

3月1日から8日は

女性の健康週間

健康増進課
健康づくり係
Tel 83-8122

忙しい毎日の中で「健康でいたい」と思っても、自分のために何かをすることができないまま過ごしていませんか？

この機会に自分の健康を見つめ、生活スタイルを見直してみましょう。



検診を受けよう

年に一度は、がん検診等を受けて健康チェックをしましょう。令和4年度の検診日程は、4月に全戸配布予定です。

女性に起きやすい健康課題を知ろう

過度のダイエットや、妊娠・出産、更年期障害、骨粗しょう症、女性のがん（乳がん・子宮がん）など、ライフステージによって女性の健康課題は変化していきます。

厚生労働省ウェブサイト
女性の健康推進室
ヘルスケアラボ
をご存じですか？



女性の健康に関する情報が盛りだくさんです。気になる病気、悩みのチェックや、女子力アップが期待できるレシピ探しなどができます。



女性の健康推進室
ヘルスケアラボ

令和4年度から 高齢者井頭温泉招待券は **井頭温泉** で交付します

市では、満70歳以上の方を、真岡井頭温泉へご招待しています。令和4年度からは、招待券の交付場所が真岡井頭温泉に変わります。**市役所での交付はできません。**

▼ 交付場所 = 真岡井頭温泉 フロント

▼ 交付日 = 真岡井頭温泉営業日 午前10時～午後9時
※年間を通して受け付けていますので、温泉を利用するときに合わせて申請してください。

▼ 対象者 = 市内に住所を有する満70歳以上の方

▼ 招待回数 = 令和4年度に満71歳以上になる方 → 12回招待
令和4年度に満70歳になる方 → 誕生月から月1回招待
※令和4年度からは、申請月が遅くなっても、招待回数は減りません。

▼ 申請に必要なもの = 交付申請書（はがき）と本人確認書類（運転免許証、保険証など）
※交付申請書は、3月中にご自宅へ郵送します。
令和4年度に満70歳になる方には、誕生月に交付申請書を郵送します。

温泉招待券は
カード型に変わります



☎ いきいき高齢課高齢者福祉係 Tel 83-8195 ☎ 真岡井頭温泉 Tel 83-8822

「地域福祉計画・地域福祉活動計画（第3期）」を策定しました

計画の期間 ▶ 令和4年度から令和8年度までの5年間

詳しくはこちら

- 基本目標 ▶
- ① 共に助け合い、支え合うまち
 - ② 充実した福祉サービスのあるまち
 - ③ 安全で安心して暮らし続けられるまち



市ホームページ

☎ 地域福祉計画について …… 社会福祉課社会福祉係 Tel 81-6943
☎ 地域福祉活動計画について …… 社会福祉協議会 Tel 82-8844

常陽銀行の窓口における納付書の取り扱いを終了します

常陽銀行の窓口における市税・公金（水道料、手数料等）の納付書の取り扱いは、令和4年3月31日をもって終了します。

令和4年4月1日以降に窓口で支払う場合は、右の納入場所を利用ください。なお、口座振替（口座引き落とし）は、これまで通り常陽銀行の口座でも利用できます。詳しくは、納付書裏面に記載の注意事項を確認ください。

☎ 会計課会計係 Tel 83-8164

納付書取り扱い窓口一覧（4月1日以降）

- ◆ 真岡市役所および二宮支所
- ◆ 指定金融機関または収納代理金融機関
 - ・ 足利銀行本支店
 - ・ 栃木銀行本支店
 - ・ 筑波銀行本支店
 - ・ 真岡信用組合本支店
 - ・ はが野農業協同組合全支店
 - ・ 中央労働金庫本支店
- ◆ ゆうちょ銀行・郵便局（納期限内に限る 税金、水道料のみ）



延長窓口と休日窓口で原付バイクと農耕車などの廃車受付を実施します

【とき】 3月23日（水）、25日（金） 午前8時30分から午後7時まで
3月27日（日） 午前8時30分から午後5時15分まで

【ところ】 税務課および二宮支所（27日は税務課のみ受付）

【対象車両】 原付バイク（125cc以下）、小型特殊自動車（農耕用含む）、ミニカー
※全て真岡・二宮ナンバーのものに限ります。

- ▷ 4輪の軽自動車や126cc以上のバイク等の手続きはできません。
- ▷ 廃棄、譲渡以外の理由（一時抹消等）では、廃車できません。
- ▷ 原付バイクのみ、ご当地ナンバーへの交換受付も併せて実施します。



◆ 軽自動車税 ◆ …… 4月1日に所有している方に対し、年税で1年分課税されます。3月31日までに廃車や名義変更の手続きをしないと、令和4年度も課税されますので、速やかに手続きを行ってください。

☎ 税務課諸税係
Tel 83-8112