



4月5日号から新聞折り込みへ変更となりました

「WeeklyNewsもおか」はこれまで、真岡新聞の折り込みにより市内全戸に配布してきていたところですが、4月5日号から真岡新聞が休刊となったため、急遽、一般新聞各紙へ折り込みによる対応とさせていただきます。新聞を購読していないご家庭の皆さまにはご不便をおかけし誠に申し訳ございませんが、市内各施設での配布、市HPや市公式アプリでの閲覧ができますのでご利用ください。



WeeklyNews 電子版はこちら
ID 15738

☎ 秘書広報課広報係 Tel 83-8100

お知らせ

保育士等就職支援金

【募集人数】8人程度
【対象】保育士等の養成施設の在学者で、卒業後に真岡市内の保育所等に就職する方
【交付額】月額3万円(最大24カ月交付)
【募集期間】5月10日(金)まで
☎ 保育課施設管理係 Tel 83-8461



詳細は市HP参照
ID 13623

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

【令和6年度保険料額】16,980円(令和6年4月～令和7年3月)
【納付方法】納付書(金融機関・郵便局・コンビニエンスストア)、キャッシュレス決済(対象アプリ)、クレジットカード、口座振替
【未納のまま放置すると】強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課せられるだけでなく、被保険者本人のほか、連帯して納付義務を負う配偶者および世帯主の財産が差し押さえられる場合があります。
【所得が少ないなどで納付が困難な場合】保険料が免除・猶予される制度がありますので、下記まで問い合わせください。
☎ 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

真岡市都市計画マスタープランを策定

旧計画の策定から約10年が経過する中、少子高齢化の進行や社会経済情勢の変化に加え、上位計画や各種関連計画が策定・改定されたことから新たな「真岡市都市計画マスタープラン」を策定しました。市HPで本計画書を掲載しています。ぜひ、ご覧ください。
☎ 都市計画課計画係 Tel 83-8152



市HP
ID 22253

暮らし、観光・イベント情報等を配信！真岡市公式LINEアカウント

LINEアプリで真岡市公式アカウントを「友だち追加」することで、暮らしや観光・イベント情報などを取得できるほか、AI(人工知能)が24時間365日、各種証明書の申請方法や引っ越しの手続きなどについての問い合わせにお答えする「真岡市AIチャットボット」を利用できます。ぜひご利用ください。
☎ 秘書広報課広報係 Tel 83-8100



市公式LINE



詳細は市HP参照
ID 13100

募集

真岡すきすきシェアクラブメンバー募集

「真岡すきすきシェアクラブ」は、市内在住の高校生や市内の学校に通う高校生が集まり、まち歩きやいちご狩りなどを体験しながら真岡の魅力発信する活動を行っています。一緒に真岡を楽しみませんか？



Let's Enjoy Moka



【活動期間】5月～令和7年3月
初回活動日：5月25日(土)
【活動内容】・真岡の魅力体験・インスタグラム発信・ラジオ出演
【対象】市内在住または在学の高校生
【申込】5月16日(木)までに申請フォームで受付
☎ 秘書広報課シティブロモーション係 Tel 81-6947

申請フォーム

自然観察会

「赤城山 小沼・覚満淵一周コース」

【とき】5月30日(木)
※雨天決行(雨天時、行先変更の場合あり)
【集合場所】久保講堂南側砂利駐車場
【出発時間】午前8時(午後4時30分帰着予定)
【ところ】群馬県赤城山 小沼・覚満淵一周コース
【参加費】1人500円 当日集金
【持ち物等】昼食、飲み物、帽子、雨具、山道に適した靴や服装
【対象】市内在住または勤務する成人の方
【定員】20人 ※記入不備無効、定員超抽選
【申込】5月7日(火)までに(消印有効)往復はがきで受付(1通2人まで申込可)
※5月中旬に参加の可否を返信ハガキで通知

【往信】オモテ 〒321-4336 真岡市西高岡木 539番地1 真岡市公民館真岡 西分館「真岡の自然を守る会 自然観察会」担当行	【返信】ウラ 記入不要	【返信】オモテ ・郵便番号 ・住所 ・氏名	【往信】ウラ 参加者全員の住所・氏名 生年月日 電話番号(携帯番号) ※市外の方は勤務先記載
--	----------------	--------------------------------	--

☎ 真岡の自然を守る会事務局(市公民館真岡西分館) Tel 84-6781

キラリ！充実 仲間づくり

令和6年度 女性学級生募集

料理教室や教養講話など、各地区オリジナルの内容で学級生が学習計画を作成し運営します。
【対象】市内在住の女性 各地区先着50人
【申込】下記電話で受付

学級名	問い合わせ先	
真岡地区	生涯学習課生涯学習係	Tel 82-7150
真岡西地区	真岡西分館	Tel 84-6781
山前地区	山前分館	Tel 82-2802
大内地区	大内分館	Tel 82-2704
中村地区	中村分館	Tel 82-2902
二宮地区	二宮分館	Tel 74-0107

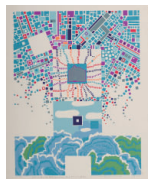
※生涯学習課(土・日曜・祝日休)／各分館(日・月曜・祝日休)

☎ 生涯学習課生涯学習係 Tel 82-7150

イベント・催し

久保記念観光文化交流館 美術品展示館 生誕100年・没後10年 木村利三郎展-都市への賛歌

ニューヨークで活躍した作家の色鮮やかな都市の姿を描いた作品を展示します。
【とき】6月24日(月)まで
午前9時～午後5時
【休館日】毎週火曜日
【料金】無料
☎ 久保記念観光文化交流館 Tel 82-2012



真岡市芸術鑑賞会映画会 「ミステリと言う勿れ」

【とき】4月27日(土)
①午後2時 ②午後6時30分
(開場：各30分前)
【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】大人(高校生以上)1,000円
中学生以下(4歳以上)500円
入場券はAutoMirai 真岡公民館および当日会場で購入可 全席自由
令和6年度芸術鑑賞会会員無料
※当日会場にて令和6年度芸術鑑賞会会員の申し込みも受付中
☎ 文化課文化振興係 Tel 83-7732



詳細は市HP参照
ID 19836

福祉・健康

一般介護予防事業 体操から始めるフレイル予防教室

二宮編
健康運動指導士による体操や、お口・栄養に関する講話を行います。
【とき】5月9日から毎週木曜日(6/6休み)
※全12回 午前10時～11時30分
【ところ】二宮コミュニティセンター301会議室
【対象】65歳以上の市民で介護保険サービスを利用していない方 先着15人※未経験者優先
【参加費】無料
【備考】日程などの詳細は事前送付書類参照
【申込】4月22日(月)午前8時30分から下記電話で本人のみ受付
☎ 高齢福祉課地域支援係 (地域包括支援センターもおか) Tel 83-8132



1カ月間短期集中レッスン B.STEAM・スタジオプログラム

スタジオレッスンが2回無料で受けられます。レッスンの前後1時間ジム使い放題、INBODY測定付き。自分に合ったカラダづくりを見つけるために、まずはココで運動の効果を体感してみませんか？

5/18(土) 14:00～	美ボディメイク「ヒップアップ」
5/23(木) 20:00～	ボディライン整う「ピラティス」

※体験教室の参加は原則1人1回
【ところ】B.STEAM(白布ヶ丘12-1)
【対象】市内在住の30～64歳の方で昨年または今年に健康診断を受けた方 各先着8人
【参加費】無料
【申込】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

5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。

11日(土)	午前10時～正午	まちなか保健室 駅前館
4日(土)	午後1時～3時	まちなか保健室 田町館
8日(水)		市役所本庁舎1階市民ロビー
18日(土)		まちなか保健室 におのみや館

【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

子育て

こどもの読書週間 キミも博士ちゃんになろう！in 図書館

クイズに答えて、博士ちゃんを目指そう！
【とき】4月21日(日)～5月12日(日)
【ところ】真岡市立図書館・二宮図書館
【定員】真岡市立図書館70人、二宮図書館30人
【対象】小学生以下 【申込】不要
☎ 真岡市立図書館 Tel 84-6151



産前・産後サポート事業

5月の真岡すくすく子育て相談室

助産師・保健師等がお話を伺い、安心して出産・子育てができるようサポートしていきます。

【とき】8日(水)

【ところ】総合福祉保健センター

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・産後のからだづくり

【持ち物】母子健康手帳

マタニティ相談 ※要予約

【時間】午後1時30分～4時

【対象】妊娠中の方

【内容】胎教・妊娠中の過ごし方・マタニティエクササイズ・お産の進み方の話

【持ち物】母子健康手帳

☎ 子育て家庭課母子健康係 Tel 83-8121



5月の子育て相談会

【とき】8日(水)

【ところ】総合福祉保健センター

①育児相談・栄養相談 ②身長・体重測定

【時間】午前9時30分～11時

③子育てミニ講座「こどもの栄養 おやつを取り方」

【時間】午前10時15分～10時30分

【持ち物】母子健康手帳

【申込】①下記電話で受付(要予約)

②③当日参加可

☎ 子育て家庭課母子健康係 Tel 83-8121



赤ちゃん教室

赤ちゃんの発達の促し方やスキンケア、産後ママの体ケア、ベビーマッサージなどを行います。

【とき】5月9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6年1～3月生まれのお子さんと保護者 先着15組

【申込】4月19日(金)から申請フォームまたは下記電話で受付

☎ 子育て家庭課母子健康係 Tel 83-8121



マタニティセミナー

沐浴や着替え、抱っこの仕方などを体験します。

【とき】5月11日(土)

午前9時30分～11時30分

(午前9時15分から受付)

【ところ】総合福祉保健センター

【対象】市内在住で妊娠中の夫婦 先着12組(おおむね28週以降、胎児が双子の場合は、妊娠24週以降で参加可)

※両親以外の参加や1人での参加も可

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具

【申込】4月19日(金)から下記電話で受付

☎ 子育て家庭課母子健康係 Tel 83-8121



スポーツ

スポーツ教室

親子卓球教室

誰もが手軽に楽しめる卓球を親子で楽しく学びます。

【とき】5/18、5/25、6/1、6/15、6/22
(土曜日) ※全5回 午前10時～正午

【ところ】アオキシンテックもおか武道館 2階

【対象】市内在住の小学生とその保護者 先着15組(30人)

【持ち物等】ラケット、運動のできる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

子どもドッジボール教室

ドッジボールの基礎を楽しく学びます。

【とき】5/18、5/25、6/1

(土曜日) ※全3回 午後2時～4時



【ところ】アオキシンテックもおか武道館 2階

【対象】市内在住の小学生 先着20人

【持ち物等】運動のできる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

子ども体操教室(第1回)

マット運動や跳び箱の基礎を学びます。小学校低学年の子や器械運動に苦手意識がある子向けの教室です。トランポリンを使った楽しい運動も行います。

【とき】5/25、6/1、6/15、6/22

(土曜日) ※全4回 午後2時～4時

【ところ】総合体育館

【対象】市内在住の小学生 先着20人

【持ち物等】運動のできる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物



共通事項

【申込】4月22日(月)～5月15日(水)(子ども体操教室は5月22日(水)まで)の期間に、申請フォームまたは下記電話(平日9:00～17:00)で受付 【参加料】無料

☎ スポーツ振興課 Tel 84-2811

真岡市制施行70周年記念事業

真岡市アンバサダー宇賀神みずき選手によるバレーボール教室

バレーボールV1リーグ「岡山シーガルズ」所属宇賀神みずき選手によるバレーボール教室を開催します。豊かな経験と卓越した技術を持つプロスポーツ選手と触れ合いながらバレーボールを楽しんでみませんか。

【とき】5月18日(土) 午後1時～2時30分

【ところ】総合体育館

【対象】バレーボール未経験の小学生とその保護者 30組(60人)

【持ち物等】運動のできる服装、体育館シューズ、タオル飲み物

【申込】4月22日(月)～5月9日(木)の期間に、申請フォームまたは下記電話(平日9:00～17:00)で受付

☎ スポーツ振興課 Tel 84-2811



暮らし・相談

住宅用太陽光発電・蓄電システム設置補助

環境への負荷の少ないクリーンエネルギーの普及促進を図るため、住宅に太陽光発電・蓄電システムを設置する市民の方に、設置費用の一部を補助します。申請手続きなど詳細は市HPを確認ください。

【補助金額】

○太陽光発電システム

1kW当たり10,000円(上限40,000円)

○蓄電システム

1kWh当たり12,000円(上限60,000円)

【対象】・自ら居住する住宅に太陽光発電・蓄電システムを設置した方・電力会社と電力受給契約を結んだ方・太陽電池の最大出力が10kW未満のシステムであること・世帯全員が市税等を完納していること

【申込】太陽光発電システムは電力受給契約後90日以内、蓄電システムは支払いまたは設置完了後90日以内に下記へ申し込み

☎ 環境課環境対策係 Tel 83-8127



真岡市シルバー人材センター手芸作品販売

女性会員「作しんぼの会」による販売会を行います。ぜひお越しください。

【とき】4月23日(火) 午前10時～午後0時30分

【ところ】真岡市シルバー人材センター前

※今後、偶数月の第4火曜日に開催予定

☎ 真岡市シルバー人材センター Tel 84-1110

5月の各種相談日

行政相談 行政への意見・要望

14日(火) 9:30～11:30 二宮コミュニティセンター

☎ 秘書広報課広報広聴係 Tel 83-8100

人権相談 虐待・DV・差別

14日(火) 9:00～12:00 (受付11:30まで) 総合福祉保健センター

☎ 市民協働推進室 Tel 83-8141

法律相談 (真岡市民に限る)

14日(火) 10:00～12:00 総合福祉保健センター

※要予約 4/26(金) 8:30から下記電話のみで受付開始

心配ごと相談 電話相談可 (Tel 82-8844)

7・21・28日(火) 9:00～12:00 総合福祉保健センター

14日(火) (受付11:30まで) 市公民館山前分館

☎ 真岡市社会福祉協議会 Tel 82-8844

5月の結婚相談会

初めての婚活でも安心です。出会いから結婚までをサポートします。お気軽にお越しください。

1日(水) 午前10時 二宮コミュニティセンター

18日(土) ～11時 青年女性会館

【対象】市内に在住または勤務、あるい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)

☎ 出会い結婚サポートセンター Tel 83-1234

みんなのひろば

●民話美寿々もおか支部 第58回町おこし民話語り～あなたに届けたい癒しとぬくもり～

【とき】4月20日(土) 午前10時～ 【ところ】真岡市立図書館2階会議室※入場無料 ☎民話美寿々もおか支部(佐藤) Tel 84-4824

いちごチャンネル番組案内

【4月22日(月)～4月28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	市役所窓口用「軟骨電動イヤホン」の導入について
12:00	・もおかインフォ
16:00	市税等の納付(口座振替) コラボレ
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4月のテーマ「上半身の姿勢づくり」
	◆いちごショートケーキ第31回にのみやたこあげ大会
13:00	◆コットンタイム
20:00	第30回芳賀コーラスの集い

【小学校卒業式】

学校名	放送日	再放送日	時間	再放送日	時間
長沼小	4/23(火)	4/24(水)	9:00	4/27(土)	18:00
長田小	4/23(火)	4/24(水)	15:00	4/27(土)	20:00
中村小	4/25(木)	4/26(金)	9:00	4/28(日)	18:00
西田井小	4/25(木)	4/26(金)	15:00	4/28(日)	20:00

※番組を視聴するには、真岡市ケーブルテレビ施設への加入が必要となります

☎ 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874(ハナシ) 【12:00～12:30 / 18:00～18:30(再放送)】

4/22(月)	UIJ ターン就業定住助成金について
4/23(火)	デジタル戦略課について
4/24(水)	真岡図書館からのお知らせ
4/25(木)	おくやみ窓口について
4/26(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

