

Weekly
News

もおか

令和8年(2026)
7月17日

真岡市総合政策部秘書広報課広報広聴係 編集
Tel 0285-83-8100 FAX 0285-83-5896 第3088号

市政こよみは裏面です
今年度よりWeeklyNews裏面に掲載しています。
次回の掲載は8月21日号です。

お知らせ

市税等納期限《7月》

①固定資産税(第2期) ②国民健康保険税(第1期)
③後期高齢者医療保険料(第1期) ④介護保険料(第1期)
【納期限・口座振替日】7月31日(金)
市税等の納付は口座振替やスマホアプリなどの
キャッシュレス納付が便利です。
☎ ①税務課固定資産税係 Tel 83-8114
②保険年金課国保年金係 Tel 83-8123
③保険年金課後期高齢者医療係 Tel 83-8593
④高齢福祉課介護保険係 Tel 83-8094
〔納付・口座振替について〕納税課収納管理係 Tel 83-8115

募集

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】1人 ※必要に応じて面接等を実施します
【任期】令和10年9月30日までの残任期間
【対象】①市内在住の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10日(月)までに、申込フォーム
または所定の申込書(下記窓口で配布)を提出
※選考結果は、8月下旬までに応募者全員に通知します
☎ こども家庭課子育て支援係 Tel 83-8131

イベント・催し

申込締切間近！
第1回 もおか尊徳マラソン大会

【とき】10月11日(日)※雨天決行・荒天中止
午前8時55分 オープニングセレモニー
【ところ】真岡ハイトラ運動公園および周辺道路
【申込・支払い期限】7月27日(月)まで
※郵便振替は7月21日(火)まで
※種目・参加料については、市HPをご確認ください
【申込方法】①オンライン申込(市HP内のスポー
ツエントリー・ランネットから)
②電話受付 Tel 0570-039-846(平日10:00～17:00)
③払込取扱票による郵便局での申込
④大会事務局窓口(真岡トクシン総合体
育館)での申込(平日8:30～17:15)
☎ 申込について: エントリーセンター
Tel 048-778-5880(平日10:00～17:00)
大会について: スポーツ振興課指導係 Tel 84-2811

にのみや☆スイスイ水族館

魚のぬり絵をぬって、二宮図書館を魚でいっぱいにし
よう！魚や海に関する本の展示と貸出もおこないます。
【とき】7月20日(月・祝)～8月30日(日)
【ところ】二宮図書館
☎ 真岡市立二宮図書館 Tel 74-0286

ダンボールで恐竜をつくろう！

廃材のダンボールを使ったクラフト教室です。恐
竜関連本のブックトークも行います。
【とき】8月11日(火・祝)午後1時30分～3時30分
【ところ】二宮図書館 206・207会議室
【対象】小学生以下15人 ※定員超抽選・当選者のみに
連絡 ※3年生以下は1人につき保護者1人が同伴
【申込】7月22日(水)午前10時～7月31日(金)
午後5時までに下記窓口または電話で受付
☎ 真岡市立二宮図書館 Tel 74-0286

夏野菜最盛期！いがしらふぁーむ
夏の利用促進キャンペーン

夏休み期間限定のキャンペーンを行います。収穫できる
野菜の種類や数量は生育状況により、当日ご案内します。
※収穫した野菜を使うBBQプランもご用意しています
【とき】7月18日(土)～9月6日(日)までの
土曜日・日曜日・祝日
【利用時間】〈第1部〉8:00～、〈第2部〉9:30～
【料金】1組2,000円(1組4人まで)
【特典】①いがしらふぁーむ次回割引券
500円分 ②参加記念品(数量限定)
【申込】申込フォームで受付
☎ 農政課農業振興係 Tel 83-8139

真岡の夏まつり 公共交通機関のう回
市役所東側駐車場の利用制限

下記時刻において一部バス停が利用できません。
いちごバスう回運行(利用不可な時間帯とバス停)
【7月25日(土)右回り8～12便、左回り4～6便】
台町(NTT真岡前)、木綿会館前、芳賀庁舎、真岡市
民会館(市民“いちご”ホール)、真岡市役所(モナカ前)、
田町、旧日赤前、真岡女子高等学校前 ※ふれあい福
祉プラザは終日利用不可(延期の場合は7/27(月))
【7月26日(日)右回り12便、左回り6便】
荒町3丁目(サンキ前・左回りのみ)、真岡病院前、
大前神社前
☎ 運行について: 大越観光バス Tel 84-6578
その他: 総合政策課交通政策係 Tel 83-8469
路線バスう回運行(利用不可な時間帯とバス停)
【7月25日(土)13:30～22:00】
中の宿、真岡市役所前、荒町、田町、台町、常盤橋、
真岡駅前、真岡駅入口、荒町二、泉町、真岡女子高北、
口ノ町、真岡女子高校
【7月26日(日)16:30～21:30】
中の宿十文字、駒塚、大前神社前、中の宿、三本木
☎ 関東自動車東野平出営業所 Tel 0570-031811
関東自動車小山営業所 Tel 0570-031811

7月25日(土)市役所東側駐車場の利用制限
市役所の当直業務については通常通り利用できますが、
駐車場の利用が制限されます。代替駐車場として、法務
局東側駐車場を利用ください(延期の場合は7/27(月))。



☎ 商工観光課観光係 Tel 83-8135

福祉・健康

まちなか保健室田町館 ～こころの健康～
楽しいことをしよう！【8月】

2日(日)	11:00~12:30	整体
9日(日)	11:00~12:30	ハーモニカと民謡
11日(火・祝)	10:30~12:00	声楽ユニット「エルコーレ」
23日(日)	11:00~12:30	リハビリ相談
25日(火)	10:30~12:00	AED 研修

【ところ】まちなか保健室田町館【参加費】無料
【申込】下記電話で受付(月曜除く10:00~15:00)
☎ まちなか保健室田町館 Tel 080-8096-9918

健康サポート薬局 お薬個別相談会

薬剤師さんが個別に質問や相談に応じます。
【とき】8月29日(土) ①13:00 ②13:40
【ところ】日本調剤真岡薬局(中萩2-12-10)
【定員】各回1人 30分程度 【相談料】無料
【持ち物】お薬手帳【申込】下記電話で受付
☎ 健康増進課健康づくり係 Tel 83-8122

はじめての成年後見制度 講座

認知症や知的・精神障がいなどで、判断能力が十分で
ない方の財産や権利を守る制度について説明します。
【とき】8月7日(金)午前10時～11時
【ところ】ふれあい福祉プラザ 会議室1
【定員】先着20人 【申込】下記電話で受付
☎ 社会福祉協議会 Tel 82-8844

子育て

産前・産後サポート事業
8月の真岡すくすく子育て相談室
【とき】5日(水)【ところ】ふれあい福祉プラザ
ママと赤ちゃんの相談(要予約) 午前9時30分～11時
【対象】産後4カ月までのママと赤ちゃん
【内容】授乳相談・育児相談・産後のからだづくり
マタニティくらす(要予約) 午後1時30分～3時
【対象】妊娠中の方【内容】〈妊娠6カ月コース〉胎教、
マタニティエクササイズ等〈妊娠7カ月コース〉お産の経
過、呼吸法、お風呂の入れ方等 ※希望のコースを予約
☎ こども家庭課母子健康係 Tel 83-8121

8月の子育て相談会

【とき】5日(水)【ところ】ふれあい福祉プラザ
【持ち物】母子健康手帳、バスタオル
①育児相談・栄養相談 ②身長・体重測定
時間: 午前9時30分～11時
③子育てミニ講座「～産後のママの体のケア～」
時間: 午前10時15分～10時30分
【申込】①下記電話で受付(要予約) ②③予約不要
☎ こども家庭課母子健康係 Tel 83-8121

赤ちゃん教室

赤ちゃんの発達の促し方やスキンケア、産後ママ
の体ケア、ベビーマッサージなどを行います。
【とき】8月6日(木)午前10時～11時15分
(午前9時50分までに受付)
【ところ】ふれあい福祉プラザ
【対象】令和8年4月1日～令和8年6月6日
生まれのお子さんと保護者の方
先着15組 ※初参加の方優先
【申込】7月17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

スポーツ

健康体力測定

握力・反復横とび・立ち幅とび・6分
間歩行などを測定し、現在の体力年齢
を知ることができます。
【とき】8月24日(月) ①10:00 ②15:00 ③18:30
【ところ】Earth いちごスポーツ交流館
【対象】市内在住または勤務の20歳～79歳の方
【持ち物等】運動できる服装、体育館シューズ、タ
オル、飲み物 【料金】無料
【申込】7月21日(火)～8月19日(水)までに、
申込フォームまたは下記電話で8:30から受付
☎ スポーツ振興課指導係 Tel 84-2811

マラソン教室

箱根駅伝に出場した講師からランニン
グのコツを学び、マラソン大会等の完
走や記録更新を目指そう！
【とき】8/25、9/1、9/8、9/15、9/29、10/6(火)
全6回 午後7時～8時30分 ※雨天中止
【ところ】真岡ハイトラ運動公園 多目的広場
【対象】市内在住または勤務の社会人 先着20人
【料金】無料【持ち物等】運動できる服装、タオル、飲み物
【申込】7月21日(火)～8月17日(月)までに、
申込フォームまたは下記電話で8:30から受付
☎ スポーツ振興課指導係 Tel 84-2811

ヨガ教室

心身の緊張をほぐし体力や筋力の向上が期
待できる、呼吸法と全身を使ったポーズを
組み合わせた「ヨガ」を体験してみませんか。
【とき】9/2、9/9、9/16(水)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】運動できる服装、タオル、飲み物、体
育館シューズ 【料金】無料
【申込】7月21日(火)～8月21日(金)までに、
申込フォームまたは下記電話で8:30から受付
☎ スポーツ振興課指導係 Tel 84-2811

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
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

月・MONDAY		火・TUESDAY		水・WEDNESDAY		木・THURSDAY		金・FRIDAY		土・SATURDAY		日・SUNDAY	
		 市公式アプリ Android版 iPhone版				3日 子供や高齢者を交通事故から守る日 7日 自転車の安全で適正な利用強化の日 25日 シートベルト・チャイルドシート着用徹底の日 市税等納期限 31日 市県民税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料（第2期）納期限				1 赤口		2 先勝	
3 友引 健 総合健診 ♡8:00-10:45 ♡ふれあい福祉プラザ に リズム遊び ♡11:00 ♡にのみや保育園子育て支援セ		4 先負 健 総合健診 ♡8:00-10:45 ♡ふれあい福祉プラザ m ジル先生の英語読み聞かせ ♡10:00 ♡monaca 子 すくすくおしゃべり会 ♡10:30 ♡monaca		5 仏滅 に バルーンショー ♡10:30 ♡にのみや保育園子育て支援セ 子 キラキラ夏フェス ♡10:30 ♡monaca		6 大安 健 総合健診 ♡8:00-10:45 ♡二宮コミセン 子 お誕生会 ♡10:30 ♡monaca		7 赤口 立秋 健 総合健診 ♡8:00-10:45 ♡ふれあい福祉プラザ 子 ツインズサポート ♡10:30 ♡monaca m 絵本タイム ♡10:45 ♡monaca に 体育遊び ♡11:00 ♡にのみや保育園子育て支援セ シルバー入会説明会 ♡14:00 ♡ふれあい福祉プラザ		8 先勝 子 ベジチェック ♡10:30 ♡monaca m 子ども向け映画会 ♡10:45 ♡monaca 文 芸術鑑賞会第3回映画会 ♡①14:00 ②18:30 ♡KOBELCO 真岡いちごホール		9 友引 農 真岡どろんこバレーボール大会2026 ♡8:30 ♡二宮運動場前特設会場 に ひばりの会による読み聞かせ ♡11:00 ♡二宮図書館	
10 先負 に 水遊びをしよう ♡10:30 ♡にのみや保育園子育て支援セ		11 仏滅 山の日 環 ごみ収集あり(該当地区) m ジル先生の英語読み聞かせ ♡10:00 ♡monaca		12 大安 に 包丁研ぎ ♡9:00-14:00 ♡ふれあい福祉プラザ		13 先勝		14 友引 m 絵本タイム ♡10:45 ♡monaca		15 先負 m おはなしの森(ひばりの会) ♡14:00 ♡monaca 商 第31回真岡の灯ろう流し ※荒天中止 ♡18:00-21:00 ♡行屋川水辺公園		16 仏滅 に せん定枝・落ち葉・草の休日受け入れ ♡9:00-12:00 ♡リサイクルセ に たい肥の無料配布 ♡①10:00-12:00 ②13:00-15:00 ♡リサイクルセ	
17 大安 に ベビーヨガをしよう ♡11:00 ♡にのみや保育園子育て支援セ		18 赤口 m ジル先生の英語読み聞かせ ♡10:00 ♡monaca m 大人向け映画会 ♡14:00 ♡monaca		19 先勝		20 友引 に 水遊びをしよう ♡10:30 ♡にのみや保育園子育て支援セ 子 あつまれ!おひさまキッズ ♡11:00 ♡monaca		21 先負 m 絵本タイム ♡10:45 ♡monaca に 体育遊び ♡11:00 ♡にのみや保育園子育て支援セ		22 仏滅 健 総合健診(女性の日) ※追加日程 ♡8:00-10:45 ♡ふれあい福祉プラザ に にのみやとしょかんおはなし会 ♡14:00 ♡二宮図書館 に 子ども向け映画会 ♡14:30 ♡二宮図書館 商 もおか木綿踊り※荒天の場合23日へ順延 ♡17:50-20:30 ♡荒町本通り		23 大安 処暑 健 総合健診(40代～50代限定) ♡8:00-10:45 ♡ふれあい福祉プラザ m 絵本タイム ♡10:45 ♡monaca	
24 赤口 健 総合健診(40代～50代限定) ♡8:00-10:45 ♡ふれあい福祉プラザ 議 議会運営委員会 ♡10:00 ♡市役所本庁舎		25 先勝 m ジル先生の英語読み聞かせ ♡10:00 ♡monaca に わくわくおはなしタイム in 二宮図書館 ♡10:30 ♡二宮図書館		26 友引 健 ちよこドック ♡8:30-10:30 ♡二宮コミセン に 包丁研ぎ ♡9:00-14:00 ♡ふれあい福祉プラザ に 水遊びをしよう ♡10:30 ♡にのみや保育園子育て支援セ		27 先負 に フィンガーペインティング ♡11:00 ♡にのみや保育園子育て支援セ		28 仏滅 に 体育遊び ♡11:00 ♡にのみや保育園子育て支援セ		29 大安 子 野菜を食べよう ♡10:30 ♡monaca m 第21回素話を楽しむおはなし会『ようこそおはなしのじかんへ』 ♡13:30 ♡monaca 商 尊徳夏まつりザ・ファイナル2026※荒天の場合9月5日へ延期 ♡16:30-20:20(花火大会 19:30～) ♡鬼怒川河川敷緑地公園(砂ヶ原橋付近)		30 赤口	
31 先勝 議 市議会〈開会〉 ♡10:00 ♡市役所本庁舎 に 水遊びをしよう ♡10:30 ♡にのみや保育園子育て支援セ													
環 環境課 83-8126 健 健康増進課 83-8122 農 農政課 83-8139		商 商工観光課 83-8135 文 文化課 83-7732 議 議会事務局 83-8176		に 芳賀地区エコステーション 81-1244 に 真岡市リサイクルセンター 81-5045 に シルバー人材センター 84-1110		m monaca 85-8002 m 真岡市立図書館(monaca内) 84-6151 子 子育て支援センター 85-8111		に 二宮図書館 74-0286 に にのみや保育園子育て支援センター 73-2200					

いろいろな相談窓口

相談名・問い合わせ先	期日	時間	場所
消費生活相談 Tel 84-7830	平日	9:00-12:00 13:00-16:00	消費生活センター (市役所2階)
交通事故相談 Tel 028-623-2188	平日	9:00-11:30 13:00-15:30	栃木県広報課 (県民プラザ・県庁本館2階)
ひきこもり相談会 Tel 83-8129 要予約	20 木	①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00	ふれあい福祉プラザ
人権相談 Tel 83-8141	18 火	9:00-12:00 受付11:30 まで	ふれあい福祉プラザ
心配ごと相談 Tel 82-8844	18 火 4・25 火	9:30-12:00 受付11:30 まで	大内分館 ふれあい福祉プラザ
行政相談 Tel 83-8100	18 火	9:30-12:00 受付11:30 まで	ふれあい福祉プラザ
法律相談 Tel 82-8844	18 火	10:00-12:00	ふれあい福祉プラザ
①エンゼル広場 ②もしもしテレフォン相談室	5 水	市内各保育施設へ ①施設開放 9:30-11:00 ②電話相談 13:00-16:00	

夜間延長窓口・休日窓口（通常の窓口は平日 8:30-17:15）

延長窓口	水曜・金曜	19:00 まで	市民課・税務課・納税課・水道課 / 二宮支所	市民課 83-8117 税務課 83-8112 納税課 83-8115 水道課 83-8166
休日窓口	第2・4日曜	8:30-17:15	市民課・税務課	
		8:30-12:00	納税課・水道課	

防災行政無線からの内容確認（有料）

防災行政無線情報 Tel 0285-85-0511 火災等情報 Tel 050-5536-6972

真岡市休日夜間急患診療所 中萩二丁目10番地2（芳賀赤十字病院本館南側）
Tel 0285-82-9910 ※受診前に要電話連絡

小児科・内科の初期診療 ※受付は終了30分前まで
【診療時間】月～土曜 18:30-21:30
日・祝日・年末年始 9:00-12:00、13:00-17:00、18:00-21:00

老人給食サービス 配達日 社会福祉協議会 Tel 82-8844	二宮地区	6・20・27 日
	上記以外	4・12・18・25 日

今月の家庭ごみ・資源収集日程

収集地区		もえる ごみ	資源①	資源②	せん定枝	その他(粗大)
真岡	荒町 中郷 中萩 東光寺	火・金	5 水	19 水	6 木	6・20 木
	田町 東郷 東郷団地	火・金	19 水	5 水	6 木	6・20 木
	台町	火・金	12 水	26 水	17 月	3・17 月
	並木町(白布ヶ丘・大谷新町含) 高勢町	月・木	25 火	11 火	12 水	12・26 水
	熊倉(大谷本町・寺久保1含)	月・木	18 火	4 火	19 水	5・19 水
	西郷 西郷西 大田山	火・金	26 水	12 水	27 木	13・27 木
	大谷台町	月・木	4 火	18 火	19 水	5・19 水
	亀山	月・木	14 金	28 金	12 水	12・26 水
	高間木	月・木	21 金	7 金	12 水	12・26 水
	小林 根本 君島 南高岡 道祖土 東大島 東沼 西沼	火・金	7 金	21 金	27 木	13・27 木
山前	八條 鶴田 西田井	火・金	21 金	7 金	27 木	13・27 木
	島	火・金	12 水	26 水	27 木	13・27 木
	飯貝 京泉 田島 原町 清水 赤羽 上大田和 堀内 下大田和	火・金	28 金	14 金	17 月	3・17 月
大内	下鷲谷 上鷲谷 下籠谷	火・金	14 金	28 金	17 月	3・17 月
	寺内 寺内駅前 西原 大野原 若旅 宿中 三ツ谷 間木堀 南中里 北中里 茅堤 小橋 伊勢崎	月・木	26 水	12 水	4 火	10・24 月
中村	粕田 加倉 下大沼 大沼(上大沼含) 長田 柳林 勝瓜	月・木	11 火	25 火	4 火	10・24 月
	八木岡	月・木	4 火	18 火	19 水	5・19 水
久下田	本郷 寺山 久松 久松住宅	月・金	5 水		18 火	4・18 火
	新石 旭町 富永町 福居町 錦町	月・金	6 木		18 火	4・18 火
	東町 豊住町 銀 石島 大根田 丸山 阿部品	月・金	12 水		25 火	11・25 火
	春來町 寿多町 境 程島 長島 下大曾	月・金	13 木		25 火	11・25 火
長沼	長沼南 長沼北 鷲巣 西大島 上江連 古山	月・金	19 水		18 火	4・18 火
	大道泉 青田北 青田南 堀込 砂ヶ原東 砂ヶ原西 上大曾 上谷貝 谷貝新田	月・金	20 木		18 火	4・18 火
物部	東物井 下原 下物井 西物井一 西物井二 上物井 横田 大和田 沖	月・金	26 水		25 火	11・25 火
	南鹿 西鹿 東鹿 北鹿 桑ノ川 原分 高田 高田新町 市之塚 反町 水戸部 三谷 阿部岡	月・金	27 木		25 火	11・25 火
資源①空き缶、雑ビン、ペットボトル等 資源②紙類、古着類、生きビン 【注意】テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機・パソコンは収集不可			環境課ごみ減量係 Tel 83-8126 エコステーション Tel 81-1244 リサイクルセンター Tel 81-5045 ごみの出し方・分別はこちら▶			 市HP 環境課