

子ども向け映画会

「ふしぎ駄菓子屋銭天堂」より「写し柿」「スカウトまんじゅう」「くるくるなつかしエーク」の3話を上映
【とき】7月11日（土）午前10時45分～11時12分
【ところ】monaca 2階おはなしコーナー
【定員】なし【申込】不要
☎ 真岡市立図書館 Tel 84-6151

夏休み小学生一日司書体験

夏休みに図書館のお仕事を体験してみよう！
【とき】8月1日（土）、8月6日（木）午前9時～正午
【ところ】monaca【対象】小学4～6年生
各日とも先着4人まで
【申込】7月10日（金）10時から申込フォームで受付
☎ 真岡市立図書館 Tel 84-6151



しもつけ新聞塾

下野新聞の記者の方に、新聞の読み比べやスクラップの方法を教わり「読む・考える・表現する力」を身につけよう！
【とき】8月5日（水）午後1時30分～3時30分
【ところ】monaca 1階会議室
【対象】小学4～6年生 15人
【申込】7月18日（土）午前10時から申込フォームにて受付
☎ 真岡市立図書館 Tel 84-6151



栃木県立博物館市町連携事業 移動講座 「コウホネって知ってる？ ～栃木県に残された希少な水草～」

希少な水草「コウホネ・シモツケコウホネ・ナガレコウホネ」の特徴と生育環境をご紹介します。
【とき】7月26日（日）午後1時30分～3時
【ところ】二宮図書館 206・207 会議室
【対象】市内外問わず中学生以上
【申込】二宮図書館のカウンターおよび下記電話で受付
☎ 真岡市立二宮図書館 Tel 74-0286

福祉・健康

8月の総合健診

市で行う「健（検）診（集団、施設、人間ドック）」は、それぞれ年度内1回の受診ができます。

とき（受付 8:00～10:45） ※昨年度から変更あり	ところ
3日（月）、4日（火）、7日（金）	ふれあい福祉プラザ
6日（木）	二宮コミュニティセンター
22日（土）	ふれあい福祉プラザ（女性限定）※追加日程
23日（日）、24日（月）	ふれあい福祉プラザ（40代～50代限定）

※検査項目、対象者、自己負担金については市HP参照
【申込】受診日の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

医療用ウィッグ・乳房補整具 購入費用の一部を助成します

がん治療に伴う外見の変化をカバーするための医療用ウィッグ・乳房補整具の購入費用の一部を助成します。

【対象者】
・申請の1年以上前から住民登録をしている方
・がんと診断され、その治療を行っている方
・がん治療に伴う脱毛、乳房の切除等により就労、社会参加、通院等への支障または支障の出るおそれがあるために、補整具等の使用が必要な方
・市税を滞納していない方
【対象となる補整具】
・医療用ウィッグ（がんの治療に伴う脱毛に対応するもの）
・乳房補整具（右側・左側）
【助成額】補整具の購入経費の9/10（100円未満切捨）
※医療用ウィッグは30,000円、乳房補整具（右側・左側）は各20,000円まで（補整具ごとに1回のみ）
【申請方法】購入した日の翌日から1年以内に、必要な書類（HP参照）をそろえ、申請フォームまたは郵送、下記窓口にて申請
☎ 健康増進課地域医療係 Tel 81-6946



運動初心者大歓迎 カラダを動かして健康づくり

マシン de エクササイズ

【とき】8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カ月間のうち、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】7月25日（土）までに、真岡いがしら温泉電話（Tel 83-8822）で受付 ※火曜定休
【対象】市内に住所を有する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 ※1人年1回の利用となります
☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

7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31年7月31日以前生まれの方（令和8年7月に70歳になる方）
【交付場所】真岡いがしら温泉 フロント
【招待券交付枚数】7月に70歳になる方9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

認知症カフェ

【対象】認知症の方とご家族、その他どなたでも【参加費】無料
にのみやカフェ
【とき】7月16日（木）午前10時～11時
【ところ】二宮コミュニティセンター研修室
あおぞらカフェ
【とき】7月13日（月）午前10時～11時
【ところ】市役所本庁舎 青空ステーション
☎ 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
（地域包括支援センターにのみや）Tel 74-5139

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。
☎ 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

講座

スマート農業研修会を開催します！

イオン水（用水の電気分解）により、「収量増加」「品質向上」「倒伏防止」「雑草防除」などの効果が期待できるとされています。化学肥料や化学農薬低減、有機農業に興味のある方も、この機会にぜひご参加ください。
【とき・ところ】
◎第1回：8月8日（土）午前10時～11時
実証会場（上大曽）※詳細は受付後通知
◎第2回：10月末頃（日時未定）
市役所本庁舎 会議室
【対象】芳賀地区内農業者、興味のある方
【定員】20人程度【料金】無料
【申込】7月29日（水）午後5時までに申込フォームまたは下記電話で受付
☎ 農政課農政係 Tel 83-8137



申込フォーム

市民講座 夏休み子ども将棋教室

子どもたちに、わかりやすく将棋の初歩を教えます。
【とき】①8/4（火）、②8/5（水）③8/6（木）、④8/8（土）、⑤8/9（日）※全5回13:30～15:00
【ところ】Auto Mirai 真岡公民館
①②⑤：第7会議室 ③④：第3・4会議室
【対象】市内在住の中学生以下の方 先着20人程度
※親子参加可能【持ち物】飲み物
【申込】7月4日（土）から下記窓口または電話で受付
☎ Auto Mirai 真岡公民館 Tel 82-7151

市民講座 書道教室

初歩の筆づかいから学び、作品を制作します。
【とき】8/1、8/8、8/15、8/22、8/29（土）
各回 午前10時～11時30分
【ところ】市公民館山前分館

【対象】市内在住または勤務の方、小中学生も歓迎
【定員】先着20人【参加費】無料
【持ち物】書道用具一式（半紙、太筆、細筆、硯、墨汁、下敷き）
【申込】7月3日（金）午前8時30分から下記電話で受付
☎ 市公民館山前分館（日・月曜休み）Tel 82-2802

第2回 歴史教室

「関東方面の近世地震と富士山噴火―鎌倉の事例を中心に―」

【とき】7月11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】歴史地震研究会員 浪川 幹夫 氏
【参加費】無料【申込】予約不要
【配信】YouTubeで、7月18日（土）から公開（写真画像を映さない場合あり）
【次回予告】8月8日（土）
第3回「文書からみる真岡の木綿」
☎ 文化課文化財係 Tel 83-7735



スポーツ

スポーツチャンバラ教室

エアポンプで空気を入れた柔らかい剣とアクリル製の軽い面を身につけて行うスポーツチャンバラのルールや基本動作を学びます。最終日にはミニ大会も開催！
【とき】8/8、8/22、8/29（土）※全3回
午前10時～正午
【ところ】Earth いちごスポーツ交流館 フットサルコート
【対象】市内在住または勤務の方 先着20人
【持ち物等】運動できる服装、手ぬぐいまたはバンダナ（頭を覆うもの）、タオル、飲み物【参加料】無料
【申込】7月6日（月）午前8時30分～31日（金）までに市HP内の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



詳細は市HP参照 ID 25266

公共機関掲示板

●下水道排水設備工事責任技術者更新講習会
【とき・ところ】10/8（木）栃木市大平文化会館、10/15（木）那須野が原ハーモニーホール、11/8（日）宇都宮市文化会館【講習時間】各日14:00～16:00
【対象】現在有資格者で、有効期限が令和9年3月31日の方、または令和8年3月31日で失効した方
【申込】7/31（金）までに公益財団法人とちぎ建設技術センターHPで受付※対象者には公益財団法人とちぎ建設技術センターから案内を送付☎公益財団法人とちぎ建設技術センター企画調査部企画研修課 Tel 028-626-3187



とちぎ建設技術センターHP

●令和7年中に家屋を新築等された方へ
令和7年中に新築、増築、改築により家屋を取得された方には、7月に不動産取得税が課税されます。納税通知書が届いた方は、7月31日（金）までに県税事務所、金融機関、コンビニ、スマートフォン決済アプリ等で納付してください。公共事業のために収用を受けた家屋や被災した家屋の所有者等が代替家屋を取得した場合は軽減措置を受けられる場合があります。☎ 真岡県税事務所不動産取得税担当 Tel 82-2136

●とちぎ難病相談支援センター医療相談
難病の患者さんとご家族が安心して療養できるよう、専門医が相談をお受けします。※完全予約制、指定難病対象【相談方法】対面・電話※オンライン希望の方は要相談【申込】下記電話で受付◆神経・筋疾患 8/3（月）13:30～16:00【担当医師】栃木県立リハビリテーションセンター 脳神経内科 近藤総一先生【申込締切】7/27（月）正午◆消化器系疾患 8/7（金）9:30～13:00【担当医師】自治医科大学附属病院 消化器内科 永山学先生【申込締切】7/31（金）9:00 ☎ 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

●放送大学2026年10月入学生募集
10代～90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8/31（月）まで、第2回9/9（水）まで
☎放送大学栃木学習センター Tel 028-632-0572

テレビ番組・ラジオのご案内

☎ 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

