



おあり通信 1月号

～ 牧区総合事務所からのお知らせ ～

2026.1.1 <第213号>

発行・編集 牧区総合事務所

農業所得収支内訳書作成会を行います

令和7年分所得税確定申告、令和8年度市民税・県民税申告に必要な、農業所得収支内訳書を作成するための個別相談会を実施します。

申告の際、農業所得のある方は、申告書と一緒に収支内訳書を提出する必要があります（ただし作付面積が50a未満の農家の方は、農業所得をゼロとして申告する簡便な方法があります）。

書き方が分からず、計算方法が分からずという方は、この作成会を利用して事前に作成をお願いします。

○期 間 … 令和8年2月3日（火）～2月9日（月）※予約制（希望日の2日前までに電話予約）

○受付時間 … 午前9時～11時、午後1時15分～4時15分

○会 場 … 牧区総合事務所 2階 事務室

○持 物 … 農業の収入と支出が確認できる書類

- ・収入に関するもの … JA支援システム帳票、補助金等の明細書、振込みのあった通帳など

- ・必要経費に関するもの … 固定資産税の課税明細書、農業に関する経費の領収書、減価償却資産の詳細がわかるものなど

※申告の際に農業収支計算が全くの手つかず状態の場合、順番を後回しにさせていただきますので、事前に収支内訳書を作成できる作成会を活用してください。



○問合せ・予約申込み … 市民生活・福祉グループ（内線116、115）

法務局からのお知らせ

○相続登記の義務化について

現在の所有者が分からず不動産の増加を防ぐために、令和6年4月1日に相続登記が義務化されました。不動産の所有者が死亡した際は相続登記を早めに行うようお願いします。（義務化以前の相続も対象です。）



○自筆証書遺言書保管制度

法務局では、自分で書いた遺言書を法務局で預かる自筆証書遺言書保管手続を行っています。

自筆証書遺言書のデメリットである紛失や改ざんを防ぐことができるので、ぜひご利用ください。

※詳しくは法務局ホームページをご覧ください。

（右記二次元コードからホームページを閲覧いただけます）



相続登記
の義務化
はこちら



自筆証書
遺言書保
管制度は
こちら

○問合せ … 新潟地方法務局上越支局（☎525-4133）

予約の仕方

○利用する乗車時間の1時間前までに予約をお願いします。

（☎0800-800-2312）※平日7:00～19:00



- ・電話予約の流れ（例）
「上越花子です」※フルネームでお願いします。
「〇月〇日に〇〇〇停留所で乘ります」
「△△△停留所に〇時〇分までに到着したいです」

インターネット
からも乗車予約
できます



○問合せ … 総務・地域振興グループ（内線146）

1月のこよみ



※開催時間等は下記担当へお問合せください。

【総地G】総務・地域振興グループ 【保】牧保育園 ☎ 533-5139

【市福G】市民生活・福祉グループ 【小】牧小学校 ☎ 533-5009

【教文G】教育・文化グループ 【中】牧中学校 ☎ 533-5023

☎ 533-5141

【コミプラ・公民館】

牧コミュニティプラザ・牧地区公民館

☎ 533-5130

【診療所】牧診療所 ☎ 533-5045

【振興会】NPO法人 牧振興会

☎ 533-5151

【社協】社会福祉協議会

☎ 533-5700

日	曜日	内 容
1	木	・元日
5	月	・御用始め
11	日	・上越市消防出初式 【総地G】
12	月	・成人の日
19	月	・無印良品移動販売バス運行日 【総地G】 14:10～14:40 やまゆりの家 14:50～15:20 沖見の里 15:30～16:00 牧区総合事務所
20	火	・第10回牧区地域協議会 【総地G】

牧湯の里深山荘の冬期営業について

営業時間が下記のとおり変更になります。

○期間 … 令和7年12月22日(月)～令和8年2月28日(土)

○営業日 … 月、木～日曜日、祝日(変更なし)

○営業時間 … 日帰り入浴：10:00～17:00

レストラン：11:00～14:00

※宴会、宿泊は通常通り対応します。

○問合せ先 … 牧湯の里深山荘 (☎ 533-6785)

牧の暮らし便り 定住支援コーディネーターのつぶやき

明けましておめでとうございます。

定住支援コーディネーターの草野です。

移住して初めての新年、とても清々しい気持ちです。今年も地域の皆さんと、楽しい“牧暮らし”を作っていました。

さて、私の2026年の抱負は「1日30分は体を動かすこと」です。

30代になり、体力の変化を感じる瞬間が増えてきました。特に子どもと公園や遊び場で遊んでいると、以前は一緒に走り回っていたのに、最近は少し動くだけで息が上がり「休憩しようか」と頻繁に言ってしまいます。

子どもともっと元気に、パワフルに遊べるように、そして、自分自身の健康のためにも、毎日少しづつでも体を動かす時間を大切にしながら、無理のないペースで続けていけたらいいなと思います。

本年もどうぞよろしくお願ひいたします！



牧診療所からのお知らせ



○1月の内科診療日

月	火	水	木	金
			1	2
			祝日	休診
5	6	7	8	9
午前 石橋医師			午前 門野医師	午前 川渕医師
		午後 高藤医師		
12	13	14	15	16
祝日		午後 高藤医師	午前 新屋医師	午前 川渕医師
19	20	21	22	23
午前 永井医師		午後 高藤医師	午前 門野医師	午前 川渕医師
		午後 高藤医師		
26	27	28	29	30
午前 石橋医師			午前 新屋医師	午前 川渕医師
		午後 高藤医師		



○内科受付時間

月	火	水	木	金
9:00～ 11:30	内科休診	13:30～ 16:30	8:30～ 11:30	8:30～ 11:30

○問合せ先 … 牧診療所 (☎ 533-5045)

時間外の牧区総合事務所宛ての電話について

平日の午後5時15分から翌日の午前8時30分までと、土日・祝日における総合事務所への電話は、板倉区総合事務所へ転送され、転送先の当直者が対応します。

牧区の人口・世帯数

令和7年12月1日現在
()は先月との比較

男 662人 (-6)

女 727人 (-2)

計 1,389人 (-8) 684世帯 (-2)

市公式SNSで情報配信中

コミュニティFM放送



LINE



X (旧Twitter)

76.1MHz

