

7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」です

令和3年は、ペアレンタルコントロール（親としての管理）等によるインターネット利用に係る子供の防犯被害等の防止を最重点課題とし、有害環境への適切な対応を集中的に実施します。青少年の非行や被害を防止するためには、家庭、学校、地域、職場が一体となり、この問題に取り組むことが大切です。効果的な取り組みを推進するため、ご協力をお願いします。

☎ 生涯学習課青少年係 Tel 82-7152

真岡すくすく子育て相談室〔8月〕 ～産前・産後サポート事業～

妊娠、出産、子育ての不安、日頃の悩みについて助産師・保健師等がお話を伺い、安心して出産・子育てが出来るようサポートしていきます。

【とき】4日(水) 【ところ】総合福祉保健センター
【持ち物】母子健康手帳

ママと赤ちゃんの相談 ※要予約

【時間】午前9時30分～11時30分(受付11時まで)
【対象】産後4カ月までのママと赤ちゃん
【内容】授乳相談、育児相談



妊婦さんの相談 ※要予約

【時間】午後1時30分～4時
【対象】妊娠中の方
【内容】マタニティエクササイズ・個別相談
妊娠・出産のアドバイス

☎ 真岡市子育て世代包括支援センター
(こども家庭課母子健康係内) Tel 83-8121

8月の「子育て相談会」

【とき】4日(水) 【ところ】総合福祉保健センター

①子育てミニ講座「日頃からできる事故予防」
【時間】午前10時15分～10時30分

②身長・体重測定 ③育児相談・栄養相談
【時間】午前9時30分～11時
【持ち物】母子健康手帳
【申し込み】①②当日参加可
③下記にて電話受付(要予約)



☎ こども家庭課母子健康係 Tel 83-8121

オンラインマタニティセミナー

ZOOMアプリを利用したオンラインの教室です。

【とき】8月17日(火) 午前10時～10時40分
【対象】市内在住の夫婦 先着8組
(おおむね妊娠28週以降)
※妊婦の方のみでも参加可

【内容】赤ちゃんとの生活についての講話、沐浴(もくよく)デモンストラーション等

【申し込み】7月16日(金)から、マタニティセミナー申し込みフォームにて受付



☎ こども家庭課母子健康係 Tel 83-8121

8月の結婚相談会 登録者募集中

結婚相談員が、あなたの出会いをサポートします。「そろそろ結婚したいな...」「結婚したいけど出会いが少ない」という方は、気軽にご相談ください。

4日(水)	午前10時～11時	青年女性会館
21日(土)		

【対象】市内にお住まい・お勤めまたは住む意思のある方で、結婚を希望する独身男女
【持ち物】上半身と全身の写真(L判縦13cm×横9cm)、本人確認書類(運転免許証等)
【主催】真岡市縁組センター

☎ 出会い結婚サポートセンター Tel 83-1234

第3回歴史教室 真岡市と宇都宮空襲

※中止・延期等、変更になる場合があります。参加の際は市HPで最新情報を確認ください。

【とき】7月17日(土) 午前10時～正午
【ところ】市民“いちご”ホール 小ホール
【講師】宇都宮市教育委員会職員 大塚 雅之氏

参加料無料

<第4回歴史教室>

【とき】8月7日(土) ※時間、会場は上記と同様
【演題】ドキドキがいっぱい土器から見える歴史

開催日の翌週土曜日から真岡市公式YouTubeで講演を視聴できます。



☎ 文化課文化財係 Tel 83-7735

市民講座

親子ヨガ教室

親子でペアになりポーズをとり、親子のふれあいを通して心の絆を深めましょう。

【とき】①8/7(土) ②8/19(木) 午後1時～2時
※①②どちらかを選び申し込みください

【ところ】市民館山前分館
【対象】市内在住または勤務の方 先着各回8組(16人)
【持ち物等】運動のできる服装、バスタオル、飲み物、ヨガマット(お持ちの方)
【受講料】無料
【申し込み】7月20日(火) から下記電話(8:30～17:15)にて受付

☎ 市民館山前分館 Tel 82-2802(日・月曜・祝日休)

国体開催400日前イベント 栃木SC「親子サッカー教室」

国体400日前を記念したオープニングイベントの開催後、栃木SC選手およびスタッフによる親子サッカー教室でプロのテクニックを学びながら、選手と交流を深めます。

【とき】8月28日(土) ※荒天時中止
午後2時30分～4時30分

【ところ】総合運動公園 陸上競技場
【対象】市内小学生とその保護者 先着30組(60人)
【持ち物等】運動のできる服装、運動靴、タオル、帽子、飲み物、サッカーボール(ある方)
【申し込み】電話(平日9:00～17:15)・FAX・Eメールにて受付 【参加費】無料
※FAX、Eメールの場合は、参加者・保護者の名前、住所、電話番号、学年(年齢)を記入

☎ 栃木SC支援真岡市実行委員会
(総合体育館内スポーツ振興課) Tel 84-2811
FAX 84-6258 Eメール: sports@city.moka.lg.jp



芳賀地区エコステーション 夏休みかんきょう体験ウィーク

①やってみよう! 苜玉作り 8/23(月) 13:30～
【定員】先着20人 【参加費】800円
【持ち物等】厚手の肘までの長さのゴム手袋、汚れてもよい服装

②おしゃれながま口作り 8/25(水) 13:30～
【定員】先着20人 【参加費】1,500円
【持ち物等】布(適さない場合は、用意してある中から選んでいただきます)

③布ぞうり作り 8/27(金) 13:30～
【定員】先着15人 【参加費】400円
【持ち物等】バスタオル1枚(使い古しのもの)

【ところ】芳賀地区エコステーション(堀内1839)
【対象】どなたでも参加できます。

①③は、4年生まで保護者同伴
②は、3年生まで保護者同伴

【申し込み】7月19日(月) から、下記窓口または電話にて受付(8:30～17:15、土・日・祝日は9:00～16:00)

☎ 芳賀地区エコステーション Tel 81-1244

Instagram飲食店応援事業 「真岡ごはん」

コロナ禍の飲食店を応援するため、市内の飲食店の写真を募集しています。ハッシュタグ「#mokafan」「#真岡ごはん」【店舗名】をつけ、Instagramに投稿してください。

FacebookやTwitterでも、ぜひ投稿ください。



市公式Instagramでは「#mokafan」のついた投稿をピックアップして紹介しています。真岡で撮った写真には、ぜひ「#mokafan」のタグ付けをお願いします。



※投稿の際は、マナーとしてお店の人に一声かけましょう
☎ 情報政策課シティプロモーション係 Tel 81-6947

8月の集団健診

過去2年間(女性がん検診は昨年度)に受診した方へは、書類一式を健診日の1週間前ごろに送付します。

※詳細は、4月上旬配布の「特定健診・がん検診」ガイドブックをご覧ください。



生活習慣病健診

◎昭和21年4月1日以前生まれ(後期高齢)の方は、医療機関で健診を受診できます。期間は9月から11月までです。

【受付時間】午前8時～10時30分

とき	ところ
12日(木)、17日(火)、20日(金)、30日(月)	総合福祉保健センター
22日(日)、23日(月)	総合福祉保健センター(40～50代限定)
25日(水)、26日(木)	二宮コミュニティセンター

女性がん検診

【受付時間】午後1時30分～2時30分

とき	ところ
12日(木)	市民館山前分館

共通事項

【対象】40歳以上の方(令和4年4月1日基準)
【受付】問診表を確認し、指定の時間内に受付

◎市で行う検診(集団、施設、人間ドック)は、いずれか年度内1回の受診となります。

◎新型コロナウイルス感染予防対策について「集団検診のお知らせ」に同封の書類でお知らせしますので、確認ください。

☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



市民“いちご”ホール自主事業 ワンコインでピアノを弾いてみよう!

市民“いちご”ホール大ホールのピアノをワンコインで20分間自由に演奏できます。

【とき】8月8日(日)
午前10時～午後5時/1枠20分(1組1枠限り)

【ところ】市民“いちご”ホール 大ホール
【対象】小学生以上(小学生は保護者同伴) 先着15組
【申し込み】7月20日(火) 午前9時から、下記にて電話で受付 【参加料】500円

※レッスン、録音・録画、不特定多数への公開(チラシを作成し集客するなど)目的での利用は不可

☎ 市民“いちご”ホール Tel 83-7731
つながりにくい場合はTel 82-7151



みんなのひろば

●ウエルシア大谷新町店「ウエルカフェ8月」
脳トレ&認知症予防体操を行います。【とき】8/5、8/12(木) 10:00～10:40 【ところ】ウエルシア大谷新町店「ウエルカフェ」【参加費】無料【申し込み・問い合わせ】Tel 090-5219-4479(田邊)