

Weekly News  
**もおか**  
真岡市総合政策部秘書広報課広報係 編集  
Tel 0285-83-8100 FAX 0285-83-5896 第2993号



令和6年(2024)  
8月30日

10月5日(土)開催  
**70周年記念パレードを楽しもう!**  
市内外からプラスバンドやダンスチーム、海外友好都市3市の訪問団などが隊列をつくり、沿道の皆さんに向けて手を振りながら楽しく歩きます。ぜひ、パレードの様子を間近でお楽しみください。  
【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～市民公園(約900m)  
☎ 総合政策課総合政策係 Tel 83-8102



## お知らせ

### 要チェック! 熱中症警戒アラート

栃木県内で熱中症リスクの極めて高い気象条件が予測されたときに、「熱中症警戒アラート」が発表されます。防災行政無線や市公式アプリでもお知らせしますので、周囲への声かけや熱中症対策を積極的に行いましょう。

熱中症対策をしましょう!

- ①クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)などを利用して暑さを避けましょう
  - ②こまめに水分を取りましょう
  - ③エアコンなどを上手に使うことで室温を調整しましょう
- ☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



### 9月1日～10日屋外広告物適正化旬間

広告物を表示するには、一部の適用除外を除き、あらかじめ市の許可を受ける必要があります。良好な景観の形成と広告物による事故防止のため、広告物の適正な表示および管理をお願いします。

☎ 都市計画課計画係 Tel 83-8152

### 銃器で有害鳥獣駆除を実施

農作物被害防止のために、カルガモ・カラスの駆除を実施します。

- 【実施期間】9月2日(月)～8日(日)
  - 【対象区域】市内全域(住宅地等を除く)
  - 【事業主体】真岡市稲作近代化推進協議会
- ☎ JA はが野真岡地区営農センター Tel 83-8700  
JA はが野二宮地区営農センター Tel 74-4115  
農政課農政係 Tel 83-8137

### プレ率30% 「もおか食ベチケ第4弾」販売

物価高騰対策支援事業として、プレミアム率30%が付いた飲食チケット「もおか食ベチケ第4弾」の販売を実施します。

【チケット内容】1シート5,000円(500円×13枚つづりで6,500円分)

- 【購入対象】真岡市民の方
- 【販売限度額】1人5シート25,000円分まで1世帯8人(200,000円分)まで
- 【購入方法】

- ①8月30日(金)の折り込みチラシに添付の「往復はがき」または申請フォームから申し込み
  - ②「購入引換はがき」が届く
  - ③「購入引換はがき」と代金を持参し、市内郵便局窓口(真岡、久下田、物部、長沼、山前、飯貝、中村、荒町、西田井)で購入する。
- ※販売は、平日の午前9時から午後5時まで(真岡郵便局のみ午後6時まで)  
【申込期限】9月13日(金)まで ※当日消印有効  
【使用期間】10月1日(火)～令和7年1月31日(金)  
☎ 商工観光課商工業係 Tel 83-8134



### 令和7・8年度 入札参加資格申請(物品・役務)の受付

真岡市が発注する物品製造・購入・委託業務等の入札に参加するためには、入札参加資格審査申請書を提出し、有資格者として認定を受ける必要があります。

- 【受付期間】9月9日(月)～30日(月) ※消印有効
- 【対象】市内に本店のある事業者
- ※上記以外の事業者は受付期間が異なります
- 【提出方法】郵送(書留・特定記録・レターパック)
- 【提出書類】必要提出書類および記載方法等については市HPで確認

【真岡市入札参加資格者名簿登録期間】  
令和7年4月1日～令和9年3月31日(2年間)

☎ 〒321-4395 真岡市荒町5191  
総務課契約検査係 Tel 83-8145



## 募集

### パブリックコメント 計画への意見を募集しています

【意見を募集する計画】

真岡市自殺対策計画(第2期)(案)  
【計画の趣旨】市では、自殺対策基本法に基づく計画として、「真岡市自殺対策計画(第2期)」(計画期間:令和7年度から令和10年度まで)を策定します。この計画は、誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指し、5つの基本施策と4つの重点施策を柱とし、自殺対策を進めていく計画としています。

【閲覧場所】社会福祉課窓口、市HP、二宮支所  
【意見等提出方法】9月18日(水)までに郵送(必着)、FAX、メールまたは、下記窓口へ直接提出  
※閉庁時は当直窓口へ提出  
☎ 〒321-4395 真岡市荒町5191  
社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129 FAX 83-8554  
メール syakaifukushi@city.moka.lg.jp

### 栃木県知事選挙 高校生期日前投票立会人の募集

高校生の皆さまに、選挙をより身近なものに感じてもらえるよう、期日前投票立会人を募集します。ぜひ、お友達同士お誘いあわせのうえ、お気軽に申し込みください。

【立会いする選挙】令和6年11月17日執行予定の栃木県知事選挙の期日前投票  
【とき】期日前投票期間中の土日祝日(申請フォームから選択してください)

- ・午前8時30分～午後2時20分
- ・午後2時10分～午後8時

※1日立会いの場合は午前8時30分～午後8時  
【立会場所】市役所本庁舎または二宮コミュニティセンター

【対象】下記全てを満たす高校生  
・選挙の告示日(10月31日)において、満18歳以上  
・真岡市在住で日本国籍を有する

【報酬】1日立会い9,600円/半日立会い4,800円

※どちらも所得税が引かれます  
【応募方法】申請フォームで受付  
※定員超抽選  
【応募期間】9月18日(水)まで

【備考】  
・1日の場合は昼食、半日の場合は軽食を用意します  
・学校のアルバイト許可を受けてください

☎ 選挙管理委員会 Tel 83-8190



### 国際交流ボランティア募集!

海外友好都市(グレンドーラ市・ハーヴィー市・斗六市)からお客さまをお迎えするにあたり、ボランティアを募集します。(詳細は申請フォーム参照)

【募集人数】若干名  
【活動期間】10月4日(金)・5日(土)のうち数時間  
【活動内容】通訳、イベントサポートなど  
【応募条件】18歳以上で英語または台湾華語を話せる方  
【申込】9月9日(月)までに申請フォームで受付  
☎ 秘書広報課友好都市交流係 Tel 83-8184



### 真岡市市制施行70周年記念事業 第5回真岡市建築・景観賞 作品募集

真岡市の魅力的な景観の創出に寄与している建築物や景観づくり活動等を募集します。

- 【募集部門・対象】
- ①まちなみ景観部門  
平成31年4月1日から令和6年3月31日までの間に、新築、増改築等を行った建築物や工作物等
- ②景観づくり活動部門  
景観まちづくりに関する普及・教育活動や、地域の景観や環境を守り育てている活動(10人以上の団体で、5年以上継続的に実施)

【応募資格】建築主(所有者)、設計者、施工者等または活動団体の関係者からの応募または推薦  
【募集期間】10月25日(金)まで  
【応募方法】応募(推薦)用紙に必要事項を記入の上、写真等を添付し、電子メール、郵送または下記窓口で受付(1人何点でも応募可)  
【表彰】応募作品の中から特に優れたものを表彰(令和7年2月予定)  
☎ 都市計画課計画係 Tel 83-8152



## イベント・催し

### もおかの夜を楽しませナイト(Night)

【とき】9月15日(日)午後5時から  
【ところ】真岡市役所駐車場、RIVER+(リバープラス)  
【内容】LEDスカイランタン®の打ち上げ/ダンス・ミュージカル/市内各団体のPR/キッチンカー  
【LEDスカイランタン®】1個1,500円(限定200個)  
※事前にチケットの予約必須  
※スカイランタン®は日本スカイランタン協会を主催する株式会社エクスプロードの登録商標です。  
☎ 真岡商工会議所青年部 Tel 82-3305



## 福祉・健康

### 一般介護予防事業 いきいき運動教室

シニアエアロビクス編  
音楽にあわせてエクササイズを行います。楽しく健康づくりをしましょう。

【とき】10月10日から毎週木曜日 ※全8回  
午後1時30分～2時30分  
【ところ】真岡井頭温泉i Fitness  
【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10人  
※令和6年4月以降のいきいき運動教室(井頭・未来)に参加していない方が対象です  
【申込】9月2日(月)午前8時30分から下記電話で本人のみ受付可 【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

### はじめての成年後見制度 講座

認知症や知的障がい、精神障がいなどで、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】9月13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

### ひきこもりに関する相談会

ひきこもりサポーターが本人または家族から話を伺い、家族みんなが自分らしい生活を送れるよう一緒に考えます。焦らずゆっくり相談を進めていきましょう。

【とき】9月19日(木)  
①午前10時 ②午前11時 ③午後1時 ④午後2時  
【ところ】総合福祉保健センター心配ごと相談室  
【持ち物】筆記用具(本人の状態がわかる検査結果などお持ちの場合は持参ください)  
【申込】9月13日(金)までに下記電話で受付  
☎ 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129



## まちなか保健室にのみや館で フレイルチェックをしよう!

健康相談員と一緒にフレイルチェックを行い、自分のフレイル度を確認してみませんか?

【開催日】毎週月・水・金・土  
午前10時～11時40分、午後1時～2時40分  
(1人1回20分程度)

※参加者の人数によっては待ち時間が発生する場合があります

【ところ】まちなか保健室にのみや館  
【対象】市内在住の概ね65歳以上の方  
【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



## まちなか保健室 ～心の健康～ 楽しいことをしよう!【9月】

1日(日)	11:00~12:30	整体 先着6人
8日(日)	11:00~12:30	雅流高瀬会 四つ竹健康踊り
10日(火)	10:30~12:00	新聞バッグづくり
14日(土)	10:30~12:00	まちつくのスマホ相談会
15日(日)	11:00~12:30	木製テーブルづくり
22日(日)	11:00~12:30	落研の皆さんによる落語
29日(日)	11:00~12:30	小物づくり(ミシン・糸持参)

※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

## 9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。

14日(土)	まちなか保健室 駅前館	午前10時～正午
7日(土)	まちなか保健室 田町館	午後1時～3時
9日(月)	市役所本庁舎1階市民ロビー	
21日(土)	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



## マシンdeエクササイズ10月コース

1カ月間、マシンジムトレーニングを好きな日時に5回まで無料で体験できます。(年1回1コースのみ)

【ところ】真岡井頭温泉内 iFitness

【対象】市内在住の30～64歳の方 先着15人

【申込】9月25日(水)までに、真岡井頭温泉電話、または真岡井頭温泉HP「メールでのお問い合わせ」で受付

○真岡井頭温泉Tel 83-8822 (火曜休)

《受付時間》午前10時～午後9時

☎健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



## 子育て

### もぐもぐ教室～離乳食～

2回食への進め方や味付けについての講話、大人の食事から取り分けできるレシピの相談など

【とき】9月19日(木)午前10時～11時15分  
(午前9時45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2・3月生まれで、離乳食が始まっているお子さんと保護者 15組

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具

【申込】8月30日(金)から申請フォームまたは下記電話で受付

☎こども家庭課母子健康係 Tel 83-8121



## 9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)	4日、11日、18日、25日(水) 9:00～12:00
にのみや保育園子育て支援センター	月～金(11日、27日、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

5日(木)	10:45～	ぷちコンサート♪
12日(木)	10:45～	あつまったらリトミック
25日(水)	10:45～	こっこ お誕生会
26日(木)	10:30～	交通安全教室

☎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

4日(水)	10:45～	びよびよ お誕生会
17日(火)	10:00～11:00	子育て健康相談(要予約)
19日(木)	10:45～	親子でたのしくふれあい遊び

☎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

6・13・20日(金)	11:00～	体育遊び
9日(月)	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

## 講座・講演

### 第5回 歴史教室「お茶の考古学」

【とき】8月31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】栃木県埋蔵文化財センター職員 篠原 浩恵氏

【参加費】無料 【申込】予約不要

【配信】YouTubeで、開催日の翌週土曜日から公開(許諾関係で写真画像を映さない場合があります)

【次回予告】9月21日(土)

第6回歴史教室「江戸時代における理想の女性像と現実」

☎文化課文化財係 Tel 83-7735



詳細は市HP参照 ID 19097

### スキルアップ講座

### LINEでつながるコミュニケーション

グループ、団体での円滑なコミュニケーションに「LINE」を使ってみませんか?便利な機能について実践を交えながら分かりやすく解説します。

【とき】9月21日(土)

午後1時30分～3時30分

【ところ】AutoMirai 真岡公民館第2会議室

【講師】宮岸 誠氏(小山市市民活動センター「おやま〜る」センター長)

【対象】LINEを普段使いしている方で、市民活動に利用したい方 先着15人 【参加費】無料

【持ち物】LINEがインストールされたスマートフォン

【申込】下記電話で受付(月・祝日休み)

☎コラボレーもおか Tel 81-5522



### 真岡市国際交流協会 外国人支援事業

### 楽しく学べる交通安全教室

交通安全危険予測シミュレーターを使って、親子と一緒に日本の交通ルールを学んでみませんか。

【とき】9月22日(日)午前10時～正午頃

【ところ】青年女性会館2階ホール

【対象】外国籍の年長から小学6年生とその保護者 先着40組

【講師】(一財)日本交通安全教育普及協会、あいおいニッセイ同和損保株式会社

【参加費】無料

【申込】9月16日(月)までに、下記電話またはメール、真岡市国際交流協会 facebook のDMで受付

☎真岡市国際交流協会(くらし安全課内) Tel 83-8719

メール kurashianzen@city.moka.lg.jp



真岡市国際交流協会 facebook

## 9月のモオカの休日

市民の方が主体となって活動している教室です。

【ところ】久保記念観光文化交流館

1日(日)	うたごえ喫茶(アンサンブル花)	無料
5日、19日(木)	押し花教室(和子会グランジュテ)	実費負担
7日、21日(土)	子供将棋教室(真岡市将棋連合会)	無料
12日、26日(木)	竹はり画教室(竹真会)	実費負担

☎真岡市観光協会 Tel 82-2012 (火曜日休館)

## 暮らし・相談

### 出会い・結婚を応援! 9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結婚相談員がサポートします。お気軽にお越しください。

【とき】7日(土)午前10時～11時

【ところ】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



## 公共機関掲示板

### ●栃木県司法書士会無料法律相談会

【とき】毎月第1土曜日 10:00～15:00

【ところ】真岡商工会議所【相談方法】

面談による相談※要予約【申込】開催日の3日前までに下記電話で受付(平日 9:00～17:00) ☎栃木県司法書士会Tel 028-614-1122



詳細は栃木県司法書士会HP参照

### ●就職氷河期世代就職支援セミナーおよび相談会

就職氷河期世代(ミドル世代)の求職者のためのキャリアカウンセラーによる相談会・セミナーを開催します。

【とき】9/17(火)【ところ】真岡商工会議所【内容】就職支援セミナー(コミュニケーション円滑講座) 10:00～12:00、個別相談会(キャリアカウンセリング) 13:00～16:00

※本人だけでなく家族など就労でお悩みの方はどなたでも相談できます【対象】概ね35歳～55歳の求職者、正社員就労を目指す方【定員】セミナー15人、相談会3人【参加費】無料【申込】9/12(木)16:00までに、下記電話、メール、応募フォームで受付 ☎(株)ワーク

エントリー栃木事業部Tel 028-612-8643

メール c.support01@workentry.co.jp

☎栃木県立盲学校 体験学習

【日程】《幼稚部》11/12(火)10:00～11:30《小学部》9/25(水)10:00～11:30《中学部》10/9(水)10:00～11:30《高等部(普通科)》10/22(火)9:30～12:00《高等部(保健医療科・専攻科)》随時【対象】視覚に障がいのある幼児・児童・生徒とその保護者、視覚に障がいのある成人の方【申込】実施日の2週間前までに、下記電話またはメールで受付。小・中・義務教育学校生は、通学している学校にて受付。☎栃木県立盲学校Tel 028-652-2331

メール mogakko@tochigi-edu.ed.jp

☎李焱画展 LI YAN

【とき】8/30(金)～9/1(日)10:00～17:00(8/30は11:00から)【ところ】久保講堂【入場料】無料【主催】李焱を囲む会 ☎Tel 080-6628-2087(赤羽)

☎宇都宮ケーブルテレビ(株) 真岡局 Tel 83-7005

## みんなのひろば

### ●李焱画展 LI YAN

【とき】8/30(金)～9/1(日)10:00～17:00(8/30は11:00から)【ところ】久保講堂【入場料】無料【主催】李焱を囲む会 ☎Tel 080-6628-2087(赤羽)

☎宇都宮ケーブルテレビ(株) 真岡局 Tel 83-7005

## いちごチャンネル番組案内

【9月2日(月)～9月8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	OSK 日本歌劇団真岡市公演
12:00	・もおかインフォ
16:00	OSK 日本歌劇団真岡市公演 / 災害への備え
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9月のテーマ「シューズの選び方とタオル体操」
	◆いちごショートケーキ 熊倉神宮桜まつり
13:00	◆コットンタイム
20:00	第66回真岡市民交響楽団定期演奏会

☎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87.4MHz(ハナシ)

【12:00～12:30 / 18:00～18:30(再放送)】

9/2(月)	歯周病予防について
9/3(火)	芳賀地区広域行政事務組合消防本部
9/4(水)	指定管理施設からのお知らせ
9/5(木)	OSK 歌劇団記念公演について
9/6(金)	WeeklyNews もおか情報

FM周波数 87.4MHz

☎(株)エフエム真岡 Tel 83-8185