

**お知らせ**

**大規模通行止め(夜間)のお知らせ**

石橋街道(県道真岡上三川線)と鬼怒テクノ通り(国道408号バイパス)の立体交差化工事に伴い、夜間通行止めとなります。う回にご協力をお願いします。  
**【期間】** 9月8日(月)～12日(金)(予備日含む)  
**【規制時間】** 午後10時～午前5時

**工事箇所**

- 通行止め区間
- 沿道住民のみ通行可能区間
- 北進(宇都宮方面)のみ通行可能区間
- 北進: 通行可能
- 南進: 高速道路利用者のみ通行可能
- う回路

〒319-0203 真岡市北山  
 真岡市HP参照 ID 19923  
 真岡市HP参照 ID 19923

**9/9「救急の日」 9/7～9/13「救急医療週間」  
 救急車の適正利用にご協力を**

救急車の出動件数は年々増加傾向にあり、現場までの到着時間も遅くなっています。緊急性の高い症状の方のもとへ、できるだけ早く救急車が到着できるように、適正利用にご協力をお願いします。比較的軽微な場合は、かかりつけ医や下記の「真岡市休日夜間急患診療所」を利用してください。  
 ○真岡市休日夜間急患診療所  
**【ところ】** 中萩二丁目10番地2 (芳賀赤十字病院南側敷地内)  
**【電話番号】** 82-9910  
**【診療科目】** 小児科・内科

診療時間	休日昼間	日曜日・祝日、年末年始	9:00～12:00 13:00～17:00
	休日夜間	12/29～1/3	18:00～21:00
	平日夜間	月曜日～土曜日	18:30～21:30

※受付終了時間は、概ね診療時間の30分前です  
 ※受診する場合は、事前に連絡をお願いします  
 ※応急診療であるため、翌日以降にかかりつけ医を受診してください  
 健康増進課地域医療係 Tel 81-6946

**ご長寿おめでとございます**

市では、敬老の日に合わせて、ご長寿を迎えられた方に、敬老祝金・敬老記念品を贈呈いたします。  
 ○敬老祝金  
**【対象】** 市内に住所を有し、当該年の9月1日(基準日)時点で本市に3カ月以上居住し、その年度内(令和7年4月2日から令和8年4月1日)に該当年齢となる方  
**【該当年齢および金額】**  
 80歳(傘寿): 10,000円 88歳(米寿): 20,000円  
 90歳(卒寿): 20,000円 100歳(上寿): 100,000円  
**【贈呈方法】** 対象の方に、個別に通知を送付いたします。入金日は9月30日(火)です。入金日は通帳をご確認ください。  
 ○敬老記念品  
**【該当年齢】** 85歳、95歳、100歳以上の方  
**【贈呈方法】** 対象の方に、敬老の日に合わせて簡易書留郵便で記念品をお送りします。  
 高齢福祉課高齢者福祉係 Tel 83-8195

**いちごスマート農業推進補助金**

いちごの栽培データを収集・活用するためのスマート農業機器購入費用の一部を補助します。  
**【補助額】** 除税された総事業費の1/2以下(100円未満切捨て)とし、1会計年度において、交付対象者1人または交付対象団体の構成員1人につき、150,000円を上限とする。  
**【対象】** 以下すべてに該当する者または団体  
 ①本市に住所を有している者またはその者で構成された団体等  
 ②スマート農業機器を新たに導入するいちご生産農業者またはいちご生産農業団体等  
 ③世帯全員が市税等を完納している者またはその構成員全員が市税等を完納している団体等  
 ※過去に本補助金を使ったことがある生産者でも、新しいハウスに導入する場合は交付対象です  
**【申込】** 農政課窓口にて申請  
 農政課農業振興係 Tel 83-8139

**募集**

**「もおかぴよん」からビデオレターが届く!**

結婚式(披露宴)や、広く一般の方が参加・観覧できる各種事業やイベントなどにおいて、真岡市イメージキャラクター「もおかぴよん」から、真岡市の紹介と、利用用途に応じたメッセージをもおかぴよんがテロップにて語るビデオレターを提供しています。お申し込みお待ちしております。  
**【料金】** 無料  
**【申込】** 受領希望日の14日前までに、オンラインまたは、申込書の持参、郵送、FAX、メールで受付  
 秘書広報課シティプロモーション係  
 Tel 81-6947 FAX 83-5896  
 city-pr@city.moka.lg.jp

**インスタグラムフォローキャンペーン**

インスタグラム真岡市公式アカウント開設から約7年経ち、「#mokafan」の投稿が2万件を突破しました! 感謝を込めてプレゼント企画を実施します!  
**【応募期間】** 9月30日(火)まで  
**#mokafan 2万件突破記念キャンペーン**  
**【応募方法】** 市公式インスタグラム(mokacity\_official)をフォローし、キャンペーン期間中に#mokafanをつけて市内で撮影した写真を添えて投稿。キャンペーン告知投稿へいいねを送る  
**【賞品】** 真岡いがしら温泉おふろカフェいちごの湯ペアチケット 2組  
 もおかのいちごフォローキャンペーン  
**【応募方法】** インスタグラム「もおかのいちご」(moka.strawberries)をフォローし、キャンペーン告知投稿へいいね&コメントを送る  
**【賞品】** 最高級8Lとちあいか9粒 1組、恋するいちご10個入 2組  
 ※当選者には、市公式インスタグラムおよびもおかのいちごのDMでご連絡します  
 秘書広報課シティプロモーション係  
 Tel 81-6947

**消防ポンプ車を売却します**

以下の車両を一般競争入札により売却します。  
**【物品番号①】**  
 消防ポンプ自動車(いすゞELF) 6人乗り(平成16年式)宇都宮830ぬ2002  
**【物品番号②】**  
 消防ポンプ自動車(いすゞELF) 6人乗り(平成16年式)宇都宮830す4001  
 ※売却物品の確認を希望される場合は、下記窓口にご連絡ください  
**【申込】** 9月24日(水)までに下記窓口にて直接持参または郵送で受付  
 危機管理課消防防災係 Tel 83-8396

**イベント・催し**

**9月21日(日) 中村八幡宮例大祭**

**【内容】** 9:00 生姜市 / 10:00 抜刀術大会・神馬参道行進 / 11:00 例大祭々礼 / 12:00 流鏝馬 / 13:00 太々神楽 / 13:30 神輿渡御・お囃子演奏  
 無料周遊バスを運行します。ぜひご利用ください。

無料周遊バス時刻表

停留所	1便	2便	3便	4便
あく里っ娘	8:50	10:30	12:30	14:10
木綿会館前	9:05	10:45	12:45	14:25
真岡駅前	9:15	10:55	12:55	14:35
中村八幡宮例大祭 流鏝馬会場	9:35	11:15	13:15	14:55
真岡駅前	9:55	11:35	13:35	15:15
木綿会館前	10:05	11:45	13:45	15:25
あく里っ娘	10:20	12:00	14:00	15:40

※交通事情により時間が異なる場合があります  
 ※満席の場合乗車できない可能性があります  
 商工観光課観光係 Tel 83-8135

**子ども向け映写会**

「ふしぎ駄菓子屋銭天堂 9巻 兵糧キャラメル」  
 幸運な人だけがたどり着ける不思議な駄菓子屋「銭天堂」店主の紅子が売る駄菓子は不思議な力があり・・・  
**【とき】** 9月13日(土) 午前10時45分～11時30分  
**【ところ】** monaca 1階会議室  
**【定員】** 30人程度 **【申し込み】** 不要  
 真岡市立図書館 Tel 84-6151

**第60回民謡発表会**

真岡民謡連合会会員による民謡の発表会です。代々歌い継がれてきた「日本のこころ」に触れてみませんか。  
**【とき】** 9月6日(土) 開場: 午前9時30分  
 開演: 午前10時  
**【ところ】** KOBELCO 真岡いちごホール (真岡市民会館) 大ホール  
**【料金】** 無料  
 文化課文化振興係 Tel 83-7732

**とちおとめホールでピアノを弾こう**

グランドピアノ(ヤマハCF)を自由に演奏できます。  
**【とき】** 10月1日(水)～5日(日)、7日(火)～9日(木)  
 ① 9:00～10:00 ② 10:30～11:30  
 ③ 12:45～13:45 ④ 14:15～15:15  
 ⑤ 15:45～16:45  
**【ところ】** にのみやとちおとめホール(生涯学習館)  
**【対象】** 市内在住または勤務の方(小学4年生以下 保護者同伴) 先着40人  
**【使用料】** 500円/1枠60分 (1人1日1枠のみ予約可) ※先着順  
**【申込】** 9月9日(火)から、下記窓口または電話で受付(8:30～17:15)  
 ※レッスン、発表会、その他営利目的利用は不可  
 市民館二宮分館 Tel 74-0107 (日・祝日休み)

**福祉・健康**

**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  
 あおぞらカフェ  
**【とき】** 9月22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  
 にのみやカフェ  
**【とき】** 9月18日(木) 午前10時～11時  
**【ところ】** 二宮コミュニティセンター研修室  
 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  
 (地域包括支援センターにのみや) Tel 74-5139

## 一般介護予防事業 いきいき運動教室

デイサービス未来

ストレッチや器具を利用した筋力トレーニングを楽しく行います。全12回の運動教室で下肢筋力アップに効果的です。

【とき】10月1日から毎週水曜日 ※全12回

○午前コース（送迎希望の方要相談）

午前9時30分～11時

○午後コース（送迎なし）

午後2時～3時30分

【ところ】デイサービス未来（真岡工業高校前）

【定員】各コース先着6人

こつこつ筋肉を貯めよう編

ストレッチや筋力トレーニングを行い、楽しく筋力アップをします。

【とき】10月9日から毎週木曜日 ※全8回

午後1時30分～2時30分

【ところ】真岡いがしら温泉 ジムエリア

【定員】先着15人

共通事項

【対象】市内在住65歳以上の方で、介護保険サービスの利用がなく、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

【参加費】無料

【申込】9月8日（月）午前8時30分から下記電話で本人のみ受付可

☎ 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

## 9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30年9月30日以前生まれの方（令和7年9月に70歳になる方）

【交付場所】真岡いがしら温泉おふるcaféいちごの湯 フロント

【招待券交付枚数】9月70歳になる方7回分

【持ち物】交付申請書（はがき）、本人確認書類（運転免許証やマイナンバーカードなど）

※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

## 10月の総合健診

市で行う健診（集団、施設、人間ドック）は、年度内1回の受診となります。

とき(受付 8:30~10:45)	ところ
1日(水)、2日(木)、3日(金)、6日(月)、7日(火)、10日(金)、17日(金)、29日(水)	総合福祉保健センター ※17日は女性限定

項目	対象	自己負担金
特定健診		無料
胃がん	40歳以上の男女	400円
肺がん、大腸がん		各100円
前立腺がん	50歳以上の男性	100円
肝炎ウイルス	40歳以上の未受診者	無料
乳がん、子宮がん	40歳以上の女性	各400円
骨密度	※骨密度検診は当日予約（女性が検診を受診する方が対象）	100円

【申込】健診日の2週間前までに下記へ電話または申込フォームで受付



詳細は市HP参照 ID 1242



総合健診予約オンライン申請



WEB予約システム

※予約状況によっては希望に添えない場合があります。ご了承ください。

☎ 健康増進課健康づくり係 TEL 83-8122

## 第6回トータルヘルスセミナー/健康21プラン推進講演会 目指せ！しなやか血管 ～動脈硬化と生活習慣～

生活習慣から起こる体の変化、動脈硬化が及ぼす影響を解説。食事や運動による対策もお伝えします。隠れ脳梗塞チェックも実施します！

【とき】10月24日（金）午後2時～3時30分

【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール小ホール

【対象】市内在住の方 先着150人

【参加費】無料

【申込】9月5日（金）から、申込フォームまたは下記電話で受付



☎ 健康増進課健康づくり係 TEL 83-8122 申込フォーム

## 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】9月10日（水）、26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



## 講座

### 第4回 歴史教室 「日光男体山山頂遺跡と勝道上人」

【とき】9月13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】日光二荒山神社附属宝物館

館長補佐 鈴木泰浩氏

【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あり）



詳細は市HP参照 ID 19097

【次回予告】10月18日（土）第5回歴史教室

「大谷石 未来へ～大谷石の持つ限りなき潜在力～」

☎ 文化課文化財係 TEL 83-7735

### 鬼怒水辺ふれあい観察会 水生昆虫を探そう

草地や森林などの陸地だけではなく、水中で生活する昆虫もいます。いろいろな水生昆虫をつかまえて観察しましょう！ボランティア講師が案内します。

【とき】10月5日（日）午前9時30分～11時

※雨天の場合はセンター内で展示解説など

【ところ】鬼怒水辺観察センター

【対象】どなたでも参加可20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、運動靴または長靴、帽子、タオル、飲み物、あればタモ網・バケツ（両方とも貸出可）

【申込】9月5日（金）～12日（金）の期間に、申込フォームまたは下記電話で受付 【参加費】無料



申込フォーム

☎ 鬼怒水辺観察センター TEL 84-6439 または  
根本山自然観察センター TEL 83-6280

## おとなの自然観察 秋の花めぐり

秋の根本山を歩き、秋に咲く草花を楽しく観察します。

【とき】10月7日（火）午前9時30分～正午

【ところ】根本山自然観察センター※小雨決行

【対象】成人の方（団体不可）20人 ※定員超抽選

【持ち物等】山を歩く服装、運動靴、帽子、飲み物、雨具

【申込】9月5日（金）～12日（金）の期間に、申込フォームまたは下記電話で受付 【参加費】無料



申込フォーム

☎ 根本山自然観察センター TEL 83-6280  
（月曜・祝日の翌日休）

## スポーツ

### スポーツ教室

スポーツチャンバラ教室

「チャンバラごっこ」をより安全性の高いものにし、初心者の方でもすぐに試合を楽しめる競技スポーツです。

【とき】10/11（土）、10/19（日）、11/1（土）

※全3回 午前10時～正午

【ところ】Earth いちごスポーツ交流館 フットサルコート

【対象】市内在住または勤務の方 先着20人

【持ち物等】運動のできる服装、手ぬぐいまたはバスタナ（頭を覆うもの）、タオル、飲み物

こども体操教室（第2回）

器械運動が苦手な子集まれ！マット、跳び箱、トランポリンを使って一緒に運動を楽しみましょう。

【とき】10/11、10/18、10/25、11/1、11/15

（土曜日）※全5回 午後2時～4時

【ところ】真岡トクシン総合体育館

【対象】市内小学生 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



スポーツチャンバラ申込フォーム



こども体操教室申込フォーム

共通事項

【参加費】無料

【申込】9月8日（月）～10月3日（金）の期間に、

申込フォームまたは下記電話で受付

☎ スポーツ振興課指導係 TEL 84-2811

## 暮らし・相談

### 道路上に張り出している草木の管理をお願いします

道路上に草木が張り出していると、歩行者や自動車の通行に支障をきたすほか、交通事故の原因となります。私有地に生えている樹木や草は、土地所有者の管理物です。道路上に張り出した草木が原因（倒木・草による視界不良等）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。自己所有地をご確認の上、適切に管理していただくようお願いします。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、草木がはみ出さないようお願いします。

境界を越えた部分は、枝切り・伐採などを行いましょ



☎ 建設課維持係 TEL 83-8148

## 公共機関掲示板

●フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」死にたい、死のうと思っている、生きている意味がないなど、自殺予防に関する相談を受け付けています。

【とき】毎日午後4時～9時、毎月10日

（午前8時～翌日午前8時）【相談番号】

TEL 0120-783-556（通話料無料）※詳細

は日本いのちの電話連盟HP参照 ☎ 栃木

いのちの電話事務局 TEL 028-622-7970



日本いのちの電話連盟HP

## みんなのひろば

●大内歴史研究会による展示

「よみがえる古墳の芳賀“大内京泉の遺跡群”」

【とき】9/28（日）まで 【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

## いちごチャンネル番組案内

【9月8日（月）～9月14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	いがしらリゾートアウトドア秋フェスについて
12:00	・もおかインフォ
16:00	災害の備え
18:00	いがしらリゾートアウトドア秋フェス
22:00	・お知らせウィークリー（WN もおか情報）
	◆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 真岡市立物部小学校創立150周年記念式典
13:00	◆コットンタイム
20:00	第1回民謡・吟詠合同発表会【後編】

☎ 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）】

9/8（月）	議会生中継
9/9（火）	monaca からのお知らせ
9/10（水）	水曜だヨ！全員集合 真岡市地域おこし協力隊 もおか専組
9/11（木）	ドリームベースボールについて
9/12（金）	子育て支援センターからののお知らせ

FM周波数 87.4MHz

☎ (株)エフエム真岡  
TEL 83-8185

※番組内容が変更になる場合があります