

お知らせ

令和6年3月1日から戸籍謄本等の取得や戸籍届出が便利になります

戸籍謄本等の広域交付

真岡市に本籍がない方でも、真岡市の窓口で戸籍謄本等を請求することができます。

【取得できる証明書】戸籍謄本（戸籍全部事項証明書）、除籍謄本（除籍全部事項証明書）、改正原戸籍謄本

※戸籍（除籍）抄本や一部事項証明書、戸籍の附票は取得不可

※コンピューター化されていない一部の戸籍（除籍）謄本は取得不可

【請求できる人】本人、配偶者、父母、祖父母などの直系尊属、子、孫などの直系卑属

※代理人や郵送による請求不可

※亡くなった配偶者の婚姻前の戸籍（除籍）謄本は取得不可

【本人確認書類】マイナンバーカードや運転免許証など官公署発行の顔写真付きのもの

※健康保険証や年金手帳などの複数提示での受付不可

戸籍届出時における戸籍謄本の提出が不要に

婚姻届や養子縁組、転籍届など、戸籍の届出時に、原則として戸籍謄本（本籍地が真岡市外の方のみ）の提出が不要となります。



法務省 HP

☎ 市民課戸籍係 Tel 83-8118

国民年金保険料学生納付特例制度

学生納付特例制度とは、所得が一定額以下の場合に申請により保険料の納付が猶予される制度です。猶予を希望する方は、下記方法にて申し込みください。

【申請方法】下記窓口またはマイナポータルを利用した電子申請

※詳細は日本年金機構 HP 参照

【用意するもの】

①個人番号が確認できるもの（マイナンバーカード・個人番号カード・通知カード等）または、基礎年金番号が確認できるもの（年金手帳・基礎年金番号通知書等）

②学生証（コピー可 ※両面をコピー）または在学証明書（原本）

【受付開始】20歳の誕生日の前日から

【すでに学生納付特例制度を受けている方】

令和6年度も引き続き猶予を希望する場合は、3月末に日本年金機構から届く、申請ハガキに必要事項を記入して返送ください。

※詳細は日本年金機構 HP 参照

【注意】

○学生でない方は、国民年金保険料免除・納付猶予制度を利用ください

○過年度分申請希望の方は在学証明書のみ有効

【年金加入者ダイヤル】

電子申請について Tel 0570-003-004

☎ 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



日本年金機構 HP

車いすの貸し出し窓口が変わります

車いすの無料貸し出しは4月から真岡市社会福祉協議会が窓口になります。現時点で車椅子を借りている方は、社会福祉課窓口（本庁舎1階）へ至急返却ください。

社会福祉協議会での車いすの貸し出しについて

【対象】真岡市在住の方

【必要書類】身分証（運転免許証等）

【貸出期間】申請書1枚につき1カ月、最長3カ月まで延長可（申請書はその都度提出が必要）

☎ 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129

真岡市社会福祉協議会 Tel 82-8844

募集

真岡市公共交通サポーター募集

地域公共交通の安定的な運行や、市民の公共交通への意識を醸成するために公共交通サポーターを募集しています。

個人会員

【協賛金】1口5,000円（中学生以下3,000円）

【特典】

①いちごタクシー回数券1組またはいちごバス回数券3組進呈（1組11回分・利用期限なし）

②いちごバス運賃無料券発行（土日祝日限定・3カ月間有効）



申込フォーム (個人)

法人会員

【協賛金】1口10,000円

【特典】

①市HP、いちごタクシーおよびいちごバス車内に協賛法人として掲載

②1口につき3カ月間、いちごバス車内にB3サイズの広告を掲載

※法人会員特典のいちごバス車内広告は、公告枠数が限られているため、申し込み時点で広告の掲載を受付できない場合があります

【申込】申込フォームまたは市役所本庁舎3階の下記窓口で受付

☎ 総合政策課交通政策係 Tel 83-8469



申込フォーム (法人)

五行川の草を抜くというボランティア

川沿いに生えた雑草を取り除く作業を行います。

【とき】3月17日（日）午前10時～正午

【ところ】五行川河川緑地

【対象】どなたでも先着50人

【持ち物等】汚れてもよい服装、軍手、飲み物、草刈り鎌、スコップ（あれば）

【申込】3月10日（日）までに申込フォームまたは下記電話で受付

☎ コラボレもおか Tel 81-5522



申込フォーム

令和6年真岡市奨学生の募集

この制度は優秀な学生・生徒で経済的理由により、入学・修学が困難な方に市教育委員会が学資等を貸与し、広く有能な人材を育成することを目的としています。

【募集期間】3月15日（金）まで

就学資金

【対象】本市に1年以上住所を有し、修学の意欲がある品行方正な方で、高等学校、高等専門学校、短期大学、大学、専修学校（2年以上の専門課程）、福祉・医療・看護教育を行う各種学校（高校卒業者）に在学または入学しようとする方

※在学のため他市に住所を移した方も対象

【募集人数】20人程度

【貸付額】高等学校、高等専門学校は月額2万円・それ以外の大学等は月額4万円

（年4回に分けて貸与、初回振込は5月末）

【貸付期間】在学する学校の正規の最短修業期間

【返還】卒業後2年経過後、貸与した年数の2.5倍に相当する期間内に半年賦による均等払（無利子）

入学資金

【資格】本市に1年以上住所を有し、短期大学、大学、専修学校（2年以上の専門課程）、福祉・医療・看護教育を行う各種学校（高校卒業者）に入学しようとする方の保護者

【募集人数】5人程度【貸付額】30万円（振込は5月末）  
【返還】貸与した年から3年間で、半年賦による均等払い（無利子）

共通注意事項

修学・入学資金ともに、世帯の収入基準や市税の完納などの条件があります。また、連帯保証人（教育委員会が定めた要件を満たす方）が2人必要です。

☎ 学校教育課総務係 Tel 83-8180



詳細は市HP参照 ID 700

イベント・催し

久保邸ひなまつりイベント

真岡・浪漫ひな飾りに併せて、久保記念観光文化交流館でイベントを開催します。お子さまが楽しめるイベントのほか、クレープ、パンなどの出店もあります。ぜひご来場ください！

【とき】3月3日（日）

午前10時～午後2時

【ところ】久保記念観光文化交流館

【内容】大道芸ショー、駄菓子屋、折り紙、ぬりえ、フォトスポットなど

☎ 真岡市観光協会 Tel 82-2012



詳細は観光協会HP参照

もおかの1+5=6（いちごは6歳）  
新一年生お祝いイベント

新一年生にお祝いの気持ちを込めて、パフォーマーによるジャグリングなどのショーを開催します。

【とき】3月16日（土）

開場午後1時30分 開演午後2時

【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール 小ホール

【入場料】全席指定

新1年生（小学校）無料

一般（0歳～大人）300円

【チケット】下記窓口で発売中

☎ KOBELCO 真岡いちごホール

Tel 83-7731/82-7151



KOBELCO もおか いちごホール HP

いちごホール DAY

カルチャークラブの講師や生徒による、年に一度の発表会です。講座発表会やリトミック体験も開催します。

【とき】3月17日（日）開場 午前10時

【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール

【入場料】無料

【市民団体発表（大ホール）】

午前10時30分～午後2時30分

4団体によるリレー演奏

（真岡フルーツアンサンブル、尊徳太鼓保存会、オカリーナもおか、[ゲスト] Bamboo Brass Quartette）

【リトミック体験（小ホール）】

午前11時50分～午後1時10分

講師 飯島宏子氏・上野恵美子氏

☎ KOBELCO 真岡いちごホール

Tel 83-7731/82-7151



KOBELCO もおか いちごホール HP

福祉・健康

3月のベジチェックデー

「野菜」足りていますか？センサーに手を当てるだけで、推定野菜摂取量を簡単に測定できます。

8日(金)	午後1時～3時	市役所本庁舎1階ロビー
15日(金)		まちなか保健室 田町館
25日(月)		まちなか保健室 にのみや館

【参加費】無料 【申込】予約不要

☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



## 高齢者肺炎球菌予防接種 経過措置終了

高齢者肺炎球菌予防接種の定期接種対象者は、65歳です。それ以上の世代(70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳)には、接種機会を確保する目的で経過措置として接種が行われてきましたが、令和5年度で終了します。4月1日以降は、65歳の方のみが定期接種の対象となりますので、令和5年度の定期接種対象者で、接種を希望する方は、必ず令和6年3月31日までに接種してください。

【対象者】接種日に市内に住所を有し、令和5年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方(過去に接種をしたことがある場合は対象外)

※定期接種対象者の方には、令和5年4月中旬に予診票を送付済

【接種場所】市内の予防接種実施医療機関

※接種の際は、必ず事前に医療機関へ問い合わせください

【接種費用】無料

※令和6年3月31日までに限りますが、3月末日は休日にあたりますのでご注意ください

※予診票の再発行や詳細については下記へ問い合わせください

☎ 健康増進課地域医療係 Tel 81-6946

## 芳賀郡市医師会主催 市民公開講座 「股関節の最新治療について」

地域保健活動推進の一環として開催します。どうする？私たちの身体。これからも元気に歩く生活をするために、ぜひご参加ください。

【とき】3月10日(日)午後1時～3時  
(30分前から受付開始)

【ところ】AutoMirai 真岡公民館 第3・4会議室

【講師】芳賀赤十字病院 整形外科

主任部長 宮本 理 先生

【申込】下記にて電話で受付 【参加料】無料

☎ 芳賀郡市医師会 Tel 82-3185

健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

## 3月に70歳を迎える方へ 高齢者温泉招待券を交付します

【対象】市内在住で、昭和29年3月31日以前生まれの方(令和6年3月に70歳になる方)

【交付場所】真岡井頭温泉 フロント

【持ち物】交付申請書(はがき)、本人確認書類(運転免許証や保険証など)

※すでに70歳以上の方も引き続き交付申請受付中

☎ いきいき高齢課高齢者福祉係 Tel 83-8195

## 認知症カフェ

認知症カフェとは、同じ悩みを抱えた方たちが集まり、相談したり、情報交換したりする場です。気軽にご参加ください。

【対象】認知症の方とご家族、その他どなたでも

【参加費】無料

### にのみやカフェ

【とき】3月21日(木)午前10時～11時

【ところ】二宮コミュニティセンター 204 会議室

### あおぞらカフェ

【とき】3月25日(月)午前10時～11時

【ところ】真岡市役所 2階 青空ステーション

☎ いきいき高齢課地域支援係

(地域包括支援センターもおか) Tel 83-8132

(地域包括支援センターにのみや) Tel 74-5139

## 健康サポート薬局 お薬個別相談会

薬剤師さんが個別に質問や相談に応じます。

【とき】3月23日(土)

① 13:00 ② 13:40 ③ 14:20

【ところ】にのみや薬局

【定員】各回 1人 30分程度

【持ち物】お薬手帳 【相談料】無料

【申込】下記電話で受付

☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

## 子育て

### 食育講座「おはしのいろいろ」

栄養士によるやさしい食育講座です。おはしの使い方や選び方などを、親子で楽しく学んでみよう！



【とき】3月17日(日)午前10時～11時

【ところ】真岡市立図書館 2階会議室

【対象】小学生とその保護者 先着10組

【申込】下記窓口または電話で受付

☎ 真岡市立図書館 Tel 84-6151

## 講座・講演

### プラネタリウム

### 「東日本大震災特別番組」無料公開

【とき】

3月9日(土)

① 午前11時 ② 午後1時30分

3月11日(月)

① 午後1時50分 ※終了後黙とう

投影時間約50分(途中入場不可)



【内容】東日本大震災特別番組

「星よりも、遠くへ」制作：仙台天文台

※当日の星空解説はありません

【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

☎ 科学教育センター Tel 83-6611

### 協働理解促進講座

### 地域活動とボランティア

地域とボランティアをつなぐ取り組みを実践している地域福祉に詳しい専門家から話を聞き、これからの地域コミュニティについて考えます。

【とき】3月15日(金)

午後3時15分～4時45分

【ところ】二宮コミュニティセンター 301 会議室

【対象】真岡市および近隣市町で市民活動・地域活動を行っている方 先着60人

【講師】福聚会無量荘グループ代表 青田 賢之 氏

【参加費】無料

【申込】下記にて電話で受付

☎ コラボレーもおか Tel 81-5522

### 市民活動スキルアップ講座

### 今日から始めるSDGs

### ～ゲームで楽しく学んでみよう～

カードゲーム「SDGs Match」を通してSDGsを学びます。

【とき】3月23日(土)

午後1時30分～3時30分

【ところ】市役所本庁舎 3階 301・302 会議室

【対象】真岡市および近隣市町で市民活動・地域活動を行っている方 先着16人

【講師】コラボレーもおか スタッフ

【参加費】無料

【申込】下記にて電話で受付

☎ コラボレーもおか Tel 81-5522

### 令和6年度受講者募集

### 点字ボランティア養成講習会

【期間】4月7日～令和7年3月16日の毎月第1・3日曜日 午前10時～正午 ※全24回

(5月は第2・4日曜日に実施)

【ところ】総合福祉保健センター ボランティア室

【対象】点字を学ぶことに意欲・関心があり、講習会終了後は市内での活動に参加し、視覚障がい者を理解し交流を深めることを望む方

(小学3年生から受講可) 先着10人

【受講料】無料(テキスト代590円は自己負担)

【申込】下記窓口に備え付けの申込書にテキスト代を添えて直接申込 【締切】3月11日(月)

☎ 真岡市社会福祉協議会 Tel 82-8844

## 暮らし・相談

### ストレスチェックをしませんか

3月は、自殺対策強化月間です。仕事や経済的な悩み、生活環境の大きな変化などで、多くの人がストレスを受けやすい時期です。こころがちょっと疲れていると感じたら、「こころの体温計」でストレス状態をチェックし、そして、こころのケアを始めてみましょう。

【こころの体温計とは】

スマホやパソコンを使って、気軽にこころの状態がわかるメンタルヘルスチェックシステムです。健康状態や人間関係などの質問に答えると、猫や金魚などのキャラクターが登場し、ストレス度や落ち込み度を表示します。チェックの後、診断にあった、相談機関の一覧が表示されます。

<本人モード結果画面(例)>



☎ 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129

## いちごチャンネル番組案内

【3月4日(月)～3月10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(地域の話題)
8:00	・ようこそ市長室へ
10:00	・令和6年能登半島地震の対応について
12:00	・もおかインフォ
16:00	・女性の健康週間と女性がん検診
18:00	・消防団員募集
22:00	・お知らせウィークリー(WN もおか情報)
	◆ わくわく体操 3月のテーマ 「ながら運動」
	◆ いちごショートケーキ 台町敬老会 麵フェス2023
13:00	◆ コットンタイム
20:00	第16回 図書館寄席

☎ 宇都宮ケーブルテレビ(株) 真岡局 Tel 83-7005



## FMもおか行政情報番組案内

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

3/4(月)	消防団員募集
3/5(火)	芳賀地区広域行政事務組合消防本部
3/6(水)	指定管理者関係
3/7(木)	ナラ枯れについて
3/8(金)	WN もおか情報

FM周波数 87.4MHz

☎ (株)エフエム真岡

Tel 83-8185



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。

