

「越後田舎体験」

受入家庭大募集!!

浦川原区では、農村の自然や暮らしを体験できる「越後田舎体験」事業に取り組んでおり、ホームステイや、田植え・稲刈り体験、わら細工体験等の受入に協力いただける家庭や団体を随時募集しています。

＜越後田舎体験とは…？＞

上越市では、主に関東圏の小・中学校の教育旅行生の受入れを行っています。その一環として、田舎の暮らしや自然を体験し、地域の皆さんと交流する「農村生活体験」や「民泊」を行っています。



▲ 稲刈り体験

○農村生活体験

普段の家庭料理を一緒に作って食べたり、家庭菜園・田んぼ・畑の手入れや収穫体験、近所や野山の散策をしたりなど、皆さんの普段どおりの暮らしに家族の一員として過ごします。

○民泊

夕食、入浴を提供したり、何気ない会話や昔の遊びをしたり、就寝までの時間を共有していただくなど、お孫さんや親せきのお子さんが泊まりに来た感覚で受入れてください。特別なことをしていただく必要はありません。

ご協力いただける人は、**越後田舎体験うらがわら連絡協議会事務局（産業グループ）**へご連絡ください。興味や質問がある人も気軽にお問合せください。



▲ 農作業体験



▲ わら細工体験

◆問合せ先…越後田舎体験うらがわら連絡協議会事務局
(産業グループ内) ☎ 599-2302

◆市民税・県民税の申告相談を開催しています◆

令和7年度の市・県民税（令和6年1月1日～令和6年12月31日所得分）の申告相談を行っています。混雑防止のため、町内会ごとに相談日時を割り振っていますが、都合のつかない人は、申告最終日までにお越しください。3月の申告相談日は次のとおりです。

○最終日…令和7年3月17日（月）【土・日曜日は除きます】

○会 場…浦川原区総合事務所 2階 市民生活・福祉グループ

月日（曜日）	受付時間	
	午前9時～11時	午後1時～4時
3月3日（月）	随時相談	
4日（火）	杉坪 下柿野・上柿野	真光寺
5日（水）	顕聖寺	
6日（木）	上猪子田	坪野
7日（金）	飯室	
10日（月）	釜淵	谷
11日（火）	長走	日向
12日（水）	虫川	
13日（木）	小谷島	菱田
14日（金） 17日（月）	随時相談	

年度末・年度始めに窓口を開きます

◆開設日時：3月30日（日）、4月6日（日） 8：30～17：15

＜次の手続きを行います＞

- ・住民票、戸籍、所得証明などの交付
- ・転入、転出、出生、死亡、婚姻届などの手続き
- ・マイナンバーカードの申請、交付などの手続き
- ・健康保険の加入、喪失などの申請、相談
- ・介護保険、児童手当、障害者手帳などの申請、相談
- ・税金、使用料などの納付



◆問合せ先…市民生活・福祉グループ ☎599-2304

健康診査を受診しましょう

～生活習慣病の予防と早期発見のため、特定健診&がん検診の受診を！～

- 初期の生活習慣病は特に自覚症状がないことが多いため、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。
- 定期的に健診を受けて自分自身の健康状態を常に正しく把握することが、生活習慣病の早期の発見・治療に重要です。「時間がない」「元気だから大丈夫」などと考えず、ぜひ受診してください。

《よくある質問》

『病院にかかっているのに、健診は受けなくてもいいですか？』

答え：特定健診の受診は義務ではありませんが、普段の通院では検査していない項目（尿検査等）が検査できる可能性があります。主治医にご相談のうえ、ぜひ受診して健康管理に役立ててください。

『職場健診や個人的にドックを受診しているので、市の健診は受けなくてもよいですか？』

答え：職場健診などを受けている場合は、市の健診を受けなくてもよいですが、健診結果の提出にご協力をお願いします。提出いただいた検査結果の内容を分かりやすい結果票に転記してお返しします。

健康診査結果の提出にご協力ください！

特定健診は、国から目標受診率60%が示されています。医療機関や職場、個人で受けられたドックの健診結果のコピーを、市民生活・福祉グループに提出いただくことで特定健診の受診率に反映されます。受診率向上にぜひご協力ください。



令和7年度の集団健診について

4月下旬から始まります。詳しくは、広報じょうえつ4月号と一緒に配布する『令和7年度上越市健康診査カレンダー』をご覧ください。

○人間ドックについて

上越市国民健康保険の加入者を対象にした「人間ドック助成申請の受付」が、2月5日(水)から始まっています。予定の人数に達した時点で受付を終了しますので、希望される人は忘れずに申し込んでください。（詳しくは、広報上越2月号をご覧ください）

◆問合せ先…市民生活・福祉グループ ☎ 599-2304

高田図書館浦川原分館インフォメーション

「おはなし会のお知らせ」

《おとぎのへや》

○日時…3月1日(土) 10:30～11:30

○対象…小学生以下のお子さん

《おはなし会1・2・3》

○日時…3月15日(土) 11:00～11:20

○対象…3歳以下のお子さんと保護者

○開催場所…高田図書館浦川原分館 おはなしスペース



～新しい本が入りました～

一般書

- ・戦争語彙集 オ斯塔ップ・スリヴィンスキー/作 (ドキュメント)
- ・ズボラでもラクラク! 1週間で脂肪肝はスッキリよくなる 栗原 毅/著 (消化器疾患)
- ・仕事が好きで何が悪い! 松本 徹三/著 (人生訓)

児童書

- ・たれてる 鈴木 のりたけ/作 (絵本)
- ・あおくんふくちゃん みやもと かずあき/作 (絵本)

「ご利用時間」

・火～金曜日…10:00～19:00

・土・日・祝日…10:00～18:00

「3月の休館日」

3日、10日、17日

21日(金)、24日

31日



ご利用ください「定例行政相談」

国の行政機関や特殊法人の仕事に関する疑問や苦情を解決するお手伝いをします。

相談は無料で秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

○日時…令和7年3月11日(火)
9:00～11:00

○会場…浦川原コミュニティプラザ
4階 市民活動室2

○行政相談員…春日健一さん

◆問合せ先…総務・地域振興グループ
☎599-2301

◆問合せ先…高田図書館浦川原分館
☎599-2830

し尿収集のお知らせ

希望する場合は、早めに申込みをお願いします。

○収集日…3月21日(金)
4月1日(火)

◆申込み先…(株)環境サービス
☎599-2527

浦川原区の人口・世帯数

令和7年2月1日現在(前月比)・人口:2,775人(▲4)・世帯数:1,079戸(±0)

<編集・発行>

浦川原区総合事務所

〒942-0393 上越市浦川原区釜淵5番地

TEL 025-599-2301 FAX 025-599-2225

E-mail:uragawara-ku@city.joetsu.lg.jp

ホームページ<https://www.city.joetsu.niigata.jp/soshiki/uragawara-ku/>

「だんらん」は上越市HP上にカラーで掲載しています。右の二次元コードを読み取ってご覧ください。

