

Weekly News  
もおか  
令和7年(2025)  
1月17日  
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3012号



## お知らせ

### 「もおか食べチケ第4弾」 チケットの利用は1月31日(金)まで

プレミアム付き飲食チケット「もおか食べチケ第4弾」の利用期限は、1月31日(金)までです。期限日を過ぎると、チケットの利用ができませんのでご注意ください。



詳細は市HP参照  
ID 23135

関商工観光課商工業係 Tel 83-8134

### 国民年金保険料 前納の申し込み

前納とは、国民年金保険料を前払いで一括して納める制度です。最大で2年分を前納すると、毎月納付する場合に比べ、2年間で15,000円程度の割引となります。下記の方法で前納できますので、ぜひご検討ください。

#### 口座振替・クレジットカードによる前納

【1年・2年分の前納】4月分から翌年・翌々年3月分までの保険料を4月末日に納付

〔申込期限〕2月末

【6カ月分の前納】4～9月分の保険料を4月末に、10～3月分の保険料を10月末に納付

〔申込期限〕4～9月分：2月末/10～3月分：8月末

#### 現金（納付書）による前納

【2年分の前納】4月分から翌々年3月分までの保険料を4月中に納付

〔申込期限〕2月1日（土）～3月31日（月）

※申込期限を過ぎてしまった場合は問い合わせください。納付書の発行には2～3週間かかるため、お早めに申し込みください（納付期限4月末日）

【任意の月から翌年3月分までの保険料の前納】

〔申込期限〕随時

関 宇都宮東年金事務所 Tel 028-683-3211

国保年金課国民年金係 Tel 81-3534

二宮支所 Tel 74-5004

### 国民年金保険料は 社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は、全額、社会保険料控除として納付した年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。また、家族（配偶者や子ども等）の負担すべき保険料を支払っている場合も、控除の対象となります。社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。日本年金機構から下記の日程で「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送付されるので、年末調整や確定申告の際に使用してください。ねんきんネットで控除証明書電子データの受け取りができます。



日本年金機構HP

【社会保険料控除証明書発送時期】

○令和7年2月上旬

（令和6年10月1日～12月31日納付分）

※社会保険料（国民年金保険料）控除証明書に関する相談はねんきん加入者ダイヤル（Tel 0570-003-004）へ問い合わせください

関 宇都宮東年金事務所 Tel 028-683-3211

国保年金課国民年金係 Tel 81-3534

### 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。



市公式LINE



詳細は市HP参照  
ID 13100

関 秘書広報課広報係 Tel 83-8100

### 新年度からの納税は 便利な口座振替にしませんか？

市税等の納付には口座振替がおすすめです。口座振替にすると、納期限の日に市税等が口座から自動で引き落としされるため、窓口へ納めに行く手間が省けます。納め忘れもなく安心です。口座振替の申し込みをぜひ検討ください。

【申込場所】市役所本庁舎1階納税課、二宮支所税務収納窓口、市内金融機関

【申込に必要なもの】通帳、通帳届出印、口座振替依頼書（申し込み場所または市HPから入手可）

※依頼書を市HPから入手する場合は、

記入・押印後、必ず市役所または二宮支所の窓口へ持参または郵送してください

※申し込み後、約1カ月後の納期限から

口座振替となります

関 納税課収納管理係 Tel 83-8115



詳細は市HP参照  
ID 1148

## 募集

### パブリックコメント 真岡市こども計画（案）

【意見を募集する計画】「真岡市こども計画」（案）

【計画策定の趣旨】未来を築くすべての子どもたちが、地域に誇りを持ち、心身ともに健やかに成長できるまちづくりを総合的かつ計画的に推進するため、令和7年度から令和11年度までの5カ年計画を策定するものです。

【閲覧場所】市HP、本庁舎1階こども家庭課窓口

【期間】1月17日（金）～2月14日（金）（必着）

【提出方法】郵送または下記窓口まで持参、FAX、メールで受付

※閉庁時は当直窓口へ提出

関 〒321-4395 真岡市荒町5191

こども家庭課子育て支援係 Tel 83-8131

FAX 83-8619 メール kodomokatei@city.moka.lg.jp



詳細は市HP参照  
ID 14660

### パブリックコメント 第2期真岡市空家等対策計画（案）

【意見を募集する計画】第2期真岡市空家等対策計画（案）

【計画策定の趣旨】平成30年度に策定した真岡市空家等対策計画が最終年度を迎え、近年の少子高齢化や核家族化による人口減少等の影響により「空家等」が増加していることから、社会状況の変化に合わせた空家等対策に取り組むため、令和7年度から令和11年度までの5カ年計画を策定するものです。

【閲覧場所】市HP、本庁舎2階くらし安全課窓口

【期間】1月17日（金）～2月14日（金）（必着）

【提出方法】郵送または下記窓口まで持参、FAX、メールで受付

※閉庁時は当直窓口へ提出

関 〒321-4395 真岡市荒町5191

くらし安全課空家対策係 Tel 83-8144

FAX 83-8392 メール kurashianzen@city.moka.lg.jp



詳細は市HP参照  
ID 14660

### まちなか保健室 健康相談員募集

【募集人数】2～3名程度

【応募条件】看護師、保健師、助産師のいずれかの資格を有し、70歳までの方

【勤務場所】まちなか保健室駅前館（台町2476-16）

まちなか保健室田町館（田町2203-1）

まちなか保健室にのみや館（久下田848-5）

【勤務内容】まちなか保健室に来た方の相談対応や健康チェック

【勤務条件】別途交通費を支給（2km以上）

【賃金】・看護師 時給1,392円

・保健師・助産師 時給1,493円

【勤務日時】勤務日数は月5日程度 当番シフト制 午前9時30分～午後0時30分または午後1時～3時（1日勤務の場合は休憩1時間）※年末年始除く

【勤務期間】令和7年4月から当該年度3月31日まで（継続勤務可）

【応募方法】事前に連絡の上、下記へ本人が直接申し込み

【選考方法】書類審査および面接

関 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

### 真岡市公式Instagram

### #真岡のいちごキャンペーン募集中

真岡のいちごに関する写真を募集しています。抽選で15名の方へいちごをデザインしたノベルティグッズをプレゼント！

【対象】プロ・アマチュア問わずどなたでも ※1人何点でも応募可

【応募期間】3月16日（日）まで

【応募方法】Instagramで「mokacity\_official」をフォローし、ハッシュタグ「#真岡のいちご」を付けて写真を投稿してください。

関 秘書広報課シティプロモーション係 Tel 81-6947



詳細は市HP参照  
ID 23928

## イベント・催し

### まちかど美術館 市民ギャラリー 「関根徳子回顧展」

関根氏は2008年90歳で永眠されました。色彩豊かな油絵をぜひご覧ください。



【とき】前期1月16日（木）～22日（水）

後期1月24日（金）～30日（木）

午前10時～午後4時

【休館日】火曜日、1月20日（月）【入場料】無料

【ところ】真岡市まちかど美術館市民ギャラリー

関 真岡市まちかど美術館 Tel 080-8736-3984

### 明るい選挙啓発ポスターコンクール作品展示

選挙が明るく正しく行われることを目的として、令和6年度に市内小中学校から、応募のあった43作品を展示しています。ぜひご覧ください。



【とき】1月18日（土）～1月26日（日）

【ところ】市役所本庁舎1階展示コーナー（北側）

関 選挙管理委員会 Tel 83-8190

### 真岡市まちかど美術館 市制施行70周年記念事業 ベスト・オブ・久保コレクション連動 企画展（後期：版画の軌跡 part2 リトグラフで魅せるイメージ）

これまでに、久保記念観光文化交流館美術品展示館と真岡市まちかど美術館で行った企画展のアンケートで反響の多かった作品を前期と後期に分けて紹介します。後期では、リトグラフ作品を紹介します。



【とき】1月22日（水）～3月23日（日）

火曜日休館（祝日の場合は翌日）

午前9時～午後5時（最終入館午後4時30分）

【ところ】真岡市まちかど美術館【入場料】無料

関 真岡市まちかど美術館 Tel 080-8736-3984

### 市制施行70周年記念事業

### 真岡・二宮70年の写真展 開催中

真岡・二宮の歴史的な写真50点と、募集いただいた昔懐かしい「くらしや街並み」の写真20点の合計70点を展示しています。写真を通して当時の風景や生活、建物、催しなどに触れていただきお楽しみください。



【とき】1月31日（金）まで

【ところ】二宮コミュニティセンター1階

関 秘書広報課広報係 Tel 83-8100



詳細は市HP参照  
ID 23314

## 福祉・健康

### 医療・介護資源情報システム

真岡市医療・介護資源情報提供システムでは、市内の医療機関や介護事業所、相談機関など生活支援に役立つ情報をまとめて見ることができます。



【利用方法】インターネットで「真岡市医療・介護資源情報提供システム」と検索、または、二次元コードを読み込み、検索メニューから条件等を選択してください。

関 高齢福祉課地域支援係 Tel 83-8132



医療・介護資源情報システム



## 2月のまちなか保健室

栄養士会講座や健康に関するイベントなどを実施しています。お気軽にお越しください。

駅前館 Tel 080-9990-3998

栄養士会講座	9日(日) 9:30~10:30	コレステロールを下げる脂質異常症予防のウソ?ホント!
からだのおはなし会	26日(水) 13:30~14:30	冬野菜活用術

田町館 Tel 080-8096-9918

からだのおはなし会	12日(水) 13:30~14:30	今日から始める口腔ケア(実践編)
栄養士会講座	22日(土) 10:15~11:15	知って得する糖尿病の食事療法

にのみや館 Tel 080-8058-9925

からだのおはなし会	19日(水) 13:30~14:30	女性のためのエクササイズ アロマタッチでリラックス
-----------	-----------------------	------------------------------

【対象】市内在住の方 【定員】各回先着10人  
【申込】栄養士会講座：各まちなか保健室にて受付  
からだのおはなし会：各まちなか保健室または下記にて受付

健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

## 認知症の方を介護している家族のためのつどい

認知症の方を対応しているご家族の方が集い、学んだり、相談したり、ほっとする時間を共有する場です。

【とき】2月10日(月)午後1時30分~3時

【ところ】真岡中央クリニック(上高間木2-24-5)

【内容】お茶を飲みながら認知症について学ぼう

【講師】芳賀赤十字病院認知症疾患医療センター  
認知症看護認定看護師 齊藤 智子氏

【対象】認知症の方を介護している市民の方15人

※認知症の方ご本人と一緒に参加することも可

【参加料】無料

【申込】1月17日(金)から下記電話で受付

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

## 子育て

## みんなあつまれ!オピママと遊ぼう!

親子で一緒に歌ったり、体を動かして遊びませんか。お気軽にお越しください。お土産あり!

【とき】2月22日(土)午後1時30分~3時

【ところ】Earth いちごスポーツ交流館

【対象】未就学児~小学校低学年の家族

【内容】エプロンシアター、歌遊び、ゲーム縁日コーナー 【参加費】無料 【申込】不要

【持ち物】体育館シューズ(厚手の靴下でも可)

生涯学習課生涯学習係 Tel 82-7150



## 講座・講演

### 歴史教室 番外編

## 「重要文化財高田山専修寺楼門解体修理工事報告会：組立編」

【とき】1月25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】文化財建造物保存技術協会：佐藤 太一氏

【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)

文化課文化財係 Tel 83-7735



詳細は市HP参照 ID 19097

## 市民講座 尺八を吹こう

【とき】1/29、2/5、2/12、2/19、2/26(水曜日)

※全5回 午前9時30分~11時30分

【ところ】市公民館中村分館

【対象】市内在住または勤務の方 先着10人

【持ち物】尺八(お持ちでない方は貸出しあり)

【参加費】500円(テキスト代)

【申込】1月18日(土)~24日(金)の期間に、

下記にて電話で受付(8:30~17:15)

市公民館中村分館 Tel 82-2902(日・月曜・祝日休)

## 根本山しぜん体験教室

## 根本山のヘビのはなし

今年は「ヘビ年」です。「ヘビ」には知れば知るほど興味深い生態があることをご存じですか?「ヘビ」の生態を写真と「おはなし」で、お子さんと一緒に楽しく学んでみませんか?「ヘビ」が苦手な方も考え方が変わるかもしれません。ぜひお越しください。お待ちしております。

【とき】2月15日(土)午前10時~11時15分

【ところ】根本山自然観察センター ※雨天実施

【対象】どなたでも参加可 【定員】30人

(小学4年生以下保護者同伴)

【参加費】無料 【申込】不要

※2月15日(土)の野鳥のクラフトの

受付は、正午から午後2時30分までになります

根本山自然観察センター Tel 83-6280

(月曜日・祝日の翌日休)



## ふれあい・いきいきサロン座談会

市内にあるふれあい・いきいきサロンの代表者やこれからサロンを始めたいと思っている方たちを対象に座談会を開催します。

※ふれあい・いきいきサロンとは、徒歩や自転車で通える範囲の地域で、高齢者や障がい者等を対象とした、公民館等で行う集まりの場です

【とき】1月29日(水)午後2時30分~

【ところ】AutoMirai 真岡公民館第3・4会議室

【内容】介護予防事業について、参加者同士の情報交換、補助金の申請について他

【対象】現在サロンを運営していない方 先着20人

【参加費】無料

【申込】1月22日(水)までに下記電話で受付

真岡市社会福祉協議会 Tel 82-8844

## 目指せ!ふくし体験の先生

講座受講後に、小学校などで行われる福祉体験授業の講師補助ボランティアとして活動してみませんか。

【とき・内容】2月8日(土)アイマスク体験

2月22日(土)高齢者体験

【時間】午後1時30分~3時

【ところ】二宮コミュニティセンター 203 会議室

【対象】市内または近隣地域在住の方 10人程度

【講師】真岡市社会福祉協議会 木村圭吾氏

【参加費】各回200円(保険・飲み物)

【持ち物】筆記用具

【申込】下記電話で受付

コラボレーもおか Tel 81-5522

## 暮らし・相談

## 住宅の耐震無料相談会を開催

お住まいの家の耐震性、耐震改修および耐震建替の費用等のお悩みを市職員や専門家に相談できます。相談会は事前予約制となっておりますので、参加を希望の方はお早めにお申し込みください。

【とき・ところ】

[第1回]1月30日(木)市役所本庁舎401会議室

[第2回]2月7日(金)市役所本庁舎402会議室

【時間】午前10時~正午

【対象】お住まいの家の耐震性に不安のある方

各回8組(1組30分程度)

【申込】1月20日(月)~26日(日)

の期間に、下記電話(平日8:30~

17:15)またはメールで受付

建設課建築住宅係 Tel 83-8694

メール kensetsu@city.moka.lg.jp



詳細は市HP参照 ID 24087

## 出会い・結婚を応援します

## 2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。

5日(水)午前10時 青年女性会館

15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

●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のいずれかでを行います。◆呼吸器系疾患の相談2/6(木)13:30~16:00【担当医師】自治医科大学附属病院呼吸器内科黒崎綾子医師【申込】1/31(金)正午までに下記電話で受付 ◆神経・筋疾患の相談2/13(木)13:30~16:00【担当医師】自治医科大学附属病院脳神経内科田中亮太医師【申込】2/6(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)

## ●看護職のための就職相談会

【とき】2/15(土)13:30~15:30【ところ】栃木県看護協会研修センター【求人施設】200床以下の病院、診療所、介護施設、訪問看護ステーション等【対象求職者】看護職、看護学生【内容】履歴書、職務経歴書の書き方のポイント、面接時の注意点、個別相談、ハローワーク相談、キャリアコンサルタント相談、看護の相談【申込】下記電話で受付(当日参加可) 〓公益社団法人栃木県看護協会 栃木県ナースセンター Tel 028-625-3831



詳細は栃木県看護協会HP参照

## ●栃木県がん経験者交流会

がんを経験された方が、自身の経験や意見を自由に話し交流する場です。【とき】2/16(日)13:20~【ところ】マロニエプラザ【対象】がん経験者等【参加費】無料【申込】県HPまたは、下記電話、メールで受付 〓栃木県健康増進課 Tel 028-623-3096 メール kenko-zoshin@pref.tochigi.lg.jp



詳細は県HP参照

## みんなのひろば

## ●真岡落語研究会第51回もおかラジオ寄席

【放送日】1/18、1/25、2/1、2/8(土)7:00~【演題】状況説明窃盗団、予感、宗漢、水屋の富 〓真岡落語研究会(小崎) Tel 080-5484-6964

無理なく上手に冬の省エネルギー

冬の室温は20℃を目安にね!  
見えないテレビや照明はOFF!  
冬の冷蔵庫の温度設定は「中・弱」!

〓 関東電気保安協会 KDH 検索

ぼくは安全エレちゃん

## いちごチャンネル番組案内

【1月20日(月)~1月26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	第3回市議会定例会報告
12:00	・もおかインフォ
16:00	税務署からのお知らせ/コラボレー
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1月のテーマ「膝痛予防」 ◆いちごショートケーキ 長沼八幡宮大暑祓 水沼選手パリオリンピック報告会
13:00	◆コットンタイム
20:00	第35回地域公民館芸能発表会【前編】

〓宇都宮ケーブルテレビ(株) 真岡局 Tel 83-7005



いちごチャンネルについて

## 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)】

1/20(月)	ラジオ保健室
1/21(火)	会計課について
1/22(水)	指定管理施設からのお知らせ
1/23(木)	水道管の凍結に注意
1/24(金)	WeeklyNews もおか情報

FM周波数 87.4MHz

〓(株)エフエム真岡

Tel 83-8185

内容が変更になる場合があります  
詳しい番組表はFMもおかHPで確認できます

