

お知らせ

特定計量器定期検査の実施

事業所などの取引・証明に使用しているはかりは、定期検査を受けていないと使用できなくなりますので、必ず受けてください。

9月	2日(火)	真岡地区(荒町・田町・台町・並木町以外)
	3日(水)	真岡地区(荒町・田町・台町・並木町)
	4日(木)	山前・大内・中村地区
	5日(金)	一部の保育施設・教育機関・公的機関および上記で受けられなかった方

○久下田駅前どんとこい広場
9月8日(月) 二宮地区

※実施期間中は、対象地区以外でも受検できます
【検査時間】 午前10時～正午 午後1時～3時
【対象】 取引・証明用のはかりを所有している全ての事業者
 ※今年度から、とちぎ電子申請システムでの事前申請および手数料の納付をしています。会場での現金払いはできません。電子申請の利用方法がわからない場合は、下記の連絡先までご連絡ください



県HP (申請はこちらから)

☎ 商工観光課商工業係 Tel 83-8134
 栃木県計量検定所 Tel 028-667-9425

国民年金保険料の追納制度

国民年金保険料の免除(全額・一部免除および法定免除)や納付猶予、学生納付特例を受けた期間の保険料をさかのぼって納める(追納する)ことで、老齢基礎年金の年金額を回復できます。

【追納できる期間】 免除対象となった月の納付期限(該当月の翌月末)から10年以内。
 ※原則として、免除・猶予期間のうち、最も古い保険料から納めていただきます
 ※一部免除を受けた期間に、納付すべき保険料を納付していない場合は、追納できません
 ※すでに年金を受け取っている方は対象外です
【方法】 「国民年金保険料追納申込書」に必要事項を記入し、下記窓口へご提出ください。
 ☎ 国保年金課国民年金係 Tel 81-3534
 二宮支所 Tel 74-5004
 宇都宮東年金事務所 Tel 028-683-3211

戦没者を追悼し平和を祈念する日

8月15日は「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。先の大戦で犠牲となったすべての方々を追悼し、平和を祈念するため、正午から1分間の黙とうをお願いします。
 ※サイレンが鳴ります。メロディは鳴りません。
 ☎ 社会福祉課社会福祉係 Tel 81-6943

募集

令和7年度真岡市戦没者追悼式

先の大戦により戦没された1,973柱の方々のご冥福をお祈りするとともに、恒久の平和を願うため戦没者追悼式を執り行います。参列希望の方は下記の方法で申し込みください。
 ※遺族会会員の方へは別途案内を送付しています
【とき】 10月3日(金) 午前10時開式 9時30分受付
【ところ】 KOBELCO 真岡いちごホール 大ホール
【申込】 8月29日(金)までに申込フォームまたは下記電話、はがき(①氏名②郵便番号・住所③電話番号を記入)で受付
 ※受付完了後、ご案内状をお送りします
 ☎ 社会福祉課社会福祉係 Tel 81-6943

真岡市子ども・子育て会議委員公募

未来を築く元気な『もおかっ子』を育てるまちの実現のため「真岡市子ども計画」の進捗状況の確認や子育て支援事業への意見をいただける委員を募集します。

【募集人数】 2人程度 **【任期】** 3年
【対象】 下記全てに該当する方
 ①真岡市内に居住する中学生以下の子どもの保護者で、子ども・子育て支援に関心・熱意がある方
 ②平日の昼間の会議に出席できる方(年2回程度)
 ③本市の他の審議会、協議会等の委員に就任していない方
【応募方法】 8月29日(金)までに、申込フォームまたは所定の申込書にて受付
 ※申込用紙は下記窓口で配布しています
【その他】 選考結果については、9月中旬までに応募者全員に通知します。
 ☎ 子育て家庭課子育て支援係 Tel 83-8131



申込フォーム

尊徳夏まつりクリーンボランティア

夏まつり翌日に会場周辺のゴミ拾いや分別作業を行うボランティアを募集します。※荒天時中止
【とき】 8月31日(日) 午前5時30分～7時30分
【集合同所】 そうそう長沼(旧長沼北小校庭)
【対象】 どなたでも(小学生以下保護者同伴)100人程度
【持ち物等】 動きやすい服装、タオル、軍手
 ※ゴミ袋は用意します
【申込】 8月24日(日)までに申込フォームで受付
 ☎ コラボレーもおか Tel 81-5522



申込フォーム

第72回真岡市文化祭ホール部門 出演者募集

【とき】 10月19日(日) 午前10時～午後4時(予定)
 ※出演団体数によって変更になる可能性があります
【ところ】 KOBELCO 真岡いちごホール(市民会館)大ホール
【募集ジャンル】 ダンス(フラ、ハワイアン、よさこい、四つ竹、バレエ、ヒップホップ等)、音楽全般(演奏を伴うもの)、伝統芸能、朗読、民謡・民舞、吟詠剣詩舞、日本舞踊
【申込】 8月15日(金)までに「出演申込書」に必要事項を記入し、事務局(真岡市教育委員会文化課)へFAX、メール、窓口で受付
 ※「出演申込書」は、文化課窓口・各公民館にて配布しています。市HPからもダウンロードできます。
 ☎ 文化課文化振興係 Tel 83-7732



詳細は市HP参照 ID 25106

インスタグラム ハッシュタグキャンペーン 8月のテーマ「真岡の夏」

月ごとにテーマに沿った素敵な写真を募集しています。抽選で3名様にオリジナルノベルティグッズをプレゼント! プール、キャンプ、かき氷、風鈴など、どんな写真でも大歓迎です!
【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
【応募方法】 8月15日(金)～31日(日)までに①インスタグラムで「mokacity_official」をフォロー②ハッシュタグ「#mokafan」と「#真岡の夏」をつけて写真を投稿
 ☎ 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 24680

第1回活動指導ボランティア研修会「藍染」「草木染」

入所した児童生徒の活動を支援するボランティア指導員を募集しています。指導員養成のため研修会を実施します。
【とき】 9月1日(月) 午前9時～11時30分
【ところ】 真岡市自然教育センター
【対象】 以下の2つを満たす方
 ①小・中学生への「藍染」「草木染」の指導者として、平日の日中に活動できる方
 ②各自でセンターまでの往復ができる方
【持ち物等】 汚れてもよい服装、軍手、飲み物
 ※染めたい布を持ち込むことも可能
【定員】 10人程度 **【参加費】** 無料
 ☎ 自然教育センター Tel 83-1277

イベント・催し

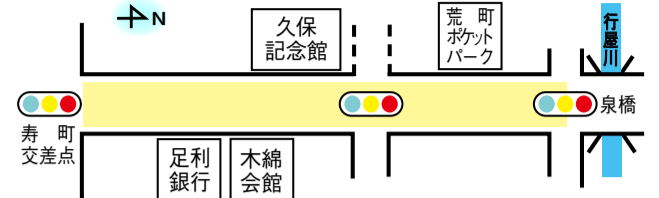
「終戦80年 アートでつなぐ戦争と平和」前期：戦禍を生き抜いた画家たち

真岡市所蔵の久保コレクションより、戦争を体験した画家たちに焦点を当て、その表現を紹介します。
【とき】 前期:8月7日(木)～10月6日(月)
 開館時間: 午前9時～午後5時
 休館日: 毎週火曜日、9月24日(水)
【ところ】 久保記念観光文化交流館 美術品展示館
 ☎ 久保記念観光文化交流館 Tel 82-2012



もおか木綿踊り 交通規制・バスのう回

【とき】 8月23日(土) 午後5時50分～8時30分
【ところ】 荒町本通り(寿町交差点～泉橋)
 ※下図の 区間通行止め
【交通規制】 午後5時～9時 ※会場内車両進入禁止



※荒天の場合 8月24日(日)に延期
 ※交通規制に関しても23日同様に実施されます
 ☎ もおか木綿踊り実行委員会事務局 Tel 82-3305

いちごバス・路線バスの一部う回について

もおか木綿踊りの影響でダイヤに乱れが生じる場合があります。
【いちごバスの利用できないバス停】
 8月23日(土) 左回り6便「木綿会館前」
 ☎ 運行状況に関して: 大越観光バス Tel 84-6578
 総合政策課交通政策係 Tel 83-8469
【路線バスの利用できないバス停】
 8月23日(土) 午後5時～終日「泉町」「荒町二」
 ☎ 関東自動車(株) 東野平出営業所 Tel 0570-03-1811

もおか出張コンサート2025 上田純子(ソプラノ歌手・真岡市アンバサダー) 上野恵美子(ピアノ)

真岡市アンバサダー、上田純子さんの歌声と、上野恵美子さんのピアノをお楽しみください。
【とき】 8月24日(日) 午後2時開演 約30分
【ところ】 monaca 1F イベントスペース
【入場料】 無料 **【予約】** 不要
 ☎ KOBELCO 真岡いちごホール Tel 83-7731



好評につき追加募集決定! そんなばなな! 国産バナナの収穫体験会

真岡市のブランドバナナ「とちおとこ」。国産バナナの収穫体験会を開催します。
【とき】 9月7日(日)
 ①午前9時～10時45分
 ②午前11時15分～午後1時
【ところ】 西高間木地内の圃場
 ※市役所に集合し、貸し切りバスで移動します
【参加費】 1組5,000円(保険料含)
 ※交通費は含まれません
【対象】 どなたでも参加可能
【定員】 先着各回7組(1組4人まで)
【特典】 ①アイス(1組2個) ②収穫したバナナ1kg
【申込】 8月12日(火)～29日(金)の期間に、申込フォームまたはFAXで受付。FAXの場合は、①代表者名(ふりがな)、②住所、③電話番号、④メールアドレス、⑤参加人数(大人、小学生、未就学児) ⑥希望時間を書いて送ってください。
 ☎ 農政課農業振興係 Tel 83-8139 FAX 83-0199



申込フォーム

福祉・健康

9月の総合健診

とき(受付 8:30~10:45)	ところ
4日(木)、5日(金)	市公民館大内分館
8日(月)、9日(火)、24日(水)、25日(木)、29日(月)	総合福祉保健センター ※29日は女性限定
17日(水)、18日(木)	市公民館中村分館

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 ※骨密度検査は当日予約(女性が ん検診を受診する方が対象)	各400円
骨密度		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
 ☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122



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

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、お手伝いの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】8月13日(水)、29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

8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8月31日以前生まれの方(令和7年8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】8月に70歳になる方8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

トータルヘルスセミナー 第5回

東洋羽毛さんとコラボ!睡眠とストレスセミナー

ストレスと睡眠について学び、睡眠の質を高めましょう。希望者には寝姿勢圧測定チェックも行います。
【とき】9月11日(木) 午前10時～11時30分
【ところ】AutoMirai 真岡公民館 第3・4会議室
【対象】市内在住の方 先着40人
【申込】8月8日(金)から、申込フォームまたは下記電話(8:30～17:15)で受付 【参加費】無料
☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

認知症サポーター養成講座

認知症について理解し、認知症の方への対応を学んでみませんか。お気軽にご参加ください。
【とき】9月10日(水) 午前10時～11時30分
【ところ】二宮コミュニティセンター202会議室
【対象】認知症や認知症の対応に関心のある市民の方
【申込】下記窓口または電話で受付 【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

運動初心者大歓迎

カラダを動かして健康づくり

B.STEAM・スタジオレッスン
スタジオレッスンが無料で2回受けられます。レッスン前後1時間もジム使い放題。
【とき】9月19日(金) 午後7時30分～
※2回目は1回目の時に日程を決めていただきます
【ところ】B.STEAM 【レッスン内容】バランスボール
【申込】申込フォームまたは下記電話(8:30～17:15)で受付 【定員】先着8人

パシフィックスポーツプラザレッスン
スタジオレッスンが無料で2回受けられ、2回目までの間にジム1回(1時間)またはバーチャルレッスン1回を無料体験できます。
【とき】9/21(日)、10/19(日) ※全2回 午前9時～
【ところ】パシフィックスポーツプラザ
【レッスン内容】ピラティス
【申込】申込フォームまたは下記電話(8:30～17:15)で受付 【定員】先着10人程度

マシンdeエクササイズ
【とき】9月の1カ月間のうち5回
【ところ】真岡いがしら温泉 ジムエリア
【内容】1カ月間内、トレーニングプログラムを無料で5回利用できます 【定員】先着15人
【申込】8月25日(月)までに、真岡いがしら温泉温泉電話(Tel 83-8822)で受付 ※火曜定休

共通事項
【対象】市内在住の20～64歳の方で、昨年または今年に健康診断を受けた方 【参加費】無料
※上記のうち1人いずれかが年1回の利用となります
☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

子育て

お子さんとの関りに悩んでいませんか 親子でできる遊びの講習会

「体の発達」「情緒の発達」「対人関係」「学習能力」について学びましょう!
【とき】9月12日(金) 午前10時～
【ところ】AutoMirai 真岡公民館
【対象】芳賀郡市内在住の保護者 先着70人

【参加費】無料
【申込】8月29日(金)までに申込フォームで受付
☎ 真岡市こども発達支援センターひまわり園 Tel 84-3752

麻しん(はしか)・風しん混合予防接種

未接種の方は早めに予防接種を受けましょう。
【第一期】対象:1歳～2歳未満
接種期間:満1歳の1年間(1歳～2歳の誕生日の前日まで)
【第二期】対象:平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ
接種期間:小学校就学前の1年間(令和8年3月31日まで)
【接種場所】市内予防接種実施医療機関、市外の場合は栃木県定期予防接種の相互乗り入れ事業に参加している医療機関 ※いずれも要予約
【費用】無料(接種期間を過ぎると全額自己負担)
【持ち物】予診票、母子手帳、マイナンバーカードなど住所の記載のあるもの
☎ 健康増進課地域医療係 Tel 81-6946

講座

水辺の生き物をすくってみよう in 鬼怒水辺観察センター

鬼怒水辺観察緑地で、カエルやザリガニ、メダカなど水辺の生き物を網ですくって観察しましょう。
【とき】9月6日(土) 午前9時30分～11時30分
【ところ】鬼怒水辺観察センター ※雨天中止
【対象】どなたでも参加可30人(定員超抽選)(小学4年生以下保護者同伴)
【持ち物等】動きやすい服装、ぬれてもいい靴または長靴、帽子、タオル、飲み物、たも網、観察用プラスチックケースかバケツ
【申込】8月8日(金)～15日(金)の期間に、下記電話または申込フォームで受付 【参加費】無料
☎ 根本山自然観察センター Tel 83-6280

オリジナルエコバッグをつくろう

絵や文字を描いて自分だけのエコバッグを作ります。
【とき】9月7日(日)
第1部9:30～10:30/第2部11:00～12:00
【ところ】AutoMirai 真岡公民館 第2会議室
【対象】おおむね3歳～小学6年生(子ども3人以上のグループに対して1人以上の同伴者)各回15人(定員超抽選) 【参加費】無料
【申込】8月8日(金)～22日(金)の期間に申込フォームで受付
☎ 環境課環境保全係 Tel 83-8125

市民講座 古典入門

源氏物語の名文に親しみ、古文の基本的な知識と読み方を身につけましょう。
【とき】9/10、9/17、9/24、10/1、10/8、10/22(水曜日) ※全6回 午前10時～11時30分
【ところ】AutoMirai 真岡公民館 第7会議室
【対象】市内在住または勤務の成人の方 先着20人
【申込】8月8日(金)～22日(金)の期間に、下記窓口・電話で受付 【持ち物】筆記用具 【参加費】無料
☎ AutoMirai 真岡公民館(真岡市公民館) Tel 82-7151/83-7731

市民講座 ハーブ活用講座「ハーブを楽しもう」

【とき】9/11、10/9、11/13、12/11(木曜日) ※全4回 午前10時～正午
【ところ】市公民館真岡西分館 調理室
【講師】高橋 洋子 氏(ハーブ・料理研究家)
【対象】市内在住または勤務の方 16人(定員超抽選) 【参加費】5,000円(4回分の材料代)
【申込】8月9日(土)～31日(日)の期間に申込フォームで受付
☎ 市公民館真岡西分館 Tel 84-6781(日・月・祝日休)

ダンボールで恐竜をつくろう!

廃材ダンボールを使ったクラフト教室です。恐竜の関連本のブックトークも行います。
【とき】8月23日(土) 午後1時30分～3時30分
【ところ】monaca1階 会議室
【対象】小学生以下(小学3年生以下保護者同伴、子ども1人につき保護者1人)15人(定員超抽選)
【申込】8月8日(金) 午前9時～15日(金) 午後5時までに申込フォームで受付
☎ 真岡市立図書館 Tel 84-6151

スポーツ

スポーツ教室 ヨガ教室

ヨガを学び、心身のバランスを整えましょう。
【とき】9/17、9/24、10/1(水曜日)
※全3回 午後1時～2時30分
【ところ】Earth いちごスポーツ交流館 多目的室①
【対象】市内在住または勤務の方 先着30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 【参加費】無料
【申込】8月12日(火)～9月8日(月)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

公共機関掲示板

●働く人のメンタルヘルス相談
職場のストレスや不調に関する相談を、産業カウンセラーが無料で対応します。【とき】毎月第2火曜日、第4金曜日、13:30、14:30、15:30、18:00(1回50分) 【相談場所】栃木県庁舎昭和館、北別館など 【相談料】無料 【申込】相談希望日の3日前(休日除く)までに下記にて受付(8:30～17:15) ※詳細はHP参照
☎ 栃木県労働政策課 Tel 028-623-3217

●スマホが楽しくなる便利な使い方・教え方研修会
スマートフォンが苦手な方に使い方を教えたいけど、「どう教えたらいいかわからない」という方のため、スマホの基本的な使い方を教えるスキルや相談に乗る時の心構えを学びます。【とき】①8月27日(水) 15:00～17:00 ②10月1日(水) 15:00～17:00 ※2日間で1セットの研修となります 【ところ】栃木県庁舎芳賀庁舎大会議室4-1・4-2 【対象】高齢者や障害者などスマートフォンが苦手な方に日常から接する機会が多い方 【申込】8月20日(水)までに下記にて受付(先着順) ☎ 栃木県総合政策部デジタル戦略課 Tel 028-623-2824 FAX 028-623-2216 メール dx@pref.tochigi.lg.jp

みんなのひろば

●放送大学2025年10月入学生募集
10代～100歳代の幅広い世代の方が、さまざまな目的で学んでいます。約300科目の幅広い授業があり、1科目から学ぶことができます。資料を無料で配布しています、お気軽に問い合わせください。【出願期間】第1回8/29(金)まで、第2回9/11(木)まで
☎ 放送大学栃木学習センター Tel 028-632-0572
●もう一度聞きたい民話の会「花もめん」の昔ばなし
第121回ふるさとの昔ばなしをFMもおかで放送します。【放送日】8/9、8/23(土) 8:00～ 【演目】福福めでたしめでたし、麻布地蔵、エビス様と貧乏神、ぼたもちを食べた金仏さま、孝子桜、ねずみ経、頬焼き如来 ☎ 民話の会「花もめん」(水沼) Tel 82-9574

いちごチャンネル番組案内

【8月11日(月)～8月17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&公式SNSについて
12:00	・もおかインフォ
16:00	・歴史教室/真岡市公式アプリ
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 8月のテーマ「転倒予防」 ◆いちごショートケーキ Night Blossom 2025
13:00	◆コットンタイム
20:00	令和6年度第71回真岡市文化祭 《展示部門》

☎ 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874(ハナシ) 【12:00～12:30 / 18:00～18:30(再放送)】

8/11(月)	市からのお知らせ
8/12(火)	monaca からののお知らせ
8/13(水)	水曜だヨ!全員集合 真岡市地域おこし協力隊 もおか莓組
8/14(木)	下水の日について
8/15(金)	WeeklyNews もおか情報

FM周波数 87.4MHz ☎ (株)エフエム真岡
※番組内容が変更になる場合があります Tel 83-8185