



だんらん



◆市民税・県民税の申告相談を開催します◆

令和8年度の市・県民税（令和7年1月1日～令和7年12月31日所得分）の申告相談と受付を行います。

○期 間…令和8年2月16日（月）～3月16日（月）【土日・祝日は除きます】

○会 場…浦川原区総合事務所 2階 市民生活・福祉グループ

○持ち物…広報上越1月号をご覧ください。

○その他

①農業所得等の申告には収支内訳書が必要です。

※収支内訳書の作成がない場合は、申告を受付できません。

※「農業所得収支内訳書作成の個別相談」を開催しますのでご利用ください。

②小作料収入は、不動産所得の収支内訳書の作成が必要です。

③青色申告、不動産・株式の譲渡所得、雑損控除、1年目の住宅借入金等特別控除などがある人は、高田税務署が開催する相談会場（上越市市民プラザ）での申告となります。

【申告相談日】

混雑防止のため、町内会ごとに相談日時を割り振ります。ただし、都合のつかない人や相談日当日に体調が優れない場合は、申告期間内にお越しください。

月日（曜日）	受付時間		月日（曜日）	受付時間	
	午前9時～ 11時	午後1時～ 4時		午前9時～ 11時	午後1時～ 4時
2月16日（月）	山印内	蕨岡	3月 3日（火）	杉坪 下柿野・上柿野	真光寺
17日（火）	下猪子田 小蒲生田	法定寺 追出	4日（水）	顕聖寺	
18日（水）	六日町 今熊・岩室	横川	5日（木）	上猪子田	坪野
19日（木）	有島		6日（金）	飯室	
20日（金）	東俣 上岡	印内	9日（月）	釜淵	谷
24日（火）	中猪子田		10日（火）	長走	日向
25日（水）	山本 桜島	熊沢	11日（水）	虫川	
26日（木）	横住		12日（木）	小谷島	菱田
27日（金）	随時相談		13日（金）	随時相談	
3月 2日（月）	随時相談		16日（月）	随時相談	

※申告にお越しの際は、必ず次の書類をお持ちください。

①マイナンバーを確認できる書類 ⇒ マイナンバーカード、マイナンバー入りの住民票など

②本人確認書類 ⇒ 運転免許証、保険証など

◆問合せ…市民生活・福祉グループ ☎ 599-2304

◆農業所得収支内訳書作成の個別相談を開催します◆

- 期 間…令和8年2月2日（月）～2月6日（金）
- 受付時間…午前9時～11時、午後1時～4時
- 会 場…浦川原区総合事務所 2階 市民生活・福祉グループ
- 申し込み…先着順の予約制です。1月28日（水）までに、浦川原区総合事務所 市民生活・福祉グループへお申し込みください。

○持ち物

- ①えちご上越農業協同組合から配布される「農業所得申告支援システム帳票」
- ②令和7年1月1日～令和7年12月31日の収入や経費がわかる書類（計算の根拠となる領収書、支払証明書、固定資産税の課税明細書、帳簿等）

○注意事項

- ・収支内訳書を作成するための相談です。後日、市・県民税の申告（または確定申告）が必要となります。
- ・小作料を受け取った場合は、農業所得でなく不動産所得になります。市・県民税の申告（または確定申告）の際に個別にご相談ください。

◆問合せ…市民生活・福祉グループ ☎599-2304

年に一度は健診を受け、体の状態を確認しましょう

～まだ健診を受けていない方へ～

- 健診日程などの詳細は「令和7年度上越市健康診査カレンダー」（広報上越4月号と一緒に全戸配布）で確認してください。
- 健（検）診の申込は、インターネットまたは電話でご予約ください。



上越市健康診査
がん検診予約システム

～市の健診以外で受診された方へ～

上越市国民健康保険に加入されていて、市の健診以外（職場健診や個人で受けた人間ドック等）で受診された方は、健診結果の提出をお願いします。

健康一口メモ！冬に多い「感染性胃腸炎」に注意しましょう

感染性胃腸炎は冬に多く発生し、突然の吐き気やおう吐、下痢、腹痛、発熱などの症状が出ます。原因となるウイルスは感染力が非常に強く、わずかな接触でも感染することがあります。

感染は、汚染された食品を食べた場合だけでなく、ウイルスが付着したドアノブや手すりに触れた時、おう吐物を処理した時にも起こります。

ウイルスが体内に入ると急に症状が悪化することがあるため、日ごろから手洗いなどの予防が大切です。

【予防のポイント】

- 石けんでしっかり手洗いを行いましょう
- 食材は十分に加熱しましょう
 - ・特に二枚貝は加熱して食べるようにしてください。
 - ・食品を加熱する目安は、中心部が85℃以上、1分以上です。
- 調理器具は清潔に保ちましょう
 - ・洗剤でしっかり洗った後、塩素系漂白剤や熱湯で消毒してください。



※体調に異変を感じたら、早めに医療機関を受診しましょう。

◆問合せ…市民生活・福祉グループ ☎599-2304

～冬を安全に過ごすために～

○除雪作業について

- ・雪下ろし作業は、屋根やはしごからの転落に注意しましょう。
- ・除雪機に詰まった雪を取り除くときは、必ずエンジンを止め、雪かき棒を使いましょう。
- ・除雪作業はできるだけ2人以上で作業し、無理をせず休憩を取りながら行いましょう。



○外出について

- ・外出をする場合や、仕事で車を使用する際は、最新の気象情報や道路情報を確認するとともに、チェーンの装着（携行）や、安全な通行ルートを検討しましょう。
- ・異常降雪時における不要、不急の外出は控えましょう。
- ・公共交通機関において、運休や遅延が発生するおそれがあるため、運行情報に注意しましょう。

○暖房器具の取扱いについて

- ・暖房器具の周囲で洗濯物は干さないようにしましょう。
- ・給油はストーブを消してから行いましょう。
- ・暖房器具の周辺にスプレー缶は置かないようにしましょう。



○停電への備えについて

- ・ご家庭で、懐中電灯や電池、石油ストーブ、飲料水、食料などを事前に準備しましょう。

～地域おこし協力隊 活動紹介～



←【月影芸能まつり（10月12日）】

「月影芸能まつり」に出演しました。当日は鉦鼓（しょうこ）を演奏しました。毎月2回の練習の成果を披露できました。



←【田起こし（10月下旬）】

秋に田起こし（稲わらすき込み）をしっかりと行うことで、翌年の水稻の収量・品質の向上につながるのので、丁寧に作業しました。

【冬囲い（11月上旬）】→

谷集落の高齢者世帯宅の庭木の冬囲い作業を行いました。縄の結び方が難しかったです。



高田図書館浦川原分館インフォメーション

～お話の会のお知らせ～

《おとぎのへや》

○日時…1月10日（土）
10:30～11:30

○対象…小学生以下のお子さん

○出演…おとぎのへや

《おはなし会1・2・3》

○日時…1月17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

- ・かわいい！わんにゃん折り紙 フチモト ムネジ／著（折り紙）
- ・ホームレス夫婦、「塩の道」1014キロを歩く レイナー・ウィン／著（紀行）
- ・俠飯（おとこめし）11 福澤 徹三／著（小説）

児童書

- ・5秒でわかる四字熟語図鑑（故事熟語）
- ・リブリアのパンづくり おおで ゆかこ／作（絵本）

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8年1月13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

「利用時間」

火～金曜日…10:00～19:00

土・日・祝日…10:00～18:00

「年末年始の休館日」

12月29日（月）～令和8年1月3日（土）

「1月の休館日」

5日、13日（火）、19日、26日

「特別図書整理期間の休館」

2月3日（火）・4日（水）

◆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…1月23日（金）

2月 2日（月）

◆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12月1日現在（前月比） ・人口：2,712人（▲5） ・世帯数：1,072戸（▲2）

<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。

