



**6月21日号から  
市内全戸への配布を再開**  
「WeeklyNews もおか」は、4月5日号から一般新聞各紙へ折り込みにより配布していましたが、この度、真岡新聞が「もおか新聞 plus」として復刊することに伴い、6月21日号から市内全戸への配布を再開しました。今後ともご愛読いただきますようお願い申し上げます。また、「WeeklyNews もおか」は、市HPや市公式アプリでも閲覧ができますので引き続きご利用ください。  
☎ 秘書広報課広報係 Tel 83-8100

**お知らせ**

**農業の将来を考える座談会**  
地域農業が抱える問題について、地域の皆さまと話し合う地域座談会を開催しています。将来の農地活用地域計画作成に向け、皆さまのご意見をお聞かせください。座談会の日程は市HPを確認ください。  
☎ 農政課農政係 Tel 83-8137

**プレミアム率 20%!!  
「プレミアム付き商品券」発売**

わたのみ商品券  
【購入できる方】18歳以上の市民  
【購入限度額】1人4万円(1世帯2人分8万円まで)  
【購入方法】  
①6月21日(金)に市内全戸配布する折込チラシに添付の「購入申込はがき」に必要事項を記入し、切手(往復)を貼って、7月5日(金)までに郵送(消印有効)  
※発行額を超える申し込みがあった場合は抽選により決定し、抽選結果をはがきで通知  
②7月21日(日)～8月2日(金)の平日午前9時30分～午後5時に当選はがきと現金を持参し、真岡商工会議所にて購入(7月21日(日)のみ午前9時～午後4時/7月24日(水)・31日(水)は午後7時まで販売)  
※8月2日(金)を過ぎると無効  
【使用期間】8月1日(木)～令和7年1月31日(金)  
【発行総額】3億円(プレミアム率20%)  
【使用可能店舗】真岡商工会議所に取扱加盟店として登録した店舗  
☎ 真岡商工会議所 Tel 82-3305

にのみやプレミアム商品券  
【購入できる方】18歳以上の市民および市外在住で市内に通勤・通学している方  
【購入限度額】1人5万円(1世帯3人分15万円まで)  
【購入方法】  
①6月26日(水)に二宮地区中心に配布する新聞折込チラシに添付の「購入申込はがき」に必要事項を記入し、切手(往復)を貼って、7月12日(金)までに郵送(消印有効)  
※発行額を超える申し込みがあった場合は抽選により決定し、抽選結果をはがきで通知  
【チラシ設置場所】二宮コミュニティセンター、長沼郵便局、久下田郵便局、物部郵便局、プレミアム商品券協力店  
②8月1日(木)～8月9日(金)の平日午前9時～午後4時30分、および8月3日(土)、4日(日)の午前9時30分～正午に当選はがきと現金を持参し、にのみや商工会にて購入  
※8月9日(金)を過ぎると無効  
【使用期間】8月1日(木)～令和7年1月15日(水)

【発行総額】6,000万円(プレミアム率20%)  
【使用可能店舗】にのみや商工会に取扱加盟店として登録した店舗  
☎ にのみや商工会 Tel 74-0324

**募集**

**真岡市物価高騰対策支援事業  
もおか食ベチケ第4弾 取扱加盟店募集**  
市内の飲食店の支援事業として、「もおか食ベチケ第4弾(10月1日から開始)」の実施にあたり、取扱加盟店(参加店)を募集します。ご希望の事業者の方は、申請ください。  
【募集要件】飲食サービス業で、市内に本店または主たる事業所をもつ事業者  
【申込】11月29日(金)までに申請フォームで受付  
※7月12日(金)までに申し込みいただいた事業者はチラシへ掲載します  
☎ 商工観光課商工業係 Tel 83-8134

**もおか市合同就職面接会&企業説明会**  
市内での就職を希望する方は、ぜひご参加ください。  
【とき】7月12日(金) 午後1時～4時(受付:午後0時30分～1時)  
【ところ】フォーシーズン静風  
【参加企業】市内企業28社(予定)  
【対象】令和7年3月新規大学等卒業予定者(高校生を除く)、一般求職者  
【事前申込期間】7月5日(金)まで  
※事前にハローワーク窓口で紹介状の交付を受けてください(紹介状をお持ちでない場合、希望する企業の面接を受けられない場合あり)  
※当日参加・説明会のみ参加も可  
☎ 商工観光課勤労者係 Tel 83-8134  
ハローワーク真岡 Tel 82-8655

**真岡市市制施行70周年記念事業  
第41回真岡井頭マラソン大会  
プログラム広告募集**  
【掲載位置】広告専用面(プログラム規格A4判)  
【サイズ・料金】1枠(縦5.8cm×横17.6cm A4の約1/4) 5,000円  
※1社あたり最大4枠(A4判)まで可  
【発行部数】約1,700部(参加者の数で多少増減有)  
【申込】7月26日(金)までに専用の申込用紙(総合体育館備付)に必要事項を記入し実行委員会窓口(総合体育館)またはメールで受付  
【掲載が決定した方】掲載原稿を料金納付と併せて提出(電子データ可)  
☎ スポーツ振興課指導係 Tel 84-2811  
メール sports@city.moka.lg.jp

**イベント・催し**

**真岡市市制施行70周年記念事業  
第41回真岡井頭マラソン大会**  
真岡市70周年・二宮誕生70年を祝して、「川内優輝さん」をゲストランナーに招き、盛大に開催します。  
【とき】10月13日(日)  
※雨天決行・荒天中止 午前8時40分開会  
【ところ】真岡井頭公園および周辺道路  
【種目・参加料】親子(2km ※親または祖父母と小学1～4年生)1組 2,500円/小学5・6年生男女別(2km)1,500円/中学生男女別(4km)1,500円/一般(高校生以上)年代別・男女別(4km・10km)3,500円  
【申込期間】7月26日(金)まで  
※申込期間中に参加料の支払いを必ず完了してください(郵便振替は7月22日(月)まで)  
【申込方法】  
①郵便局での振り込みもしくは大会事務局窓口(総合体育館)での申込窓口で受付(平日午前9時～午後5時)  
②インターネットでの照会・申込

いちごのまちから 未来をつむぐ もおか70  
令和6年度は真岡市70周年・二宮誕生70年

③電話申込 スポーツエントリー  
Tel 0570-039-846 (平日午前10時～午後5時)  
☎ (申込について)エントリーセンター(テクノプラン) Tel 048-778-5880 (平日10:00～17:00)  
スポーツ振興課指導係 Tel 84-2811

**福祉・健康**

**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】7月12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】7月18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】7月12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

**芳賀日赤市民公開講座**  
あなたや家族の健康について、医師や看護師から学びませんか。  
【とき】7月18日(木) 午後2時～3時30分  
(受付:午後1時から)【ところ】青年女性会館  
【内容】  
講演①(仮)「脳卒中について」  
講師 真岡中央クリニック 院長 小川松夫氏  
講演②「認知症になっても住み慣れた地域で暮らすには」  
講師 芳賀赤十字病院 認知症看護認定看護師 齊藤智子氏  
講演③(仮)「大腸がんについて」  
講師 芳賀赤十字病院 外科部長 佐藤寛文氏  
【参加費】無料【定員】100人(予約制)  
【申込】7月11日(木)までに下記電話で受付  
☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

**初心者の方も大歓迎! 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実感してみませんか?  
7/15(月)11:00～ 脂肪燃焼!「バイクエクササイズ」  
※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  
各回先着8人【参加費】無料  
【申込】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

**マシン de エクササイズ 8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。  
【ところ】真岡井頭温泉内 I Fitness  
【対象】30～64歳の市民で運動習慣をつけたいと思っている方 先着15人  
【申込】7月25日(木)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  
※体験教室の参加は年1回1コースのみ  
☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

令和6年度は真岡市70周年・二宮誕生70年

## 子育て

### 産前・産後サポート事業

#### 7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】10日(水) 【ところ】総合福祉保健センター  
【持ち物】母子健康手帳

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

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

☎ こども家庭課母子健康係 Tel 83-8121

#### 7月の子育て相談会

【とき】10日(水) 【ところ】総合福祉保健センター  
【持ち物】母子健康手帳

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「赤ちゃんのいるお家の災害対策」

時間：午前10時15分～10時30分

【申込】①下記電話で受付(要予約) ②③当日参加可

☎ こども家庭課母子健康係 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】7月11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3～5月生まれの

お子さんと保護者 先着15組

【申込】6月21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



申請フォーム

#### 7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(27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)	3日、10日、17日、24日、31日(水) 9:00～12:00
にのみや保育園子育て支援センター	月～金(10日、19日午後、 23日午後、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(金)	10:45～	七夕集会
11日(木)	10:45～	あつまったらリトミック
31日(水)	10:45～	こっこ お誕生会

☎ 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

3日(水)	10:45～	ぴよぴよ お誕生会
9日(火)	10:00～11:00	子育て健康相談(要予約)
18日(木)	10:45～	親子で楽しくふれあい遊び

☎ 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

4日(木)	11:00～	栄養士さんの先生とほっとなひととき
5・12・26日(金)	11:00～	体育遊び
8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

#### 市民講座 夏休み子ども将棋教室

お子さまへ分かりやすく将棋の初歩を教えます。

【とき】7/22(月)～7/25(木)、7/30(火)

※全5回 午後1時30分～3時

【ところ】AutoMirai 真岡公民館 第3・4会議室

【対象】市内在住の中学生以下の方20人

(定員超抽選)

【参加費】無料 【持ち物】飲み物

【申込】6月21日(金)～7月4日(木)

の期間に、申請フォームまたは下記電話で受付

☎ 生涯学習課生涯学習係 Tel 82-7150



申請フォーム

#### 市民講座 キャンドル教室

①②から選び作製します。

【とき】7月31日(水)

午前10時～

【ところ】市公民館大内分館

【対象】市内在住または

勤務の方 先着30人

【参加費】各1,000円(材料代)

【申込】6月21日(金)～7月5日(金)の期間

に下記電話で受付(8:30～17:15)

※詳細は追って通知します

※溶かしたロウソクを使用するためやけどに注意

☎ 市公民館大内分館 Tel 82-2704 (日・月・祝日休)



#### 市民講座 3B 体操

3B用具(ボール、ベル、ベルダー)を使って楽しく体を動かしましょう。運動の苦手な方、おすすめです。親子での参加も可。

【とき】7/24、7/31、8/7、8/21、8/28(水曜日)

※全5回 午前10時～11時30分

【ところ】青年女性会館 2階ホール

【対象】市内在住または勤務の方および

そのお子さま30人(定員超抽選)

【参加費】100円(レンタル代)

【持ち物】飲み物、タオル

【申込】6月21日(金)～7月4日(木)の期間に、

申請フォームまたは下記電話で受付

☎ 生涯学習課生涯学習係 Tel 82-7150



申請フォーム

遊ぶ・学ぶ・つながる英語でできたらもっと楽しい!

#### イングリッシュサマーキャンプ

市制70周年記念で1日70人を大募集。英語を学びながら、仲間づくりをしましょう。外国人英語指導助手(AET)16人の参加を予定しています。

【とき】8月1日(木)、2日(金)のどちらか1日

午前8時30分～午後4時

【ところ】真岡市自然教育センター

【対象】市内在住の小学5・6年生 各日70人

【参加費】500円

【申込】6月24日(月)午前10時～7月16日(火)

午前10時までに申請フォームで受付

※参加の可否は、7月18日(木)までに、

登録メール宛てにお知らせします

※詳細は、保護者宛てにeメッセージ

で配布されたチラシを確認ください

☎ 学校教育課教育政策係 Tel 81-9052



申請フォーム

#### 7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

4日、18日(木)	午前10時～	押し花教室(和子会グランジュテ)	実費負担
6日、20日(土)	午後1時30分～	子供将棋教室(真岡市将棋連合会)	無料
7日(日)	午前10時30分～	うたごえ喫茶(アンサンブル花)	無料
11日、25日(木)	午前9時30分～	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

#### 7月の各種相談日

行政相談 行政への意見・要望

9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

9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)

9日(火) 10:00～12:00 総合福祉保健センター

※要予約 6/28(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)

2・16・23日(火)	9:00～12:00(受付11:30まで)	総合福祉保健センター
9日(火)		市公民館中村分館

☎ 真岡市社会福祉協議会 Tel 82-8844

#### 道路の側溝清掃にご協力ください

快適な生活環境を保つため、地域の道路側溝の清掃は、各自治会や市民の皆さまにお願いし、ご協力いただいています。道路側溝が土砂などで詰まると、降雨時に、道路に雨水があふれたり、土地に流れ込んだりしてしまいます。市では、地域での道路側溝清掃の際に、蓋(ふた)上げ機やバール等の無料貸し出しを実施しています。ぜひ利用いただき、住みよいまちづくりにご協力をお願いします。



☎ 建設課維持係 Tel 83-8148

## 公共機関掲示板

●とちぎ難病相談支援センター医療相談  
専門医等による医療相談を対面、電話、ZOOMのいずれかで行います。◆消化器系疾患の相談 7/6(土) 9:30～12:00 【担当医師】獨協医科大学病院消化器内科 大西俊彦医師 【申込】7/2(火) 正午までに下記電話で受付 ◆骨・関節系疾患の相談 7/30(火) 13:30～16:00 【担当医師】獨協医科大学病院整形外科 都丸哲平医師 【申込】7/25(木) 正午までに下記電話で受付 ☎とちぎ難病相談支援センターTel 028-623-6113 (平日10:00～12:00、13:00～16:00)

## みんなのひろば

●生涯学習ウクレレ講座修了者の発表会「ウクレレを楽しもう」  
ポロンとしたウクレレのかわいい音色をお楽しみください。6チームが演奏します。【とき】6/23(日) 開演12:30 【ところ】KOBELCO 真岡いちごホール小ホール 【入場料】無料 ☎カ・ピリナ。ウクレレサウンズクラブ(原) 090-4435-4187

●民話美寿々会もおか支部 第58回町おこし民話語りFMもおかで放送します。【放送日】6/22(土) 8:00～ 【演題】柳の精、峠の首無し地蔵様、鐘つき鳥、子守石、祖谷のかずら橋、つつじ娘 ☎民話美寿々会もおか支部(佐藤) Tel 84-4824

## いちごチャンネル番組案内

【6月24日(月)～6月30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	真岡市公式アプリ
12:00	もおかインフォ
16:00	夏休みの教育イベント
18:00	科学教育センターからのお知らせ
22:00	お知らせウィークリー
	◆わくわく体操6月のテーマ「家の中で運動しよう!」
	◆いちごショートケーキ
	令和5年真岡の夏祭写真展 STAY DREAM 防火パレード
13:00	◆コットンタイム
20:00	第70回真岡市文化祭《ホール部門》民舞吟大会

【小学校入学式】

学校名	放送日	再放送日	再放送日	時間
亀山小	6/25(火)	6/26(水)	6/29(土)	9:00
真岡西小	6/25(火)	6/26(水)	6/29(土)	15:00
真岡東小	6/27(木)	6/28(金)	6/30(日)	9:00
真岡小	6/27(木)	6/28(金)	6/30(日)	15:00

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

6/24(月)	結婚新生活支援補助金について
6/25(火)	納税課について
6/26(水)	指定管理施設からのお知らせ
6/27(木)	夏まつりについて
6/28(金)	WeeklyNews もおか情報

FM周波数 87.4MHz

☎(株)エフエム真岡 Tel 83-8185