

広報 もおか

2024 7
令和6年7月 No.830

No.160

わが家の天使たち



亀山の
おがさき かなと
岡崎 叶翔 くん(4)
にここ
虹心 ちゃん(0)

妹思いのお兄ちゃん、いつもお手伝いありがとうございます。ママは大助かりです。これからもきょうだい仲良く、元気にすくすく大きくなってね！
(父・母より)

笑顔 をさがして

397 人目の笑顔さん

ごとう ひびき
後藤 響 さん



栃木ゴールデンブレーブスを応援しています。栃木にはNPB(日本野球機構)を目指して、一生懸命頑張っている選手がたくさんいます。真岡の皆さんも球場で、選手たちに熱い声援を一緒に送りましょう！



いちごのまちから 未来をつむぐ もおか70

～真岡市70周年・二宮誕生70年～



スマートチャレンジ70

運動と健診受診で70ポイントを貯めて、健康と豪華景品をGETしよう！



参加は簡単！3Step！

Step 1

健診を受ける・予約する 10P
(集団健診、職場健診、人間ドック)
好きな運動を60日間 60P
チャレンジカードを記入

Step 2

チャレンジカードを提出し
500円券をもらう
(先着700名)

Step 3

ダブル
Wチャンスの抽選結果を待つ
●講演会・抽選会
11/1(金) 14:00
KOBELCO 真岡いちごホール

抽選で当たる Wチャンス

- 特賞 QUOカード 10,000円分 7名
- 2位 QUOカード 5,000円分 7名
- 3位 減塩セット 3,000円分 7名
- 4位 QUOカード 1,000円分 70名

※Wチャンス抽選会以降提出の方には500円券のみのお渡しになります



市HP
真岡市健康ポイント
ID 19639



チャレンジカード
提出フォーム

チャレンジ期間

令和6年4月1日～10月末
(提出期限：令和7年2月28日まで)

対象

20歳以上の市民の方 ※申込不要

カード
入手場所・方法

健康増進課(本庁舎1階) / 各公民館
総合福祉保健センター / まちなか保健室
健康ガイドブック P15(コピー可)
市HPからダウンロード

提出方法

市役所本庁舎1階健康増進課窓口へ提出
または、チャレンジカード提出フォームで提出

問・健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122 e-mail: kenkou@city.moka.lg.jp

広報もおか 830号/令和6年7月1日発行/発行人 真岡市長 石坂真一/編集 秘書広報課広報広聴係 〒321-4395 栃木県真岡市荒町5191 / TEL 0285-83-8100 / FAX 0285-83-5996 / HP https://www.city.moka.lg.jp/



パリへとどけ！
“がんばれ 水沼尚輝選手”

真岡から世界へ！

水沼選手パリ五輪パブリックビューイング開催 (P12 関連記事)

特集

真岡の夏まつり7月26日(金)～28日(日)
みんなで乗ろう公共交通
地域でつながる子育ての輪



令和6年度は真岡市70周年・二宮誕生70年