

お知らせ

12/14 (日) 年末市内一斉清掃

公共の場所(道路・河川・公園など)の清掃をお願いします。集めたごみは、当日午前9時までに各地域指定の集積場に出してください。
【とき】 12月14日(日)(雨天等の順延なし)
 ※中止の場合、12月13日(土)午後5時および当日午前7時に防災無線でお知らせ
【分別方法】
 ①もえるごみ(紙くずなど)
 ②空き缶・空きビン
 ③せん定枝・落ち葉・草
 ④その他
【注意】 もえるごみ・空き缶・空きピンは必ず透明または半透明の袋に入れて出してください/市指定ごみ袋(黄色)およびボランティア袋(ピンク)は使用不可/落ち葉・草の袋にもえるごみ等を混ぜないでください/せん定枝は束ねて縛り出してください
 環境課ごみ減量係 Tel 83-8126



いちごタクシー目的地追加

【追加する目的地】
 ・かましん真岡亀山北店(下籠谷 4258-1)
 ・西真岡つむぎクリニック(東沼 657)
 ※いちごタクシーの利用には、事前の登録が必要です。
【登録方法】 いちごタクシー利用者登録票(市HPに掲載)に必要事項を記入し、下記窓口または、メール、FAX、で受付
 ※電話による登録も可、下記電話で受付
アプリ・Webからも事前登録・予約可
 真岡市民であればどなたでも利用ができます。ぜひダウンロードしてお使いください。
 ※アプリおよびWebで利用者登録をした後、「登録完了のお知らせ」が届き次第、予約が可能となります
 総合政策課交通政策係 Tel 83-8469



募集

環境基本計画(案)へのパブリックコメント募集

現行計画である第2次真岡市環境基本計画の計画期間が満了します。本市の目指す新たな環境像やその実現に向けた施策を定めるとともに、新たにカーボンニュートラルの実現を目指し、温暖化防止や気候変動への適応に関する施策を定めるため、皆さまからの意見を募集します。
【対象】 第3次真岡市環境基本計画(案)
【閲覧場所】 下記窓口または市公民館、各分館、二宮コミュニティセンター、市ホームページ
【提出方法】 12月21日(日)までに、ご意見・住所・氏名・電話番号を明記の上、下記窓口、郵送、FAX、メールにて受付
 ※書式自由
 ※郵送の場合は期日必着、窓口での受付は平日午前8時30分~午後5時15分まで
 〒321-4395 真岡市荒町 5191 番地
 環境課環境保全係 Tel 83-8125 FAX 83-8392
 メール: kankyouty@city.moka.lg.jp



シルバー人材センター入会説明会

【とき】 12月10日(水)午後2時~4時
【ところ】 真岡市シルバー人材センター西会議室
【対象】 市内在住で健康な60歳以上の方
【仕事内容】 除草、植木せん定、屋内外清掃、施設の受付業務、福祉・家事援助、襖・障子張り、刃物研ぎ、その他企業等での軽作業等
【申込】 12月9日(火)までに、下記窓口で予約受付(必要書類をお渡しします)
 ※予約なしで当日の参加も可
 〒321-4305 真岡市荒町 111-1
 真岡市シルバー人材センター Tel 84-1110



イベント・催し

米粉を使った料理教室

米粉を使ってクリスマスにおすすめのシュトレンを作ります。米粉の魅力を再発見してみませんか。親子やご友人同士でぜひご参加ください。
【とき】 12月20日(土)午後2時~4時
【ところ】 市公民館真岡西分館 調理室
【対象】 市内在住または勤務の方
【定員】 先着10組(2人1組)
【料金】 500円/組(1組2人分)
【持ち物】 エプロン、三角巾、手拭きタオル
【申込】 11月29日(土)~12月11日(木)までに申込フォームで受付
 真岡市米消費拡大推進連絡協議会 農政課内事務局 Tel 83-8137



真岡市芸術鑑賞会映画会「国宝」

【とき】 12月6日(土)
 ①午後0時30分 ②午後5時30分(開場:各30分前)
【ところ】 KOBELCO 真岡いちごホール(真岡市民会館)大ホール
【入場料】 大人(高校生以上):1,000円
 中学生以下(4歳以上):500円
 令和7年度芸術鑑賞会会員:無料
 入場券はAutoMirai 真岡公民館および当日会場で購入可 全席自由(満席となった場合は入場できませんのでご了承ください)
 ※当日会場にて令和7年度芸術鑑賞会会員の申込受付も実施
 文化課文化振興係 Tel 83-7732

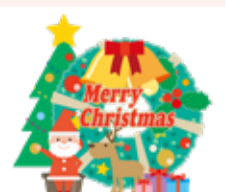


二宮図書館 演劇集団サジカゲン朗読劇「たいせつなたまご」「もうじきたべられるぼく」

演劇集団サジカゲンによる朗読劇を開催します。2作品上演「たいせつなたまご」「もうじきたべられるぼく」物語の世界を臨場感あふれる朗読劇で楽しもう!
【とき】 12月7日(日)
 ①午前10時~10時30分
 ②午後2時~2時30分
【ところ】 二宮図書館おはなし室
【定員】 無し **【申込】** 不要
 真岡市立二宮図書館 Tel 74-0286

SLキューロク館がクリスマス一色に

SLキューロク館内が、クリスマスカラーに彩られています。キラキラの客車とクリスマス限定の飾り付けで、この時期だけの特別な雰囲気をぜひお楽しみください!
【期間】 12月25日(木)まで
【開館時間】 午前10時~午後6時
 ※火曜日休館
【ところ】 SLキューロク館
 〒321-4305 真岡市荒町 111-1
 SLキューロク館 Tel 83-9600



福祉・健康

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】 12月18日(木)
 ①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00
【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】 12月15日(月)までに下記電話で受付
 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129



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】 12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



12月3日(水)~9日(火) 障害者週間

障害者週間の実施に伴い、市内の障がい者支援施設の協力を得て、利用者の皆さんが制作した作品と、施設紹介に関するパネルを展示します。ぜひ、お気軽にお立ち寄りください。
【とき】 12月3日(水)~9日(火)
 午前8時30分~午後5時15分
【ところ】 市役所本庁舎1階市民ロビー
 あわせて、障がい者の社会参加促進のシンボルマーク「イエローリボン」にちなみ、期間中市役所本庁舎でイエローライトの点灯をします。
【時間】 午後5時30分~9時30分
 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129



ヘルプマーク・ヘルプカードを配布しています

ヘルプマークとは、外見から分かりにくい障がいや難病などをお持ちの方が、支援や配慮を必要としていることを周囲に知らせるためのマークです。
 ヘルプカードとは、障がいや難病などをお持ちの方が、支援内容や連絡先を記入し緊急時に周囲へ伝えるための携帯用カードです。
【配布場所】
 市役所本庁舎1階社会福祉課 二宮支所窓口
 真岡市社会福祉協議会
 ※ヘルプカードは市HPからダウンロードして使用することもできます
 社会福祉課障がい福祉係 Tel 83-8129



一般介護予防事業 フレイル予防教室

フレイルとは年齢を重ねたことで生じる心身の衰えであり、予防には運動・栄養・口腔ケア・社会参加が効果的です。お口や栄養に関する講話、健康運動指導士による運動を楽しく行いましょう。
【とき】 1月8日から毎週木曜日 ※全11回
 午前10時~11時30分
【ところ】 AutoMirai 真岡公民館
【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月以降のフレイル予防教室に参加していない方
【定員】 15人(定員超抽選) **【参加費】** 無料
【申込】 12月1日(月)午前8時30分~12月5日(金)までに、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



12月4日(木)～10日(水) 人権週間 「誰か」のこと じゃない”

毎年12月4日～10日は人権週間です。一人一人が違いを認めて他人を思いやり、お互いの人権を尊重することが大切です。市では、人権週間にあわせて、市内小学生のこども人権絵画コンテスト入賞作品を展示します。



【展示期間】12月4日(木)～10日(水)
【展示場所】市役所本庁舎1階展示コーナー
☎ 市民協働推進室 Tel 83-8141

带状疱疹【任意】予防接種の 費用助成終了について

令和7年度から带状疱疹の予防接種が予防接種法に基づく定期予防接種に位置付けられたことに伴い、带状疱疹〔任意〕接種費用の助成は令和7年度をもって終了します。令和8年4月1日以降は、定期接種対象者である当該年度に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・95歳・100歳となる方のみが助成の対象となりますので、接種を希望する方は、必ず令和8年3月31日までに接種を完了してください。



詳細は市HP参照
ID 19614

令和8年3月31日終了带状疱疹〔任意〕助成について

【対象】接種日に市内に住所を有する50歳以上で定期接種対象者以外の方、病気または治療により免疫不全等で医師が接種を必要と認めた18歳～49歳の方

【助成額】
生ワクチン(ピケン) 4,000円×1回
不活化ワクチン(シングリックス) 10,000円×2回

【接種場所】真岡市内の予防接種実施医療機関

【注意】
・不活化ワクチンは、令和8年3月31日までに2回接種が必要です。令和8年4月1日以降の接種は助成対象外となります。
・過去に費用助成を受けて接種をしたことがある場合は対象となりません。

・必ず事前に医療機関へ問い合わせください
※市外医療機関で接種希望の場合は事前申請が必要です。詳細は下記へお問い合わせください

☎ 健康増進課地域医療係 Tel 81-6946

子育て

もぐもぐ教室～離乳食～

2回食への進め方や味付けについての講話、大人の食事から取り分けできるレシピの相談など。



【とき】12月19日(金) 午前10時～11時15分
(午前9時45分までに受付)

【ところ】総合福祉保健センター

【対象】令和7年5・6月生まれのお子さんと保護者 15組

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具

【申込】11月28日(金)から申込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



申込フォーム

講座

スキルアップ講座 つながる広報のための グラフィックデザイン基礎講座

広報って難しそう... そんな方も大丈夫! 活動の魅力を知りやすく伝える 広報づくりを体験を通して体験してみませんか?

【とき】12月7日(日) 午後1時30分～3時30分

【ところ】二宮コミュニティセンター2階204会議室

【講師】榎渕 聡(コラボレもおか)

【対象】市内で活動している市民活動団体の方 先着15人

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具

【申込】申込フォームまたは下記電話で受付

☎ コラボレもおか Tel 81-5522 (月・祝日休み)



申込フォーム

栃木県指定文化財 長沼八幡宮銅鳥居 修理報告会

【とき】12月7日(日)

①午前9時30分～

②午後2時～

【ところ】長沼八幡宮 銅鳥居前(長沼1083)

※駐車場は、長沼八幡宮参道をご利用ください

【内容】銅製文化財の修復について

【申込】不要

☎ 文化課文化財係 Tel 83-7735



市民講座 お正月フラワーアレンジメント教室

【とき】12月26日(金)

①午後3時～5時

②午後7時～9時

【ところ】市公民館二宮分館

【対象】市内在住または勤務の方 各回先着35人

【持ち物】園芸用ハサミ、
空き箱(持ち帰り用)

【参加費】3,500円(材料代)

【申込】12月2日(火)から
申込フォームまたは、下記電話、窓口で受付

☎ 市公民館二宮分館 Tel 74-0107

(日曜・祝日休)



①申込フォーム ②申込フォーム

市民講座 そば打ち教室

【とき】1/8、1/15、1/22、1/29

(木曜日) ※全4回 午前9時～正午

【ところ】市公民館大内分館 調理室

【対象】市内在住または勤務の成人の方 先着10人

【参加費】1回につき1,300円(材料費)

【申込】11月29日(土)～12月6日(土)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

☎ 市公民館大内分館 Tel 82-2704 (日・月・祝日休)



スマホ教室

～行政手続きをスマホで行う準備をしましょう～

“真岡市のオンライン申請システム”や“スマホで確定申告(e-tax)”の使い方を一緒に練習しませんか。

真岡市オンライン申請システム講座

①1月21日(水) 午前9時30分～10時30分

②1月31日(土) 午後1時30分～2時30分

スマホで確定申告(e-tax)

①1月21日(水) 午前10時45分～11時45分

②1月31日(土) 午後2時45分～3時45分

※マイナンバーカードとカードの暗証番号が必要な講座です

共通事項

【ところ】①市役所本庁舎3階303会議室

②市役所本庁舎4階401会議室

【対象】自身のスマホを持っている方 各回先着10人

【参加費】無料

【持ち物】自身のスマホ、「スマホで確定申告(e-tax)」に参加する方はマイナンバーカード

【申込】12月22日(月)までに下記電話で受付

☎ デジタル戦略課デジタル政策係 Tel 83-8394



暮らし・相談

出会い・結婚を応援!

12月の結婚相談会

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。婚活に関する悩みも相談できます。お気軽にご参加ください。

【とき】20日(土) 午前10時～11時

【ところ】青年女性会館

【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

●11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」
年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」では、自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について年金記録を基にさまざまなパターン試算をすることもできます。☎ 宇都宮東年金事務所 Tel 028-683-3211



ねんきんネットHP

●R8年度栃木県地球温暖化防止活動推進員募集
県では、温暖化防止につながる地域活動をボランティアで行う地球温暖化防止活動推進員を募集しています。大学生の方も大歓迎です。まずは事前研修会を実施しますので、県HPを確認し、1月19日(月)までに申し込みください。☎ 栃木県地球温暖化防止活動推進センター Tel 028-673-9101



県HP

みんなのひろば

●「花もめん」モーニングショーふるさとの昔ばなし
民話の会「花もめん」第164回ふるさとの昔ばなしをFMもおかで放送します。【放送日】11/29(土) 8:00～【演目】亀の恩返し、子授け地蔵、死人と留守番、朝日堂夕日堂、みんなで唄おう 里の秋「花もめん」のいちご音頭、仙人のおしえ、金もち、那須大八郎と鶴富姫、みんなで唄おう 故郷 ※会員募集中 ※出前口演も行っています ☎ 民話の会「花もめん」(水沼) Tel 82-9574

●民話美寿々会「もおか」支部 民話語り
第67回町おこし民話語り【とき】12/6(土) 10:00～【ところ】monaca1階会議室 ※入場無料【演目】山賊と刀、かんぴょうを植えない村、吾郎太の木、守子石、千本城、唄語り 坊さまと山の婆さま、みんなで唄いましょう 栃木音頭(もおかバージョン) ☎ 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

【12月1日(月)～12月7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	・空き家バンク・空き店舗等バンクについて
12:00	・もおかインフォ
16:00	・年末年始の防犯対策
18:00	・真岡市公式 SNS
22:00	・お知らせウィークリー(WNもおか情報)
	◆ わくわく体操 12月のテーマ「猫背予防」
	◆ いちごショートケーキ 第38回北真岡地域ふれあい桜まつり
13:00	◆ コットンタイム
20:00	第15回イマキダンシング発表会 イマキダンシング30周年記念発表会第1部 真岡市文化協会設立45周年記念事業

【小学校運動会】

学校名	放送日	再放送日	学校名	放送日	再放送日
真岡東小	12/2(火) 8:00～	12/6(土) 8:00～	長沼小	12/3(水) 8:00～	12/6(土) 15:00～
物部小	12/4(木) 8:00～	12/7(日) 8:00～			

※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



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

12/1(月)	ふるさと納税について
12/2(火)	芳賀地区広域行政事務組合消防本部
12/3(水)	指定管理施設からのお知らせ
12/4(木)	感染症対策について
12/5(金)	WeeklyNews おおか情報

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

