



## お知らせ

### 児童扶養手当現況届・ひとり親家庭医療費助成受給資格更新手続き

【とき】8月30日(金)まで 土日祝日を除く  
午前8時30分～午後5時  
※14日(水)、30日(金)は午後7時まで  
【ところ】本庁舎1階こども家庭課窓口  
※19日・20日は本庁舎4階402会議室で受付  
※8月25日(日)は本庁舎1階こども家庭課窓口で開設(午前8時30分～午後4時)  
【対象】児童扶養手当・ひとり親家庭医療費助成受給資格者  
※児童扶養手当の一部支給停止適用除外事由届の案内が6月に届いた方は現況届の時に提出  
令和6年度児童扶養手当現況届全部停止見込みの方郵送で提出ください(対象者には別途通知)  
☎ こども家庭課子育て支援係 Tel 83-8131

### 国民年金保険料の追納制度

国民年金保険料の免除(全額・一部免除および法定免除)や納付猶予、学生納付特例を受けた期間の保険料をさかのぼって納める(追納する)ことで、老齢基礎年金の年金額を回復できます。  
【追納できる期間】免除対象となった月の納付期限(該当月の翌月末)から10年以内  
※原則として、免除・猶予期間のうち、最も古い保険料から納付  
※一部免除を受けた期間に、納付すべき保険料を納付していない場合は追納不可  
※すでに年金を受け取っている方は対象外  
【申請方法】国民年金保険料追納申込書に必要事項を記入し下記窓口へ提出  
☎ 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

## 募集

### 真岡市民会館・真岡市公民館・青年女性会館 指定管理者の募集

募集要項の配布  
【とき】9月3日(火)まで  
午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)  
【ところ】本庁舎4階文化課窓口  
※上記の期間中募集要項等市HPから入手可  
申請書受付  
【とき】9月3日(火)～9月17日(火)  
午前9時～午後5時(土・日、祝日を除く)  
【提出方法】文化課窓口で受付  
現地説明会  
【とき】8月9日(金)午後1時30分～  
【ところ】AutoMirai 真岡公民館第3・4会議室  
☎ 文化課文化振興係 Tel 83-7732

### 生涯学習推進会議委員の募集

【募集人数】3人  
【任期】10月1日～令和8年9月30日(2年間)  
【応募条件】下記の全てを満たす方  
①令和6年4月1日現在25歳以上の方(学生除く)  
②市内に引き続き1年以上住所を有する方  
③平日の昼間の会議に出席できる方  
【応募】応募用紙に「真岡市の生涯学習事業」についてまとめた作文(400字程度)を添えて、8月16日(金)までに下記へ郵送(必着)またはFAX、メールで受付(提出書類の返却不可)  
※選考結果は9月下旬までに通知  
☎ 〒321-4395 真岡市荒町5191 真岡市生涯学習課生涯学習係 Tel 82-7150 FAX 83-4070  
メール gakyuu@city.moka.lg.jp

### 第71回真岡市文化祭ホール部門 出演者募集

【とき】10月20日(日)午前10時～午後4時(予定)  
※今年度は1日のみの開催で実施  
※出演団体数により日程が変更になる可能性あり  
【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール大ホール  
【募集ジャンル】ダンス(フラ、ハワイアン、よさこい、四つ竹、バレエ、ヒップホップ等)、音楽全般(演奏を伴うもの)、伝統芸能、朗読、民謡・民舞、吟詠剣詩舞、日本舞踊  
【参加資格】以下のいずれかに該当すれば申込可  
・真岡市文化協会会員の方  
・市内在住・通勤・通学している方  
・市内施設を主な活動の場とする団体に所属する方  
【申込】8月15日(木)までに出演申込書(文化課・公民館・各分館・市HPで入手)に必要事項を記入し、事務局(文化課)へ直接持参またはFAX、メールで受付  
※出演者名の欄は必ず本名を記入  
☎ 文化課文化振興係 Tel 83-7732 FAX 83-4070  
メール bunka@city.moka.lg.jp



詳細は市HP参照 ID 20408

### おうちで非常食cookingコンテスト レシピの募集

災害時に食べられる非常食を用いた料理を家庭等で作り、そのレシピを応募していただきます。  
【応募テーマ】災害時のスイーツレシピ  
【応募資格】市内在住または、在学の小学生・中学生・高校生  
※クラブ、委員会、部活動等での応募も可  
【応募締切】9月10日(火)まで  
☎ 真岡市社会福祉協議会 Tel 82-8844



詳細は社会福祉協議会HP参照

## イベント・催し

### 真岡市市制施行70周年記念事業 記念式典観覧者・パレード参加者募集

70周年記念式典一般観覧者募集  
市アンバサダーからのメッセージや市内小中学生による「真岡のみらい」プレゼンコンテスト最優秀賞作品の発表、真岡ミュージカルによるステージなどを開催予定です。観覧者には70周年記念品をプレゼント!  
【とき】10月5日(土)午前10～正午(予定)  
【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール 大ホール  
【対象】市内在住・在学・勤務の方。真岡市に興味のある方。小学生以下は保護者同伴。  
※1回の応募につき4人まで応募可  
【募集人数】500人(定員超えの場合は小ホールでの観覧となる場合あり)  
【申込】8月25日(日)までに応募フォーム、はがきで受付(消印有効)  
70周年記念パレード参加者募集  
パレードの隊列に加わり、沿道の観覧者に向けて手や旗を振りながら楽しく歩いて参加する「市民代表100人」を募集します。参加者にはノベルティグッズをプレゼント!  
【とき】10月5日(土)午後2時～4時(予定)  
※雨天荒天中止  
【ところ】城山公園から市民公園まで(約900m)  
【対象】市内在住・在学・勤務の方。真岡市に興味のある方。ご自身または、同伴者と歩くことができる方。小学生以下は保護者同伴。(同伴が必要な方は、同伴者も一緒に応募)  
※1回の応募につき5人まで応募可  
※仮装での参加不可  
【募集人数】①一般の部50人  
②お子さま(小学生以下)と一緒にの部50人  
※定員超抽選  
【申込】8月25日(日)までに応募フォーム、はがきで受付(消印有効)  
共通事項(はがきで応募の場合)  
参加者全員の住所・氏名・生年月日、代表者の電話番号を記載し下記へ送付。  
【送付先】〒321-4395 真岡市荒町5191 真岡市役所総合政策課「70周年記念式典観覧希望」または「70周年記念パレード参加希望」係  
☎ 総合政策課総合政策係 Tel 83-8102



応募フォーム



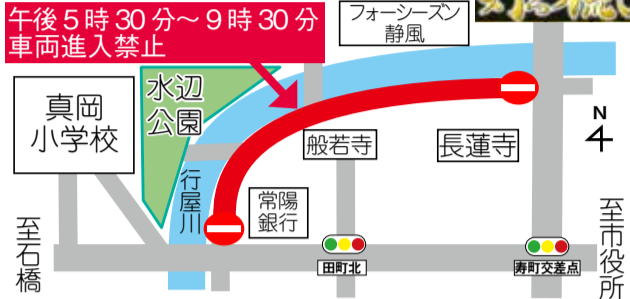
応募フォーム

### 子ども向け映写会

チキップダンサーズ vol.1 より6話を上映します。  
【とき】8月10日(土)午前10時30分～11時  
【場所】AutoMirai 真岡公民館第3・4会議室【申込】不要  
☎ 真岡市立図書館 Tel 84-6151

### 第29回真岡の灯ろう流し

【とき】8月15日(木)午後6時～9時 ※荒天中止  
【ところ】行屋川水辺公園周辺(フォーシーズン静風南側)  
○真岡商工会議所、観光物産館で、流し灯ろう(1セット600円)発売中



☎ 真岡商工会議所青年部 Tel 82-3305

### オーストラリア ハーヴィー市 バーチャルツアー参加者募集

真岡市の友好都市ハーヴィー市の魅力をバーチャル体験! まちなみや特産品の紹介など、ハーヴィー市に行った気分を味わえます。ご自宅のPCやスマートフォンからご視聴ください。  
【とき】9月14日(土)午前10時～11時30分  
【対象】市内在住、通勤・通学の方 抽選100組  
【申込】8月23日(金)までに応募フォームで受付【参加費】無料(お土産付き)  
※PC等から視聴できない場合、本庁舎404会議室で視聴可  
☎ 真岡市国際交流協会(くらし安全課内) Tel 83-8719



詳細は市HP参照 ID 23147



応募フォーム

## 福祉・健康

### ミライIDが利用できます

8月1日(木)から市の公共施設等を利用する際、各種障害者手帳またはミライIDを提示すると、使用料等が减免されます。また、障がい者団体なども事前登録することで减免を受けられます。  
【対象】身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方  
☎ 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129



対象施設や団体登録の詳細は市HP参照 ID 23094

### 図書館においでよ! 100歳まで元気でいられる体づくり! 特設コーナー

人生100年時代。健康は一日にしてならず、介護予防もまた一日にしてならず! 毎日の積み重ねが未来のあなたの体をつくります。すぐにできる筋トレの本や意外と間違った習慣をしている食事の本などの紹介や、介護予防に関する情報コーナーを開設しています。アンケート回答者へちょっとしたお土産をプレゼント!  
【開設期間】8月25日(日)まで  
【ところ】真岡市立図書館、二宮図書館  
☎ 高齢福祉課地域支援係 Tel 83-8132



### 一般介護予防事業 体操から始めるフレイル予防教室

真岡編  
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】9月4日から毎週水曜日(11/20休み)  
※全12回 午前10時～11時30分  
【ところ】AutoMirai 真岡公民館  
【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で、4月以降のフレイル予防教室に参加していない方 先着15人 ※未経験者優先  
※詳細は事前送付書類参照  
【申込】8月5日(月)午前8時30分から下記電話で本人のみ受付【参加費】無料  
☎ 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

## 真岡市市制施行 70 周年記念事業

### 最大1万円が当たる! スマートちゃれんじ 70

運動と健診受診で 70P を貯めて、健康と豪華景品を GET しよう!

【応募期間】 4 月～ 2 月 28 日 (金)

【対象】 市内在住の 20 歳以上の方

【参加方法】 ※申込不要

①健診受診 10P、好きな運動を 60 日間実施 60P、ちゃれんじカードを記入する

②ちゃれんじカードを下記窓口または市 HP 内提出フォームで提出し、500 円券をもらう

③千円～1 万円分の QUO カードなどが当たる W チャンスの抽選結果を待つ

※ 11 月 1 日 (金) 午後 2 時から KOBELCO 真岡いちごホールで開催する、講演・抽選会に参加すると当たる確率が UP! 11 月の抽選会以降の提出は、500 円券のみのお渡しとなります

【ちゃれんじカード入手場所】健康増進課、各公民館、まちなか保健室、総合福祉保健センター、健康ガイドブック P15 (コピー可)、市 HP よりダウンロード

☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



詳細は市 HP 参照 ID 19866

## ちょこドッグ 受診者募集

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。20 歳から受診が可能です。

【とき】 8 月 28 日 (水)

【受付時間】 午前 8 時 30 分～ 10 時 30 分

【ところ】 二宮コミュニティセンター

【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 特定健診	20～39 歳男女	100 人	無料
② 子宮頸がん検診	20～39 歳女性	75 人	400 円
	乳がん検診	30～39 歳女性	50 人
③ 骨密度検診	同日に①か②を受診する 30～39 歳女性	当日申込	100 円

※年齢基準日 令和 7 年 4 月 1 日

※年度内 1 回の受診となります

【申込】 健診日の 2 週間前までに、

下記電話または申請フォームで受付

☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



申請フォーム

## まちなか保健室 ～心の健康～

### 楽しいことをしよう! 【8 月】

4 日 (日)	11:00~12:30	整体 先着 6 人
11 日 (日)	11:00~12:30	ミニバンドと踊り
13 日 (火)	10:30~12:00	将棋好きの子どもも集まって!
18 日 (日)	11:00~12:30	パッキング(材料費 300 円)
25 日 (日)	11:00~12:30	演奏 (ポップス) と歌声喫茶
27 日 (火)	10:30~12:00	紙工作と手話

※ラジオ体操方言バージョン (日曜日 12:20～12:30)

【ところ】 まちなか保健室田町館 【参加費】 無料

【申込】 まちなか保健室田町館にて電話で受付

Tel 080-8096-9918 (月曜除く 9:00～15:00)

☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

## 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】 8 月 24 日 (土) ① 12:30 ② 13:10 ③ 13:50

【ところ】 クオール薬局荒町店

【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

## 手話通訳者がお手伝いします

聴覚障がいのある方が来庁された際に、お手伝いができるよう手話通訳者を配置しています。利用内容により庁内各課にも同行します。

【とき】 8 月 14 日 (水)、30 日 (金) 午前 9 時～正午

【ところ】 市役所本庁舎 1 階南側 104 相談室

☎ 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129

## 8 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 8 月 31 日以前生まれの方 (令和 6 年 8 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

☎ 高齢福祉課高齢者福祉係 Tel 83-8195

## 講座・講演

### 第 4 回 歴史教室

### 「BONES - は語る - エピソード J」

【とき】 8 月 10 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】 国立科学博物館特定研究員 梶ヶ山 眞里氏

【参加費】 無料 【申込】 予約不要

※第 4 回は、Youtube の配信はありません

☎ 文化課文化財係 Tel 83-7735

## プラネタリウム夏休み公開

① 銀河鉄道 999 赤い星ベテルギウス いのちの輝き

② 妖怪ウォッチ♪コマさんからの SOS! ブラックホールヘレッツゴーだニャン♪

	8/2	8/3	8/5	8/6	
10:30	②	②	①	②	当日の星空解説と各番組 (約 50 分)
14:00	①	②	②	①	
15:20	②	②	②	②	番組のみ (約 30 分)

【観覧券販売時間】 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 (事前予約無し)

【観覧料】 高校生以上 200 円、4 歳～中学生 100 円、3 歳以下無料

☎ 科学教育センター Tel 83-6611



詳細は市 HP 参照 ID 19773

## 有機農業セミナー

有機農業を推進するための取り組みとして、有機農業セミナーを開催いたします。

【とき】 ① 9 月 21 日 (土) ② 11 月 30 日 (土)

【ところ】 寺内地内西原地区公民館、近隣農場

【対象】 農業者や有機農業に関心のある方

【定員】 各回先着 30 人

【申込】 下記電話または市 HP 内申請

フォームで受付

【申込期間】 ① 9 月 13 日 (金) まで

② 10 月 7 日 (月)～11 月 22 日 (金)

☎ 農政課農業振興係 Tel 83-8139



詳細は市 HP 参照 ID 23119

## スポーツ

### スポーツ教室

初心者のための女性水泳教室

水泳の基礎をフィールドピックスイミングスクールの講師から学びます。

【とき】 9/12、9/19、9/26、10/3、10/10、10/17 (木曜日) ※全 6 回 午後 1 時～2 時 30 分

【ところ】 フィールドピックスイミングスクール真岡

【対象】 市内在住または勤務の一般女性 先着 30 人

【持ち物等】 水着、水泳帽子、ゴーグル、タオル

【参加費】 無料

【申込】 8 月 5 日 (月)～9 月 5 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



申請フォーム

## 暮らし・相談

### 道路上に張り出している樹木の管理をお願いします

道路上に樹木が張り出していると、歩行者や自動車の通行に支障を来すほか、交通事故の原因となります。私有地に生えている樹木等は、土地所有者の管理物です。道路上に張り出した樹木等が原因 (倒木・枝の落下等) で事故が発生した場合、土地所有者が賠償責任を問われる場合があります。自己所有地を確認の上、適切に管理をお願いします。特に車の通行に支障の出る高さ 4.5m、歩行に支障の出る高さ 2.5m までの範囲は、樹木がはみ出さないようにお願いします。

境界を越えた部分は、枝切り・伐採などを行いましょう



☎ 建設課維持係 Tel 83-8148

## 出会い・結婚を応援します

### 8 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結婚相談員が丁寧にサポートします。お気軽にお越しください。

7 日 (水)	午前 10 時	青年女性会館
17 日 (土)	～ 11 時	二宮コミュニティセンター

【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

## 公共機関掲示板

### ●福祉体験『市役所 de フクシ』

福祉体験を行ってみませんか。福祉を専門に勉強している真岡北陵高校 介護福祉科の生徒が、皆さんの体験をお手伝いします。誰もが安心して暮らせるまちを目指して、福祉の視点で新しい発見を見つけてみましょう。【とき】 8/8 (木)、8/9 (金) 10:00～14:00 【ところ】 市役所本庁舎 1 階市民ロビー 【内容】 車いすで市役所探検・点字カード作成・真ごころカード作成等 【対象】 どなたでも参加可 (小・中学生大歓迎) 【参加費】 無料 ☎ 真岡北陵高等学校 Tel 82-3415

### ●8 月は個人事業税の納期です

個人事業税の納税通知書が届いた方は、9 月 2 日 (月) までに、県税事務所や金融機関、コンビニでの納付、またペイアプリ等により第一期分の納付をお願いします。第二期分の納期限は、12 月 2 日 (月) ☎ 真岡県税事務所個人事業税担当 Tel 82-2137

### ●盛土規制法に基づく規制区域 (案) に対するパブリックコメント (県民意見の募集)

県では、令和 7 (2025) 年 4 月から盛土規制法の運用開始を予定しています。盛土規制法に基づく規制区域 (案) を県 HP にて公表していますので、皆さまのご意見をお寄せください。【期間】 8/29 (木) まで ☎ 栃木県県土整備部都市政策課 Tel 028-623-2801



県 HP

## みんなのひろば

### ●民話美寿々会もおか支部「ラジオ民話」

FM もおかで放送します。【放送日】 8/3、8/17、8/31 (土) 8:00～【演題】 鬼の田植え、黄鮎物語、鬼娘、大黒さまのお使い、鬼のつめ、唄と語り鯉の恩返し ☎ 民話美寿々会もおか支部 (佐藤) Tel 84-4824

### ●八月の会「23 回講演～20 年の歩み～」

【期間】 8/2 (金)～8/30 (金) 【ところ】 二宮コミュニティセンター 2 階コラボレもおか ☎ コラボレもおか Tel 81-5522

### ●川柳 綿の花吟社作品展示

会員の作った川柳作品を展示します。【期間】 8/13 (火)～8/22 (木) 【ところ】 市役所本庁舎 1 階展示コーナー ☎ 文化課文化振興係 Tel 83-7732

## いちごチャンネル番組案内

【8 月 5 日 (月)～8 月 11 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	・クーリングシエルトーについて
12:00	・もおかインフォ
16:00	・灯ろう流し / 防災ラジオ
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 8 月のテーマ 「転倒予防」
	◆ いちごショートケーキ 第 40 回記念ロータリークラブ杯小学生バレーボール大会
13:00	◆ コットンタイム
20:00	・どんとこい広場の音楽祭

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

8/5 (月)	子育て世代住宅取得補助について
8/6 (火)	芳賀地区広域行政事務組合消防本部
8/7 (水)	指定管理施設からのお知らせ
8/8 (木)	下水道週間について
8/9 (金)	WeeklyNews もおか情報

FM 周波数 87.4MHz

☎ (株) エフエム真岡 Tel 83-8185