頃の市役所

市役所本庁舎は、昭和32年に建設され、増築を重ねながらも、現在までの姿をほぼ変えず、真岡市を見守っています。

当時は辺り一面田んぼでしたが、徐々に道路が整備され、住宅や商店が立ち並ぶようになり、市内に賑わいが創出されました。今秋、敷地西側に建設中の新庁舎に、その役目を引き継ぎます。あと数カ月、お世話になります。



▲現在の市役所本庁舎



▲建設中の新庁舎（左）と現在の本庁舎

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、現在、高齢者の方への対面取材を見合わせています。今後の情勢を見ながら、取材を再開し、通常通りの「あの日あのこと」を掲載したいと思いますので、ご理解、ご協力をお願いします。

消費生活センターメモ

シリーズ445

クリーニングトラブルを防ぐために

- 季節の変わり目は、クリーニングを利用する方が多くなり、衣類などの紛失、変色、縮み、型くずれといった相談が寄せられます。
- クリーニングに出せば新品同様になって戻ってくるという期待がありますが、衣類は着用するだけでもダメージを受けています。そのため、トラブルの原因がすべてクリーニング業者にあると言えない場合もあります。
- 例えば、汗をかいたまま放置した衣類の汗汚れは、ドライクリーニングでは完全に落とすことはできません。クリーニング直後は目立ちませんが、保管中にその部分に変色する場合があります。また、購入前の衣料品店での展示による紫外線の影響、消費者自身の着用頻度、衣類の素材や加工技術、保管方法などのさまざまな要因があり、原因の特定が困難な場合が多いため、解決も難しくなります。
- トラブル防止のポイント
- ①受け付け時の点検がしっかりした店を選ぶ。
 - ②クリーニングに出す前に、シミ、破れなどを確認し店員に伝える。
 - ③預かり証は必ず受け取り、保管する。
 - ④受け取り時は、預けた衣類などが全部あるか、シミや収縮がないかなど、店員と一緒に確認する。
 - ⑤ポリカバーを外して保管する。
- トラブル発生時、SマークやLDマークを表示している店は「クリーニング事故賠償基準」をもとに対応します。ただし洗濯物の受け取り後6カ月経過した場合や、預けてから1年経っても受け取らなかった場合は賠償されません。
- ご相談は、消費生活センター(青年女性会館内)
毎週 月～金曜日
9:00～12:00
13:00～16:00
ハナシテナヤミナシ
☎84-7830
相談料無料