

お知らせ

水戸部地区

土砂災害防災避難訓練実施

【とき】6月18日(日)午前9時~11時(予定)
【ところ】二宮東部運動場 ※小雨決行・荒天中止
※訓練の案内について、防災行政無線は、水戸部地区に限定して放送しますが、防災ラジオは市内全域での放送となります
【内容】情報伝達訓練、初期消火訓練など
☎ 暮らし安全課危機管理係 Tel 83-8396

防災行政無線案内・災害情報案内 サービス番号が変わります

7月1日(土)から下記の番号が変わります。

防災行政無線情報案内サービス Tel 0285-85-0511

※放送内容は、真岡市公式アプリでも配信
☎ 暮らし安全課危機管理係 Tel 83-8396

災害情報案内テレホンサービス Tel 050-5536-6972

※緊急出動情報(火災・その他)は、芳賀地区消防本部HPにも掲載

※119番への問い合わせは、緊急通報が受信できなくなるためお控えください

☎ 芳賀地区広域行政事務組合消防本部 通信指令課 Tel 82-0119

妊産婦 国民年金保険料の免除

妊産婦の国民年金保険料の免除は、出産予定日の6カ月前から申請できますので、対象の方は申請ください。

【対象】国民年金保険料を納付している方で出産予定または出産した方

※妊娠85日(4カ月)以上の出産が対象(死産・流産・早産・人工中絶含む)

【免除期間】出産予定日または出産日の属する月の前月から4カ月間(多胎妊娠の方は3カ月前から6カ月間)

※さかのぼって免除が認められる期間は平成31年4月以降に限ります

※免除が認められた期間は保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。また、その期間内に保険料が既に納付されている場合は保険料が還付されます。

※出産後の届出でも免除の適用可

【必要書類】出産予定日または出産日を明らかにできる書類(母子健康手帳など)

☎ 国保年金課国民年金係 Tel 81-3534

二宮支所 Tel 74-5004

宇都宮東年金事務所 Tel 028-683-3211

農業者年金受給権者

現況届の提出(6月30日まで)

農業者年金(経営移譲年金、農業者老齢年金)の受給権者の方は、受給資格の確認のため、毎年1回提出が必要です。

【現況届の送付時期】5月末までに農業者年金基金から直接郵送

※昨年7月1日以降の裁定者は現況届が送付されませんので提出不要

【届け先】真岡市農業委員会事務局 市役所本庁舎4階または二宮支所

【未提出の場合】年金の支払いが差し止められますので、必ず提出してください

☎ 真岡市農業委員会事務局農政係 Tel 83-8742

募集

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定懇話会委員の公募

この計画は、令和6年度から3年間の高齢者保健福祉施策の方向性および介護保険料算定の基礎となる介護保険のサービスについて、総合的な高齢者福祉施策の推進を目的に策定するものです。

【募集人員】4人程度

【応募条件】下記の条件を満たす方

①年齢が40歳以上の方(令和5年4月1日現在)

②市内に引き続き1年以上住所を有する方

③平日昼間の会議に出席できる方(年2回程度)

【応募方法】所定の応募用紙(下記窓口に設置または市HPに掲載)、「高齢社会とこれからの福祉」をテーマにした作文(400字程度・様式自由)を下記窓口へ持参または郵送、FAX、メールで提出



市HP ID 20132

※応募用紙は返却不可

【応募締切】7月14日(金)必着

【その他】応募多数の場合は選考により決定

☎ 〒321-4395 真岡市荒町5191 いきいき高齢者福祉係 Tel 83-8195 FAX 83-8554

メール ikiikikourei@city.moka.lg.jp

第40回真岡井頭マラソン大会 プログラム広告募集

10月1日(日)開催の真岡井頭マラソン大会の参加者等へ配布するプログラムへの広告掲載を募集します。



【掲載位置】広告専用面(プログラム規格A4判)

【サイズ・料金】1枠(縦5.8cm×横17.6cm A4の約1/4) 5,000円

※1社あたり最大4枠(A4判)まで可

【発行部数】約1,700部(参加者の数で多少増減有)

【申込】7月17日(月・祝)までに専用の申込用紙(市総合体育館備付)に必要事項を記入し実行委員会窓口(市総合体育館)へ提出

【掲載が決定した方】掲載原稿を料金納付と併せて提出(電子データ可)

☎ 真岡井頭マラソン大会実行委員会 Tel 84-2811

第40回真岡井頭マラソン大会 ボランティアスタッフ募集

マラソンは苦手だけど応援は好きという方、ぜひご協力ください!

【とき】10月1日(日)

【ところ】真岡井頭公園および周辺道路

【対象】高校生以上の方(性別・年齢不問)

【内容】給水の手伝い、その他各種業務

【申込】8月10日(木)までに下記窓口で電話、FAX、メールで受付

☎ 真岡井頭マラソン大会実行委員会 Tel 84-2811 FAX 84-2811 メール sports@city.moka.lg.jp

外国人親子向け高校進学ガイダンス にほんのこうこうへいこう!

にほんの高校についてわからないこと、しんぱいなこと、あなたのことばで話せます。通訳あります。無料です。くわしくは、真岡市のHPでかくにんできます。



市HP ID 12882

【とき】6/25(日) 14:00~16:00

【ところ】市公民館

【もうしこみ】下のURLまたは→→

(URL)

https://forms.gle/fD3QXtXhLU7qkh6J9

☎ でんわでもしつもんできます

学校教育課教育政策係 Tel 81-9052

イベント・催し

宝くじまちの音楽会 南こうせつ with ウー・ファン 心のうたコンサート

【とき】8月27日(日) 開演17:30、開演18:00
【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール(真岡市民会館) 大ホール
【入場料】全席指定(税込) 前売:2,000円 当日:2,500円



※1人5枚まで購入可 ※未就学児入場不可

※前売券完売の場合、当日券はありません

【チケット発売日】6月17日(土)

電話予約:午前10時 窓口販売:午後2時

※初日の電話予約では座席を選べません

☎ KOBELCO真岡いちごホール Tel 83-7731/82-7151

第40回真岡井頭マラソン大会

【とき】10月1日(日) ※雨天決行・荒天中止 午前8時40分開会

【ところ】真岡井頭公園および周辺道路

【種目・参加料】

○親子(2km ※親または祖父母と小学1~4年生) 1組 2,500円

○小学5・6年生男女別(2km) 1,500円

○中学生男女別(4km) 1,500円

○一般(高校生以上)年代別・男女別(4km・10km) 3,500円

※ナンバーカード等の事前送付や資・機材高騰などの影響により、参加料が値上げとなりました

【申込期間】6月1日(木)~7月17日(月・祝)

【申込方法】

①市総合体育館窓口(平日午前9時~午後5時)で受付(申込用紙あり、郵便局振込可)

②インターネットでの照会・申込



照会 テクノプラン



申込 スポーツ エントリー



申込 ランネット

③電話申込 スポーツエントリー

Tel 0570-039-846(平日午前10時~午後5時)

※申込期間中に参加料の支払を完了すること(郵便振替の場合は7月10日(月)まで)

☎ エントリーセンター(テクノプラン)

Tel 048-778-5880(平日午前10時~午後5時) 市総合体育館 Tel 84-2811(平日午前9時~午後5時)

発掘で見えてきた 高田山専修寺 800年の歴史

国重要文化財の専修寺楼門の解体修理工事に伴う楼門下の発掘調査で、明らかとなった近世寺院の基礎や近世以前(中世)の専修寺の新知見についてお話しします。

【とき】6月24日(土)

①午前10時30分 ②午後1時30分

【ところ】高田山専修寺

【参加費】無料 【申込】不要

☎ 文化課文化財係 Tel 83-7735



福祉・健康

はじめての成年後見制度 講座

障がいなどで判断能力が十分でない方の財産や権利を守る制度について分かりやすく説明します。

【とき】7月14日(金) 午前10時~11時

【ところ】総合福祉保健センター ボランティア室

【定員】先着20人 【申込】下記電話で受付

☎ 真岡市社会福祉協議会生活支援係 Tel 82-8844



ヤング健診

半日もかからずに低料金であなたの健康を目に見えるカタチにできます。ベジチェック・体内年齢測定も体験できます。

【とき】7月9日(日)、10日(月)
【受付時間】午前8時30分～10時30分
【ところ】総合福祉保健センター
【対象】市内に在住する下記対象者

健診の種類	対象者	定員	自己負担金
① ヤング特定健診	30～39歳 男女	100人	無料
② 子宮頸がん検診 乳がん検診	30～39歳 女性	75人	400円
		50人	200円
③ 骨密度検診	同日に①か②を受診する女性	当日申込	100円

※年齢基準日 令和6年4月1日

※年度内1回の受診となります

【申込方法】健診日の2週間前までに、
下記電話または専用フォームで受付

☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



子育て

7月の子育て支援センター&サロン

子育て支援センター・地域サロン開設日

ところ	開設日・時間
第一子育て支援センター	月～日(祝日除く) 9:00～11:30、12:30～16:30
第二子育て支援センター	月～金(祝日除く) 9:00～11:30、12:30～16:30
二宮地域サロン(二宮コミュニティセンター)	5日、12日、19日、26日(水) 9:00～12:00
にのみや保育園子育て支援センター	月～金(12日(水)・21日(金)) 午後、祝日、除く) 9:00～12:00、13:00～15:00

第一子育て支援センターの行事予定

6日(木)	開館時間内いつでも	身体測定
7日(金)	10:45～	七夕集会
13日(木)	10:45～※予約制	あつまったらリトミック
20日(木)	10:45～※予約制	親子で楽しくふれあい遊び
26日(水)	10:45～	こっこお誕生会

☎ 第一子育て支援センター Tel 84-1545

第二子育て支援センターの行事予定

5日(水)	10:45～	ぴよぴよ お誕生会
11日(火)	10:00～※予約制	子育て健康相談

☎ 第二子育て支援センター Tel 84-4100

にのみや保育園子育て支援センター

5日(水)	11:00～	栄養士の先生とほっとなひととき
7、14、28日(金)	11:00～	体育遊び
11日(火)	11:00～	リズム遊び

☎ にのみや保育園子育て支援センター Tel 73-2200

赤ちゃん教室

【とき】7月6日(木) 午前10時～11時15分
(午前9時50分までに受付)

【ところ】総合福祉保健センター

【対象】令和5年4・5月生まれの乳児と保護者 先着15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

【申込】6月16日(金)から下記電話で受付

☎ こども家庭課母子健康係 Tel 83-8121



二宮図書館

七夕おはなし会&かざり作り

七夕にまつわる読み聞かせと工作を行います。

【とき】7月2日(日)

午前10時30分～11時45分

【ところ】二宮図書館

【対象】小学校低学年まで 先着8人
(幼児の場合は保護者同伴)



【申込】6月18日(日) 午前10時から下記窓口または電話で受付
☎ 二宮図書館 Tel 74-0286

講座・講演

第2回 歴史教室

どうする家康? そうだ! 天海に聞こう! 真岡地域と天海僧正

【とき】6月17日(土) 午前10時～正午
【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール小ホール

【講師】大正大学 中川 仁喜 准教授

【参加費】無料 【申込】予約不要

【配信】真岡市公式 YouTube で、開催日の翌週土曜日から公開(許諾関係の都合で写真画像を映さない場合があります) ※詳細は市 HP 参照

【次回予告】7月15日(土)

第3回歴史教室「最近の遺跡発掘報告会」

☎ 文化課文化財係 Tel 83-7735



市 HP ID 19097

プラネタリウム 県民の日無料公開

内容(約50分)	公開日
当日の星空解説と番組「ごん GON, THE LITTLE FOX」	6月24日(土)

【投影開始時間】※途中入場不可

①午前11時 ②午後1時30分

【観覧券配布時間】

各回開始30分前～10分前
(定員になり次第受付終了)

【定員】165人 【観覧料】無料

※詳細は市 HP 参照

☎ 科学教育センター Tel 83-6611



市 HP ID 15741

市民講座

プロが教える健康マージャン教室

講師(麻雀プロ)が基本のルールから指導します。

【とき】7/7、7/14、7/21、8/18、8/25、9/1、9/8(金曜日) ※全7回 午後2時～4時

【ところ】AutoMirai 真岡公民館 第7会議室

【対象】市内在住または勤務の成人の方

初心者12人、中級者8人
(定員超抽選)

【持ち物】筆記用具 【参加費】無料

【申込】6月20日(火)までに、下記電話または専用フォームで受付

☎ 生涯学習課生涯学習係 Tel 82-7150



専用フォーム

市民講座 整形外科ヨガ(健康ヨガ)

【とき】7/27、8/3、8/10、8/24、8/31(木曜日) ※全5回

<1班>午前9時30分～10時30分

<2班>午前11時～正午

【ところ】市公民館真岡西分館 第1会議室

【対象】市内在住または勤務の方 各回先着15人

【持ち物等】運動できる服装、ヨガマット、飲み物、タオル 【参加費】無料

【申込】6月16日(金)から、下記窓口または電話(8:30～17:15)、FAXで受付

☎ 市公民館真岡西分館 Tel 84-6781 FAX 84-6936
(日曜・月曜・祝日休)

市民講座 書道教室

点・画の練習など初歩の筆づかいから学び、作品を制作します。

【とき】7/29、8/5、8/12、8/19、8/26(土曜日) ※全5回 午前10時～11時30分

【ところ】市公民館山前分館

【対象】市内在住または勤務の方 先着20人

※小中学生も大歓迎

【持ち物】書道用具一式(半紙、太筆、細筆、硯、墨汁、下敷き) 【参加費】無料

【申込】6月16日(金)から、下記電話で受付(8:30～17:15)

☎ 市公民館山前分館 Tel 82-2802
(日曜・月曜・祝日休)

根本山しぜん体験教室 夏の自然観察

夏の根本山で、オオムラサキやカブトムシ、トンボなどを楽しく観察します。

【とき】7月15日(土) ※雨天中止
午前9時30分～11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 30人(定員超抽選)
(小学4年生以下保護者同伴)

【持ち物等】長袖シャツ、長ズボン、運動靴、帽子、タオル、飲み物、あれば双眼鏡 【参加費】無料

【申込】6月23日(金)までに、専用フォームまたは下記電話で受付

☎ 根本山自然観察センター Tel 83-6280
(月曜・祝日の翌日休)



専用フォーム

みんなのひろば

●トウトウ体操真岡市 ver. をみんなで踊ろう! 健康増進! 真岡を楽しく知ることができるオリジナル体操です。【とき】6月21日(水)6:30～7:00頃 【ところ】五行川河川緑地芝生広場(リバープラス) ※雨天中止 【対象】市内在住・勤務の方(年齢不問) 【参加費】無料 ※予約不要、当日会場へ ☎ 上原チヨウ Tel 82-3131

●3B 体操無料体験

3つの用具を使った楽しい体操です。みんなで楽しく健康づくりをしてみませんか。【とき】7/7、7/14、7/21(金) 11:00～13:00 ※全日程参加しなくても可 【ところ】Earth いちごスポーツ交流館多目的室2 【対象】成人の方 【持ち物等】動きやすい服装、室内シューズ、敷物(ヨガマット等)、飲み物 ※用具はこちらで用意 【参加費】無料 ※予約不要、当日会場へ ☎ 公益社団法人日本3B体操協会栃木県支部(門谷) Tel 090-4542-0370

いちごチャンネル番組案内

【6月19日(月)～6月25日(日)放送予定】

放送時間	◆ JUMP UP もおか
6:00	トピックニュース(地域の話)
8:00	ようこそ市長室へ
10:00	合同就職面接会
12:00	もおかインフォ
16:00	市公式アプリ/コラボレー
18:00	お知らせウィークリー(WNもおか情報)
22:00	◆わくわく体操 6月のテーマ「ウォームアップとストレッチ」 ◆いちごショートケーキ 第11回空ちゃん参集 IN 大前神社
13:00	◆コットンタイム
20:00	令和5年栃木県高等学校総合体育大会ダンスコンクール 兼 第35回全日本高校・大学ダンスフェスティバル(神戸)県予選

☎ 宇都宮ケーブルテレビ(株) 真岡局 Tel 83-7005



いちごチャンネルについて

FMもおか行政情報番組案内

◆いつでもどこでもおかの87.4MHz(ハナシ) 【12:00～12:30 / 18:00～18:30(再放送)】

6/19(月)	議会生中継
6/20(火)	議会生中継
6/21(水)	指定管理者
6/22(木)	井頭マラソン参加者募集
6/23(金)	WN もおか情報

FM周波数 87.4MHz

☎ (株)エフエム真岡 Tel 83-8185



詳しい番組表は FMもおかHPで確認できます

広報もおか・市政こよみ・WeeklyNews もおかは、市のHPや市公式アプリでも読むことができます。



市公式アプリはこちらからダウンロードできます。



Android版

iOS版