

広報



koho joetsu

3 2026
月号

No. 1170

上越市
公式SNSは
こちらから



特集

分ければ資源、混ぜればごみに
ごみの分別を見直してみませんか



分ければ資源、混ぜればごみに

ごみの分別を見直してみませんか

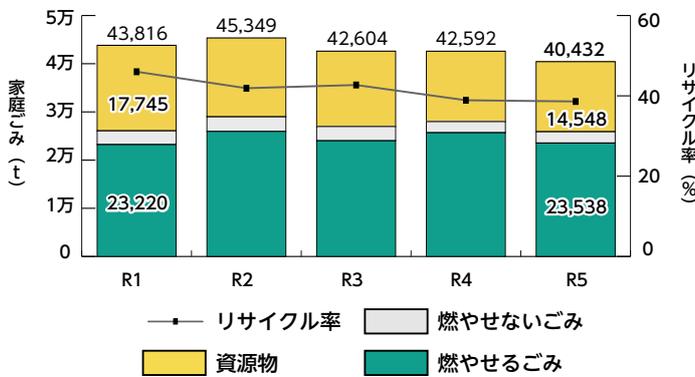


私たちの日々の暮らしの中で、必ず発生する「ごみ」。近年の人件費や燃料費の上昇などにより、ごみの処理に係る費用は増加し続けています。ごみを正しく分別してごみの量を減らすことは、環境を守るだけでなく、処理にかかるコストが抑えられることで、限られた財源を、私たちの暮らしを豊かにするための施策により生かせることにもつながります。

今号では、上越市の家庭ごみの現状や、日頃の分別のポイントを分かりやすく紹介します。

■問合せ…生活環境課 (☎025-526-5111)

市内の家庭から出されるごみの現状



(出典) 上越市一般廃棄物処理基本計画を基に作成

ポイント

- ・家庭から出るごみの総排出量は、令和2年度以降減少傾向
- ・品目別の排出量は燃やせるごみがほぼ横ばいで、資源物が減少傾向
- ・リサイクル率は減少傾向

※資源物=生ごみ、缶・びん(飲食用)、ペットボトル、新聞紙など12品目

※リサイクル率=ごみの総排出量に対する、資源物と燃やせないごみのうちのリサイクル量の割合

ごみの減量、再資源化にご協力を

人口減少などに伴い、市内の家庭ごみの総排出量は減少傾向にあります。内訳を見ると、ペーパーレス化や食生活の変化から、資源物は減少していますが、燃やせるごみの排出量は減少していません。人件費や燃料費が上昇を続ける中、ごみの処理に係る費用を抑えるため、燃やせるごみの量をさらに減らしていく必要があります。

そのためには、例えば買い物にはマイバッグを使いレジ袋をもらわないようにしたり、お出かけにはマイボトルを持ち使い捨て容器の購入を控えたりするなど、ごみそのものの量を減らすほか、資源物を燃やせるごみとして排出してしまう分別誤りをなくすなど、リサイクルの取り組みを実践することが大切です。

ごみの減量と再資源化のため、皆様のご協力をお願いします。



生活環境課 山崎主任

「ごみ減量」「再資源化」のキーワードは「3R」



ごみの減量・リサイクルイメージキャラクター
リサちゃん

ごみの減量や再資源化を進めるためには、3R（リデュース：減らす、リユース：再利用、リサイクル：再資源化）の行動が大切です。

リデュース

Reduce：ごみを「減らす」「出さない」「つぐらない」

実践例

- ・買い物ではマイバッグを使い、レジ袋をもらわない。
- ・お出かけにはマイボトルを持ち、使い捨ての容器の購入を控える。
- ・ばら売りしている野菜や果物は、簡易包装の商品・製品を選ぶ。



リユース

Reuse：使えるものは「繰り返し」使う

実践例

- ・着られなくなった服や使わなくなったものを人に譲る。
- ・譲る人がいない場合は、リサイクルショップに出す。
- ・新品でなくてもよいものは、中古品またはリサイクル品を探す。



リサイクル

Recycle：買ったものを「再資源化」する

実践例

- ・資源物とごみをしっかり分別して出す。
- ・牛乳パックや食品トレイは、販売店などの店頭回収に出す。
- ・商品のフタやラベルが分別しやすいものなど、リサイクルに適した製品を購入する。



→ PICK UP 詳細は4ページをご覧ください

ご利用ください！

リサイクルについての出前講座、グリーンセンターの見学を受け付けています

市では、3Rのポイントやごみの分別について職員が説明する出前講座や、グリーンセンターの見学案内を随時受け付けています。お気軽にご相談ください。

実施町内会インタビュー



三和区神明町町内会
金井さん

令和7年8月に町内の希望者約20人で、グリーンセンターの見学と出前講座を実施

分別の大切さを改めて考えるきっかけに

町内では、資源になるものがごみとして出されたり、分別ルールを守らない「違反ごみ」がなくなるなど、分別の徹底が課題になっていました。そこで「もう一度分別を見直そう」と思い、参加者を募って施設見学と出前講座を実施しました。多量のごみや環境に配慮した処理工程を実際に見て、「正しい分別で少しでもごみを減らすことが必要だ」と強く感じました。参加後は、家庭ごみの分け方出し

方ガイドの一部を集積所に掲示するなど、町内の皆さんに意識してもらえるよう取り組んでいます。

みんなで話し合い、ルールを共有したい

ごみの出し方のルールを守るには、一人一人が自分事として意識することが大切です。「誰かがやってくれる」ではなく、家族で話し合い、分別のルールを共有してみてはどうでしょうか。

私自身も、家族や近所の皆さんに声をかけ、みんなでルールを守れるよう取り組んでいきたいです。

ごみの分別についてよくあるお問い合わせ



生活環境課
山田主事

Q ごみの正しい分別方法は、何を見れば分かりますか？

A 「家庭ごみの分け方出し方ガイド」や上越市ごみ分別辞典（ごみサク）をご活用ください

家庭ごみの分け方出し方ガイド

この度、「家庭ごみの分け方出し方ガイド」を改訂し、**モバイルバッテリー**などの**小型充電式電池**の処理方法をはじめ、市民から問い合わせの多い品目をごみ分別区分一覧に追加しました。

広報上越3月号と一緒に配布していますので、ご確認ください。



上越市ごみ分別辞典（ごみサク）

インターネット上でキーワード検索ができ、ごみの分別区分や排出方法を確認できます。

また、市公式LINEのメニューからも簡単にアクセスすることができます。



上越市ごみ分別辞典
（ごみサク）



市公式LINE
友達登録はこちらから



Q 卵パックやお菓子の箱などは、燃やせるごみとして出していいですか？

A それらは**容器包装（プラスチック製、紙製）**としてそれぞれ分けて出してください

プラスチック製の容器包装はプラスチック製品などに、紙製の容器包装はトイレットペーパーや固形燃料などにリサイクルできるので、「燃やせるごみ」で出さず、**容器包装の収集日**に出しましょう。



Q モバイルバッテリーは、町内のごみ集積所に出していいですか？

A 町内の集積所には出さずに、**回収協力店**に持ち込んでください

回収協力店に持ち込むことができる電池は、**リサイクルマーク**の表示がある**小型充電式電池**です。

※マークの表示がないもの、膨張や破損などの異常が見られるものは、生活環境課または各総合事務所へお問い合わせください。



ニッケル電池



ニッケル水素電池



リチウムイオン電池



回収協力店など詳しくは

資源物常時回収ステーションの適正利用のお願い

資源物常時回収ステーションは、仕事などの都合で町内の集積所に資源物を出せない市民のための施設です。資源物の6品目（缶、びん、ペットボトル、新聞紙、雑誌類、段ボール）を回収の対象としています。対象品目以外のごみや、事業所のごみは出せません。



資源物常時回収
ステーションの場所一覧

●ルールを守って利用しましょう

- ・ペットボトルのキャップやラベルをはがすなど、分別方法を確認する。
- ・回収対象品目以外のごみは出さない。
※不法投棄になります。
- ・屋外に資源物を放置しない。施設の容量を超過して排出しない。
※一度に全て出さず、複数回に分けて出してください。
※雨で濡れた段ボールなどの紙はリサイクルが困難になります。



容量を超過した排出（屋外放置）

違反ごみや不法投棄は、**周辺的生活環境を悪化させます**。適正な利用にご協力をお願いします。



カメラスケッチ

市内各地で開催された
イベントや出来事をお届けします

寒ぶりまつり



1月18日㊤ 佐渡汽船ターミナル

直 江津港を拠点とした地域活性化を図るため、日本海や地域の味覚を集めたイベントが開催され、ブリの解体やアンコウ吊るし切りの実演に、会場は大いに沸き立ちました。

中郷区子どものい〜場所開設事業



1月22日㊤ 中郷総合体育館（中郷区藤沢）

学 校や家のほかに子どもが気軽に集まり活動できる場所として、月1回開設しています。「次は何して遊ぼう？」と夢中で遊ぶ姿がほほえましく、元気いっぱいな声が響き渡りました。

韓国・浦項市の高校生との交流



1月26日㊤～29日㊤ 関根学園高等学校ほか

友 好都市である浦項市の高校生20人が当市を訪れました。茶道や書道などの日本文化や、スノーシュー体験を楽しんだ浦項市の生徒からは、「また遊びに来たい」との声が多数でした。

くびきの遊ビバ！ inWinter



2月8日㊤ ユートピアくびき希望館（頸城区百間町）

た くさん子どもたちが大人と一緒に、くびきのご当地ジャンボカルタや雪の迷路など、冬ならではの遊びを楽しみました。お昼にはカモ鍋で体を温めました。

レルヒ祭 —日本スキー発祥115周年—



2月7日㊤、8日㊤ 金谷山スキー場

花 火や「レルヒ〇×クイズ」をはじめとしたステージイベントなど、さまざまなもよおしに大勢の人が参加しました。参加者は無料のあめ湯で体を温めながら、イベントを楽しみました。



転出・転入手続きはお早めに

■問合せ…市民課 (☎025-520-5685)

進学や就職などで引っ越しする人(住所を異動する人)は、住民基本台帳法に基づき、転出・転入の手続きが必要です。忘れずに住所を届け出てください。

3月から4月は、引っ越しなどの手続きで窓口が大変混み合います。手続きは待ち時間を除き平均30分程度かかりますので、時間に余裕を持ってお越しください。

なお、月曜日の午前は窓口が非常に混み合いやすいので、混雑カレンダーを参照してください。また、マイナンバーカードにより、手続きがより便利になりました。ぜひご利用ください。



●窓口に行かずにできる手続きをご活用ください

手続き	方法	マイナンバーカード (各自で手続き)	郵送で申請等 (市民課へ問合せ)
①転出届※		○ (マイナポータルを通じてオンラインで届出可能)	○
②戸籍謄抄本、住民票の写し、印鑑 登録証明書、所得・課税証明書		○ (コンビニエンスストアなどで取得可能)	○
③除籍謄抄本など		○ (電子申請で取得可能)	○

※転入先市区町村の窓口で、転入届などの手続きが別途必要です。また、国民健康保険および後期高齢者医療制度の加入者は、窓口で資格喪失手続きが別途必要です。

●窓口に来庁される場合の手続き

転 出	転 入
-----	-----

●**受付時間** 月～金曜日(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分
※ただし、3月29日㊤と4月5日㊤は、臨時窓口を開設します(詳しくは7ページ)。

●**手続き場所** 市民課、各総合事務所、南・北出張所

●持ち物

本人確認できるもの(マイナンバーカード、運転免許証、在留カードなど)

※マイナンバーカードを持っている人は必ず持参してください。



●手続きする時期

異動予定日のおおむね2週間前から異動予定日まで

●転出の手続き

- ・転出時は、住民異動届が必要です。
- ・届け出により転出証明書を発行します。

●手続きする時期

新しい住所地に住んでから2週間以内

※新しい住所地に住む前は手続きできません。

●転入の手続き

必ず窓口へお越しいただき、手続きをしてください。

●ガス水道の使用開始・中止の申し込み

引っ越しの日が決まり次第、ガス水道局ホームページの「開閉栓受付システム」から早めに申し込んでください。事前申し込みした場合は、日曜日や祝日も作業を行います。「開閉栓受付システム」をご利用いただけない場合は、ガス水道局料金センター(☎025-522-7030)にご連絡ください。



窓口での手続きについてのお知らせ

● 窓口開設時間の見直し

3月から11月まで実施していた、市民課および南・北出張所窓口の午後6時までの延長は行いません。

窓口開設時間：午前8時30分～午後5時15分

● 3月29日㊤、4月5日㊤の午前中は手続きできます

開設時間 午前8時30分～正午 ※開庁は午前中のみです。お早めにお越しください。

開設場所 市役所木田第一庁舎 ※各総合事務所および南・北出張所の窓口開設は行いません。

場所	手続きができる届け出など	開設窓口	問合せ
1階	・住民異動届出（転出、転入、転居など） ※他市町村への照会が必要な場合や、転出証明書を持参しない特例転入は手続きができない場合があります。	市民課	☎025-520-5685
	・戸籍謄抄本（除籍、原戸籍を含む）、住民票の写し、印鑑登録証明書などの交付、印鑑登録 ※戸籍謄本、住民票の写しは広域交付を除く。		☎025-520-5686
	・戸籍に関する届け出（出生、死亡、婚姻など）		☎025-520-5826
	・マイナンバーカード、電子証明書に関すること		
	・一般旅券（パスポート）の交付（受け取り） ※申請はできません。受け取りの際は、事前に手数料の収入印紙と金融機関にて支払済の納付済証またはキャッシュレス決済手段をご準備ください。	パスポートセンター（市民課内）	☎025-520-5687
	・国民健康保険の資格取得・喪失に関する届け出	国保年金課	☎025-520-5714
	・国民年金の加入に関する届け出		☎025-520-5716
・後期高齢者医療制度の資格取得・喪失に関する届け出 ※資格確認書の発行はできません。	☎025-520-5717		
2階	・児童福祉に関する各種申請、相談 ※申請、相談の内容により即時対応ができない場合があります。	こども家庭センター	☎025-520-5726

● 3月から「時間外交付サービス」の内容が変わります

交付場所	木田第一庁舎、3区総合事務所（浦川原区、柿崎区、板倉区） 雁木通りプラザ、レインボーセンター（ただし、当該施設の休館日は実施しない）
時間	平日：午後5時15分～10時、休日：午前8時30分～午後10時
発行可能な証明書等	・住民票の写し（除票を含む）・住民票記載事項証明・戸籍謄抄本 ・除籍謄抄本・戸籍の附票・身分証明書 ・独身証明書 ※戸籍謄本、住民票の写しは広域交付を除く
申請方法	電子申請（マイナンバーカード及び6桁以上の暗証番号必要）
手数料の納付	キャッシュレス決済（電子申請時に納付）
交付までの日数	手数料の納付確認後、当日または翌日以降 （ただし、さかのぼり戸籍の場合は5開庁日以内）

第101回

観桜会

高田城址公園

会期 4月3日(金) ▶ 4月19日(日)

高田城址公園とその周辺を含む約4,000本の桜の開花にあわせて観桜会を開催します。

ライトアップされた高田城三重櫓と、約3,000個のぼんぼりの明かりに照らされた桜がお堀の水面に映る「日本三大夜桜」の景色をお楽しみください。



上越観光Navi

■問合せ…(公社)上越観光コンベンション協会(☎025-543-2777)
観光振興課(☎025-520-5741)



駐車場のご案内

- 会期中、公園内の駐車場（高田図書館駐車場を含む）は利用できません。鉄道や路線バスなどの公共交通機関を利用するか、周辺に開設する臨時駐車場や有料の駐車場シェアサービス「軒先パーキング（要予約）」を利用いただき、徒歩またはシャトルバスでご来場ください。



駐車場予約

- 「軒先パーキング」で土地を有効活用しませんか。会期中、会場周辺に空き駐車場・空き地をお持ちの個人や法人を募集します。

■問合せ…(株)軒先
(☎03-6869-3003)



駐車場登録



会場周辺で交通規制を実施します

- 車両通行止め区間



- 車両通行止め日時

期日	規制時間	規制区間
4月1日(※) ～21日(※)	終日	西堀通り(地図中の破線部)
桜最盛期の 土・日曜日	午前10時 ～午後9時	大手町交差点～県振興局前 交差点、高田駐屯地～極楽橋

※交通規制実施中、路線バスは迂回運行します。詳しくは、各路線バス会社に問い合わせてください。

※桜の開花状況によって変更となる場合があります。

会期中は高田図書館 駐車場の利用を休止します

- 高田図書館は通常どおり開館していますが駐車場の利用ができませんので、期間中に本の返却期限が到来しないよう、貸出期間を延長します。また、直江津図書館、浦川原分館、頸城分館、各公民館図書室に本を返却することができます。



電子申請システム

パソコンやスマートフォンから市への申請、届け出などができます。



「防災ラジオ」の試験放送

FM76.1MHz



毎月 1日：午後6時35分頃
15日：午後0時45分頃

※定期的な電池の交換と受信状況の確認を！
☎ 危機管理課 (☎025-520-5665)

記号の見方

- 時** 日時、期間
- 対** 対象(表記無し:どなたでも)
- 費** 費用(表記無し:無料)
- 申** 申し込み(表記無し:不要)
- 予** 予約
- 所** 場所
- 定** 定員
- 講** 講師
- 問** 問合せ
- 他** その他

上越市役所

〒943-8601 上越市木田1-1-3
☎025-526-5111(代表)

- 安塚区 ☎ 025-592-2003
- 浦川原区 ☎ 025-599-2301
- 大島区 ☎ 025-594-3101
- 牧区 ☎ 025-533-5141
- 中郷区 ☎ 0255-74-2411
- 板倉区 ☎ 0255-78-2141
- 清里区 ☎ 025-528-3111
- 三和区 ☎ 025-532-2323
- 柿崎区 ☎ 025-536-2211
- 大潟区 ☎ 025-534-2111
- 頸城区 ☎ 025-530-2311
- 吉川区 ☎ 025-548-2311
- 名立区 ☎ 025-537-2121
- 南出張所 ☎ 025-525-4151
- 北出張所 ☎ 025-544-2111



くらしの情報
Life Information



広報上越 専用ページ

「広報上越」へのご意見や感想をお寄せください

☎ 広報対話課 ☎ 025-520-5614
FAX. 025-526-6112
✉ koho-joetsu@city.joetsu.lg.jp



アンケートフォーム

お知らせ

令和8年度
軽自動車税減免申請

次のいずれかに該当する軽自動車

- ① 身体障害者手帳・療育手帳 A・精神障害者保健福祉手帳1級を持つ人が所有する軽自動車 ※障害の程度により制限あり。また、障害のある人が18歳未満の場合、生計を同一にする人が所有する軽自動車も対象
- ② 障害のある人の利用のために、特別な装置(車いす昇降装置など)を装着する構造変更車 ※8ナンバーで、車検証に車いす移動車などの記載がある車両が対象
- ③ 社会福祉法人などが、専ら障害のある人の通院・通所に使用している軽自動車

甲 閏3月25日(☎) ~ 5月25日(☎)の間に税務課(☎025・520・5649)または各総合事務所、南・北出張所

コミュニティ助成事業
の活用事例紹介

(二財)自治総合センターでは、地域のコミュニティ活動

の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に、宝くじの社会貢献広報事業としてコミュニティ助成事業を実施しています。

令和7年度は市内の3団体が助成事業を活用しました。

●事業内容(団体名)
○除雪機の整備(長者島町内会)
○複写機他コミュニティ活動用品の整備(まちづくり大潟)
○草刈り機他コミュニティ活動用品の整備(みらい自治会)



税・保険料の納期限

納期限 3月16日(☎)

- 申告所得税

納期限 3月31日(火)

- 国民健康保険税 (第9期)
- 後期高齢者医療保険料 (第9期)
- 介護保険料 (第12期)
- 国民年金保険料 (2月分)

知って対策！特殊詐欺の手口

☎ 上越警察署(☎025-521-0110)、市民安全課(☎025-520-5661)

電話やメールでお金の話が出たら詐欺を疑いましょう。

詐欺の手口を知り、家族や知人と共有し被害にあわないよう注意しましょう。

●特殊詐欺被害発生件数

	R7年12月末	前年比
被害件数	13件	-1件
被害額	2億1,379万円	+1億5,845万円

●国際電話番号を利用した詐欺に注意！

特殊詐欺の中には、国際電話番号を利用して、通信事業者や警察など実在する組織をかたり、「提供しているサービスが停止します。詳細を聞くには1を押してください」「嫌疑を晴らすために、資産を調べる」などと言って個人情報やお金をだまし取る手口があります。

特殊詐欺は高齢者だけが被害にあうものではありません。少しでも怪しいと感じたら、警察署に確認するほか、家族や友人に相談しましょう。



お知らせ

市内の空間線量率観測結果
～1月も通常の範囲内でした～

毎日午前9時に、上越地域消防事務組合管内の各消防署において、地上1メートルで測定した値（月間の平均値、最小値、最大値）は、いずれも通常の値である毎時0・016～0・16マイクロシーベルトの範囲内でした。

環境政策課（☎025・520・5690）

PM2.5にご注意を

PM2.5（微小粒子状物質）は、粒径がとて小さいことから肺の奥まで入りやすく、呼吸器系や循環器系への影響が心配されます。濃度が高くなることが予想されるとき、県は注意喚起情報を発表し、市では防災行政無線、防災ラジオ、安全メール、市ホームページなどでお知らせします。発表の有無は電話（☎025・280・5104）で確認することもできます。



●注意喚起情報が発表されたとき

・屋外での活動や外出をでき

もよおし・講座

るだけ減らす。外出する際は、微粒子の捕集効果の高いマスクを着用する。

・換気や窓の開閉を必要最小限にする。

・呼吸器疾患や循環器疾患のある人、小さな子どもや高齢者は影響を受けやすくとされていることから、より慎重に行動する。

環境政策課（☎025・520・5690）

廃棄物の野外焼却（野焼き）は禁止されています

廃棄物の野外焼却（いわゆる野焼き。法の基準を満たさない焼却炉などでの家庭ごみの焼却を含む）は、法律で原則禁止されており、ダイオキシン類の発生のほか、火災や煙害により地域の皆さんに迷惑がかかるため、やめましょう。違反した場合、罰則（5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金またはこの併科）が科されることがあります。

●例外として認められているもの

・国、地方公共団体が施設管理のために行う必要な焼却
・災害予防、応急対策または復旧のために必要な焼却

募集

・風俗慣習上または宗教上の行事のための焼却（どんど焼きなど）

・農林漁業のためのやむを得ない焼却（漁網に付いた海産物の焼却など）

・日常生活を営む上で通常行われる軽微な焼却（たき火、キャンプファイヤーを行う際の木くずの焼却など）

生活環境課（☎025・526・5111、内線611、7・8111）



剪定（せんてい）枝は町内の集積所へ

3月から4月にかけて、剪定枝をクリンセンターへ持ち込めば、人が増え、受け付けや荷下ろし場所が混み合います。できる限り、町内のごみ集積所を利用してください。



●クリンセンターへ持ち込む場合

・積荷を固定し、荷台にシートを掛けるなど、道路上への枝木の落下、飛散防止を確実に行ってください。
・大きさ制限は長さ3メートル以下、直径20センチメートル以下。

無料相談

●集積所に出す場合
・長さ50センチメートル以下、直径30センチメートル以下にして、ひもで束ねるか、透明または半透明の袋に入れて出してください。

・剪定枝は、指定ごみ袋の使用や指定シールの貼付は不要ですが、冬囲いなどで使用した木や竹を出す場合には必要です。

生活環境課（☎025・526・5111、内線412、22、412）



歴史博物館・高田城三重櫓の開館時間の延長とライトアップ

観桜会期間中（4月3日（金）～19日（日））は、開館時間を延長し、休まず開館します。また、会期中は三重櫓のライトアップを実施します。※桜の開花状況により、一部事業の前倒し開催や会期の延長を行う場合があります。

●開館時間

時 4月3日（金）～19日（日）午前9時～午後7時 ※観覧券の販売は閉館の30分前まで

●ライトアップ

時 日没～午後10時
●歴史博物館
（☎025・524・3120）



直江津から佐渡島へ、小木直江津航路の運航が再開します

3月20日（金）～23日（日）まで、直江津港と小木港を結ぶカーフェリーが運航します。友好港湾都市である佐渡市は、世界文化遺産の「佐渡島の金山」や重要伝統的建造物群保存地区に選定されている「宿根木」や「小木町」など、魅力にあふれています。直江津から佐渡へ、お出かけください。



佐渡汽船直江津総合案内所（☎025・544・1234）

●営業時間

前8時30分～午後5時（日、祝は休み）



お知らせ

上越妙高駅周辺地区商業地域への
進出企業支援制度の期限を延長

市では、上越

妙高駅周辺地区商業地域への企業進出を補助事業で支援しています。対象事業者の認定要件の1つである「事業の開始期限」を「令和8年3月31日」から「令和11年3月31日」までに延長しました。具体的な補助ページをご覧ください。



交通政策課

(☎)025・520・5632



道路に工物や乗り入れ口を
設ける場合は申請を

道路への工事用の足場の設置、歩道の縁石の撤去、側溝に蓋をか



けるなどして乗り入れ口を設けるなどの工事を行う際は、事前に道路管理者の許可が必要です。申請後、許可書が発行されるまで

2週間程度かかりますので、早めの手続きをお願いします。
申渡道路課(☎)025・520・5769、各総合事務所

計画書の縦覧

縦覧の内容について意見書(任意様式)を提出することができます。計画書の縦覧を行うため、パブリックコメントは実施しません。

所 農政課、各総合事務所 問 農政課(☎)025・520・5606

計画の変更

時 3月中旬～下旬



● 上越市農業振興地域整備計画の変更案

時 3月中旬～4月中旬



パブリックコメント(市民意見公募手続き)意見募集結果を公表

● 第3期上越市空き家等対策計画(案)

時 結果公表期間 3月9日

月 4月8日

所 所公表場所 建築住宅



もよおし・講座

募集

無料相談

令和8年度 タクシー利用券・バス利用券・自動車燃料購入券・自動車燃料費助成

問 福祉課(☎)025-520-5695

☑ 身体障害者手帳1～3級、精神障害者保健福祉手帳1～2級、療育手帳Aの交付を受けている人

※所得制限があるため、申請受付時に令和6年中の所得を確認します。

● 助成内容

下記①～④のうち、いずれか1つを申請できます。



種類	申請に必要なもの
① タクシー利用券	申請書、障害者手帳、マイナンバーカード
② タクシー利用券とバス利用券セット	
③ 自動車燃料購入券	申請書、障害者手帳、申請者(運転者)の運転免許証、車検証、手帳所持者のマイナンバーカード
④ 自動車燃料費助成	

※手帳所持者以外の方が手続きする場合は、上記のほか、手続きする人の本人確認書類と、手帳所持者本人の印鑑を持参してください。

※申請書は、市ホームページからダウンロードできます。(申請窓口にもあります)

※タクシー利用券または自動車燃料購入券の交付を郵送で希望する場合は、郵送料(460円)分、タクシー利用券とバス利用券のセットの交付を郵送で希望する場合は、郵送料(620円)分の切手を添えて申請してください。

※助成額は、市議会3月定例会の審議後に決定します。

受付場所	受付日	受付時間
福祉課、各総合事務所	3月25日☎～随時	平日の午前8時30分～午後5時15分
福祉交流プラザ(福祉申請窓口)		平日の午前8時30分～正午、午後1時～5時15分
雁木通りプラザ 1階ロビー	3月26日☎	午前9時～正午、午後1時～3時
レインボーセンター 1階多目的ホール	3月27日☎	

課、市政情報コーナー(市役所木田第一庁舎1階)、各総合事務所、南・北出張所、市民プラザ、高田図書館、高田

図書館浦川原分館、オーレンプラザ、教育プラザ、直江津学びの交流館、ユートピアくびき希望館、市ホームページ

問 建築住宅課 (☎)025・520・5786





住民税非課税世帯などに「くらし応援給付金」を支給します

エネルギー・食料品価格などの物価高騰の影響が大きい所得の少ない世帯を支援するため、対象世帯に「くらし応援給付金」を支給します。

対象世帯＝基準日（令和8年1月1日）において上越市に住民登録があり、世帯全員の令和7年度住民税が非課税の世帯または均等割のみ課税の世帯（ただし、世帯全員が、住民税を課税されている別世帯親族の扶養になっている場合は対象外）
支給

額 ①住民税非課税世帯＝1世帯当たり3万5千円（うち灯油購入費助成金5千円）、②住民税均等割のみ課税世帯＝1世帯当たり1万5千円
他対象と見込まれる世帯には、2月下旬から3月中旬頃の間順次、支給通知または申請案内を送付
申請 6月30日（消印有効）までに郵送で生活援護課（☎025-520-5846）

[詳しくは](#)



事業者や商工関係団体を対象とした物価高騰対策

次の支援制度の申請を受け付けます。詳しくは市ホームページの募集要項をご覧ください。いずれの補助金も、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用しています。

申請①、②＝産業政策課（☎025-520-5729）、③＝商業・中心市街地活性化推進室（☎025-520-5734）

項目	補助対象事業・補助率	対象者	受付期間	市ホームページ
①上越市省エネ設備導入事業補助金	次の省エネ設備の入れ替え ・LED対応でない灯具のLED照明への入れ替え ・既設空調設備（エアコンなど）の入れ替え ・既設冷蔵冷凍設備の入れ替え ・既設ボイラ、給湯器の入れ替え <補助率> 2分の1（限度額25万円）	市内に事業所を有し、市税などを完納している中小企業者や農林水産事業者などを含む法人や個人	3月2日（日）から6月30日（金）まで（予算額に達し次第終了）	詳しくは
②上越市収益力・生産性向上推進補助金	収益力向上または生産性向上につながる次の事業 ・新商品や新サービスの開発、新市場開拓 ・デジタル化、DXの推進 ・設備投資による生産性向上 ・その他の生産性向上 <補助率> 通常枠：2分の1（限度額50万円） 特別枠：3分の2（限度額75万円）	市内の商店街振興組合、商工会、10者以上の中小企業者による任意団体など	1次募集 3月2日（日）から6月30日（金）まで 2次募集 8月3日（日）から10月30日（金）まで	詳しくは
③上越市プレミアム付商品券発行支援事業補助金	プレミアム付商品券の発行 <補助率> 4分の3（限度額500万円）	市内の商店街振興組合、商工会、10者以上の中小企業者による任意団体など	3月16日（日）から6月30日（金）まで（予算額に達し次第終了）	詳しくは

※事業開始前の申請が必要です。

令和8年4月1日から公の施設の使用料などを改定します

●使用料など改定の背景

市では定期的に使用料などの見直しを実施していますが、今回は、近年のエネルギー価格高騰などの影響を大きく受け、運営に係る維持管理経費が増加している施設の使用料などを改定するものです。



●改定対象施設

上越市立水族博物館、上越リゾートセンターくるみ家族園、南葉高原キャンプ場、安塚ゆきだるま高原（キューピットバレイスキー場、棚田動植物公園、

ゆきだるま温泉久比岐野）、六夜山荘、月影の郷、大島庄屋の家、菖蒲高原緑地休養広場、牧湯の里深山荘、柿崎マリンホテルハマナス、大潟健康スポーツプラザ鶴の浜人魚館、吉川スカイトピア遊ランド、吉川ゆつたりの郷、板倉保養センター、うみてらす名立

●改定後の使用料など

市ホームページをご覧ください。
申請○改定後の使用料など＝各施設所管課、○全般的な考え方＝資産活用課（☎025-520-5743）

[詳しくは](#)



上越市住宅リフォーム促進事業

☎ 建築住宅課 (☎025-520-5786)

居住する住宅などを施工業者がリフォームする場合に、その経費の一部を補助します。対象となる工事の詳細など、詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



☑ 申請書に必要事項を記入し、必要書類を添付の上、建築住宅課または各総合事務所へ持参してください（郵送不可、子育て・若者夫婦世帯支援枠の申請先は建築住宅課のみ）。申請書は申請先、南・北出張所にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

詳しくは



●受付期間

3月11日☎～4月23日☎の間の市役所開庁日の午前9時～午後4時

●注意事項

- ・必ず契約前に申請してください。
- ・一般枠で早期に契約し工事に着手する必要がある人は、申請書に事前着手届を添付してください。
- ・過去に本事業による補助金の交付を受けた住宅などは、対象外の場合があります。
- ・いずれか1枠のみ申請可能です。

<一般枠>

項目	補助内容
補助対象者	次のいずれかに該当し、かつ条件①～③を全て満たす人 ・市内に居住し、本市の住民基本台帳に登録されている人 ・定住のために空き住宅をリフォームする人（市外在住者を含む） ●条件 ①市税などの滞納がない人 ②公共下水道などの供用開始区域内にある住宅について、申請時に公共下水道などに接続済みの人、排水設備等計画確認申請書を提出済みの人または本事業の補助対象工事で接続する人 ③12月25日☎までに補助金実績報告書を提出することができる人
補助対象住宅	・補助対象者または2親等以内の親族が所有し、かつ居住している市内の住宅など（店舗などの併用住宅の場合は自己の居住部分が、マンションなどの集合住宅の場合は自己の専有部分が対象） ・補助対象者または2親等以内の親族が所有し、定住を目的として再生する市内の空き住宅
補助額	・補助対象工事費（消費税込み）の20%（上限10万円） ・予算額＝5,000万円 ※申請額が予算額を超えた場合は抽選
主な補助対象工事	・工事費用が10万円以上（消費税込み）の外装工事、内装工事、設備工事、耐震補強工事など ※設計費、外構工事費、家電製品や家具等の購入費などは、補助金の対象工事費に含まれません。
対象となる施工業者	・市内に本社を有する法人または住所を有する個人事業者 （ただし、市外に本社を有する法人または住所を有する個人事業者が建築した住宅をリフォームする場合は、その事業者も可能）



<子育て・若者夫婦世帯支援枠>（補助内容抜粋）

補助対象世帯	令和8年4月1日時点で次のいずれかに該当する世帯 ・扶養を受けている18歳未満の子が一人以上いる世帯または妊婦を含む世帯 ・本人またはその配偶者のいずれかが39歳以下である世帯
補助額	次の①と②の合計額 ①子育て・若者夫婦世帯支援部分の対象工事：補助対象工事費（消費税込み）の50%（上限40万円） ②一般部分の対象工事：補助対象工事費（消費税込み）の20%（上限10万円） ・予算額＝2,000万円 ※申請額が予算額を超えた場合は抽選
主な補助対象工事	・工事費用が4万円以上（消費税込み）の子ども部屋の新設または拡張に係る増築工事や家事の負担軽減のためのリフォーム工事など ・上記工事と併せて実施する一般部分の補助対象工事



「林野火災予防」に関する新たな制度の運用が始まります

☎ 上越地域消防局予防課 (☎025-545-0230)

上越地域消防局では、3月1日①から林野火災の予防を目的とした「林野火災注意報」および「林野火災警報」の運用を開始します。注意報などを発令する際は、上越地域消防事務組合ホームページおよび上越市安全メールなどでお知らせします。



①発令期間＝毎年3月～7月の5カ月間 ※気象状況により期間の前倒しや延長の場合あり

②対象区域＝森林法に基づく森林計画の対象となる国有林または私有林に該当する区域やそれらの周囲1km

●林野火災注意報

降水量や乾燥といった条件により、林野火災が発生・延焼しやすい状況の際に発令します。発令時には、対象区域における屋外での火の使用中止の努力義務が生じます。

○発令基準

次のいずれかに該当する場合に発令されます。

- ・前3日間の合計降水量が1mm以下、かつ、前30日間の合計降水量が30mm以下
- ・前3日間の合計降水量が1mm以下、かつ、乾燥注意報が発表されている

※発令する当日に降水が見込まれる場合や対象区域に積雪がある場合は発令しません。

●林野火災警報

林野火災注意報を発令した区域に対し、強風注意報が発表され、林野火災が大規模化しやすい危険な状況の際に発令します。発令時には、消防法により屋外での火の使用が制限され、違反した場合は処罰の対象となります。具体的な制限の内容は次の5点です。

- ・火入れをしない
- ・煙火（玩具花火を含む）を消費しない
- ・火遊び、たき火をしない
- ・屋外においては、引火性または爆発性の物品その他の可燃物の付近で喫煙をしない
- ・たばこの吸殻や炭火など、残火の後始末を徹底する

お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

ガス水道局からのお知らせ

☎ ガス水道局総務課 (☎025-522-5518)

3月分の都市ガス料金

原料費調整制度による3月分の都市ガス料金（一般契約料金）は、10月～12月のLNG等平均原料価格（貿易統計値）による調整を行ったほか、国の補助金を活用して1㎡当たり18円を値引きします。



使用量区分	1㎡当たりの単価（税込）
0～25㎡	127.65円
26～150㎡	125.88円
151㎡以上	124.42円

前月検針分に比べ1㎡当たり1.08円の値上げとなります。
※基本料金は変わりません。

ガス料金、下水道等使用料を改定します

●ガス料金

原料ガス購入価格の改定などに伴い、料金原価を見直し、4月1日から料金を改定します。

※金額はいずれも消費税込み

○都市ガス料金

使用量区分	基本料金	基準単位料金（1㎡当たり）
0～25㎡	704.00円	158.57円
26～150㎡	781.00円	155.51円
151㎡以上	1,188.00円	152.81円

※毎月のガス料金は原料費調整制度により変動します。

●下水道等使用料

下水道事業の今後の収支見通しを踏まえ、持続可能な事業経営に必要な収入を確保するため、4月から使用料を改定します。4月1日以降、最初の検針分までは旧使用料となります。

※金額はいずれも消費税込み

○下水道・農業集落排水処理施設使用料

区分	汚水の排除量	使用料
基本使用料	5㎡まで	1,822.90円
	6㎡から10㎡まで	94.80円
超過使用料（1㎡につき）	11㎡から20㎡まで	229.30円
	21㎡から30㎡まで	260.50円
	31㎡から100㎡まで	311.00円
	101㎡以上	378.20円
公衆浴場汚水	1㎡につき	85.20円

○液化石油（LP）ガス料金

基本料金	従量料金（1㎡当たり）	設備料金
1,254.00円	528.00円	—

※大潟区の一部地域で市が供給しているLPガスが対象です。

○浄化槽使用料

浄化槽の規模	使用料
5人槽	4,770円
6～7人槽	5,134円
8～10人槽	6,252円
11～50人槽	管理者が定める額

※合併前の上越市の一部地域で市が設置した合併処理浄化槽が対象です。



3月の献血バス運行日程

☎健康づくり推進課(☎025-520-5712)

病気やけがの治療に必要な輸血用血液は、人工的に造ることができず長期保存ができないため、皆さんの善意の献血が頼りです。ご協力をお願いします。新潟県赤十字血液センターでは、献血Web会員サービス「ラブラッド」からの予約をおすすめしています。会員でない人や初めての人も利用でき、スムーズに受け付けできます。また、会員登録すると血液検査の結果がWebで閲覧できるほか、予約や献血などで貯まるポイントで、記念品がもらえます。

献血は命をつなぐボランティアです



献血キャラクター「けんけつちゃん」

詳しくは



会場	実施日	受付時間
イオン上越店 ※毎月第1・3火曜日 第3・4日曜日	3日(火)	10:00~12:00
	15日(日)	13:30~16:00*
	17日(火)	※火曜日は
	22日(日)	15:30まで
日本曹達(株) 二本木工場	23日(月)	10:00~11:45 13:00~15:30

3月は自殺対策強化月間です

●あなたもゲートキーパーに

あなたやあなたの周りの人に、こころや体の変化はありませんか？
悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことを「ゲートキーパー」といいます。特別な研修や資格は必要なく、誰でもゲートキーパーになることができます。やさしく声をかけ合うことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。



●こころのストレスを感じたら

決まった時間に起きる、着替える、食事をする、ストレッチをするなど、毎日の基本的な生活リズムを崩さないように心がけましょう。



心配事や不安に思っていることを書き出してみましょう。「こころのモヤモヤ」を言葉にすることで、気持ちが少し楽になることがあります。また、友人や親族などに気持ちを伝えてみましょう。



●それでもつらいときには、誰かに相談してみましょう

こころの相談窓口（市ホームページ）では、電話やSNSでの相談窓口を紹介しています。身近な相談窓口をご活用ください。

こころの相談窓口



無料相談案内

	相談窓口	電話番号	開設日	開設時間
市	健康づくり推進課	025-520-5841	月～金曜日 (祝日除く)	午前8時30分～ 午後5時15分
	各総合事務所市民生活・福祉グループ	各総合事務所へ		
	上越地域いのちとこころの支援センター (上越保健所内)	025-524-7700		
県	上越地域振興局健康福祉環境部 (上越保健所)	025-524-6132	年中無休	24時間
	新潟県こころの相談ダイヤル (ナビダイヤル なやみなし にいがた)	0570-783-025		
	新潟県精神保健福祉センター	025-280-0113		
民間	よりそいホットライン	0120-279-338 (フリーダイヤル)	年中無休	24時間
	新潟いのちの電話	025-288-4343		
	自殺予防いのちの電話	0120-783-556 (フリーダイヤル)		
			毎月10日	午前8時～ 翌日午前8時



令和8年度から市の健診実施体制の一部を変更します

☎健康づくり推進課 ☎025-520-5842

市では令和8年度から、各種健診受診時における夏の暑さ対策のほか、より安全で快適な受診環境をつくるため、健診実施体制の検証を行いながら、各地区で実施する各種健診の日程・会場を段階的に見直します。



●主な変更点

・健（検）診会場の日程見直し

公民館や体育館など、各地区で実施する各種健診の日程を見直します。

・レディース検診の会場を一部変更

これまで合併前上越市内の各地区で実施していた子宮頸がん・乳がん検診の会場を、令和8年度から上越医師会館または妙高健診室に変更します。

※13区内の各種健診会場は、これまでと変わりません。

・送迎の実施

合併前上越市の会場でレディース検診を受診していた人のうち、原則として75歳以上の人を対象に送迎を行います。

●令和7年度に市の健診を受診された皆さんへ

- ・医師会健（検）診または地区健（検）診を受診した人には、健診日時・会場などを指定した案内はがきを3月下旬に送付します。（ただし、がん検診のみを受診した人、40歳以上の被用者保険加入者、「障害のある人の健診」受診者などは送付対象外）
- ・今回の変更により送迎対象となる人には、3月下旬に送付する案内はがきと受診日前に送付する受診券などでお知らせします。

※詳しくは、市ホームページや3月下旬に全戸配布する「令和8年度上越市健康診査カレンダー」をご確認ください。

詳しくは



お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

もよおし・講座

第34回

米山麓ロードレース大会

日本海の絶景と春の米山を楽しみながら駆け抜けます。

時 4月19日⑩午前9時～ 所

集合 柿崎総合体育館（かさざきドーム） 申 3月8日⑩

までに大会申し込みサイトまたは郵送（消印有効） 閏米

山麓ロードレース大会事務局（柿崎区総合事務所内、

☎025・536・671

詳しくは



棚田学校 第23期生を募集します

中ノ俣の棚田で、年間を通して自然を堪能しながら、仲間とともに棚田の保全とおいしい米作りを目指します。

時 4月12日⑩～令和9年2月28日⑩（年8回を予定） 所

中ノ俣地域 定 15区画（1区画Ⅱ約1アール） 費 1区画

3万8千円※収穫した米は持ち帰り 他 4月4日⑩に市民

プラザで参加者説明会を開催 予定 甲 閏3月10日⑩～25日

⑩の間にNPO法人かみえちご山里ファン倶楽部（☎025・541・2602、

Kamiechigo@nifty.com）

詳しくは



中ノ俣子ども山里学校

中ノ俣の地球環境学校を

拠点に、地域の皆さんから

田んぼや畑の仕事など、里山の暮らしを教わります。また、

四季を通じて川や森などで自然体験活動を行います。

時 4月～令和9年3月の毎月第3土曜日（全12回）※8

月は開催日が変わります 所

地球環境学校（集合・解散 寺町駐車場。地球環境学校ま

ではバスで移動） 対 小学2

～6年生（4月時点） 定 15人（申込順） 費 年間登録料

1万円および各回の参加費2千円 他 4月4日⑩に市民

プラザで参加者説明会を開催 申 3月9日⑩～23日⑩の間に

二次元コードから 閏地球環境学校（☎025・541・

2310、✉ kankyogakkou@gmail.com）

詳しくは



くるみ家族園 イベント湯

所 くるみ家族園（☎025・544・7440） 他 4月

1日⑩から入浴料金を改定します。詳しくは12ページをご覧ください

●イベント湯

時 梅の湯：3月8日⑩、カモ

ミールの湯：3月22日⑩午前10時～午後9時 費 一般42

0円、小・中学生210円（シニアパスポート、障害者手帳

などの提示による割引制度あり）

私は私らしく歩いて行こう！ いつでもカフェ

暮らしのこと、からだや心のことなど、一緒にお話しませんか。

時 3月11日⑩、26日⑩両日とも午前10時～正午 所 スター

バックスコーヒー上越店 定 15人（申込順） 費 無料（飲み物は各自店内で購入） 申

閏3月9日⑩～開催日前日まで

にリボン地域包括支援センター（☎025・530・7802）



認知症の人と家族の会「つどい」

認知症の人や介護家族、認知症の介護に関心がある人を対象に情報交換を行うほか、認知症や介護に関する悩みなどを共有します。



時 3月21日㊤午後1時30分〜3時30分 所 市民プラザ 費 200円 関 認知症の人と家族の会新潟県支部上越地区の田中さん (☎090・1423・0675)

ミモザの日フォーラム〜ママもパパもどよい子育て

子育てインフルエンサー木下ゆーきさんのトーク



シヨールや、子育て中のママパパが主役のパネルディスカッションで、日々のパートナーシップや女性の活躍について考えます。

時 3月14日㊤午前10時〜11時45分 所 リージョンプラザ上

越 対 子育て中の人、テーマに関心のある人(子どもも同席可) 定 400人(申込順)

申 二次元コードから 関 認定NPO法人マミーズ・ネット (☎025・526・1099)

保育ルームあり

対 1歳〜3歳

定 20人(抽選)

申 3月5日㊤

までに二次元コードから



小川未明生誕祭

「日本近代童話の父」といわれる小川未明の生誕を祝い、生誕の地碑への献花式を行います。式典後は高田小町に移動し、記念講演を開催します。

時 4月5日㊤午前10時〜正午

所 献花式 小川未明生誕の地碑前(幸町)、記念講演 高田小町 関 小笠裕二さん(上越教育大学教授) ほか 関 日本近代童話の父小川未明顕彰会事務局(文化振興課内、☎025・520・5628)



小川未明文学館春季企画展「未明童話「春」のいろいろ」

小川未明は、ふるさと上越の自然を作品に描いてきまし

た。本展では季節に合わせ

て、未明童話に描かれた「春」の情景を紹介します。

時 3月20日㊤・㊦〜4月19日

㊧ 午前10時〜午後6時(休館日 毎週月曜日、4月16日㊤)

所 関 小川未明文学館(☎025・523・1083)



地元ガイドによる町家案内

町家の日in 越後高田の開催に合わせ、地元ガイド



物の特徴をはじめ、高田の雁木・町家について解説します。

時 3月8日㊤午前11時〜午後2時 所 高田小町 関 文化振興課(☎025・520・5629)

上越市産米粉を味わおう! 「天ぷらライブキッチン」

上越市産米粉を味わおう! 「天ぷらライブキッチン」

上越市産米粉のおいしさと使い方を知らせてもらうため、

上越市産米粉を使用した天ぷらのライブキッチン、試食提供、販売を行います。



また、会場で家庭用米粉とレシピの無料配布も行います。

時 3月14日㊤午前10時〜午後3時 所 無印良品直江津 定 家庭用米粉の配布 100人(当日先着順) 他 実演者 佐藤さん(天ぷら若杉代表) 関 農村振興課(☎025・520・5751)

時 3月4日㊤

午前10時〜

費 1600円

時 3月11日㊤午前10時〜

費 1600円

時 3月14日㊤

午前9時30分〜

時 3月4日㊤

午前10時〜

費 1600円

時 3月11日㊤午前10時〜

費 1600円

時 3月14日㊤

午前9時30分〜

時 3月4日㊤

午前10時〜

費 1600円

時 3月11日㊤午前10時〜

費 1600円

時 3月14日㊤

午前9時30分〜

時 3月4日㊤

午前10時〜

費 1600円

費 2200円

● 地場野菜料理教室

時 3月18日㊤午前10時〜

費 1800円

● 笹団子作り教室

時 3月25日㊤

午前10時〜

費 1600円



坂口記念館のもよおし

● つばき御膳を楽しむ会

時 4月4日㊤、

5日㊤午前11

時30分〜午後

1時30分 費

1600円

定 各日40人

(申込順) 申

関 3月18日㊤

以降に坂口記念館(☎025・

530・3100)

● 着物で観賞しませんか

見頃を迎えるツバキを着物姿で観賞します。坂口記念館

で着物を着付けします。

時 4月17日㊤〜19日㊤ 関 中

学生以上 費 一人2000円

(中学生は無料) 定 各日10人

(申込順) 申 関 3月18日㊤以

降に頸城区総

合事務所(☎

025・53

0・2311)



お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談



お知らせ

令和8年度
新しい社会人を励ますつどい

先輩社会人からの励まし
のメッセージ
や、ビジネス
マナーを学ぶ
講習などを通
じて、新社会
人の皆さんを応援します。



時 4月30日(金)午後2時30分～
4時30分 所 オーレンプラ
ザ 対 今春、市内事業所に就
職した人 他 事業所が申し込
み 申 4月16日(金)までに二次
元コードから 問 産業政策課
(☎025・
520・57
30)



上越健康運動プログラム
(J-WELLNESS)教室

ノルディック
クウォーキン
グや体幹ト
レーニングを
行うほか、自
身の体組成と
運動機能を測定します。



時 4月22日～6月24日の毎週
水曜日(祝日を除く全8回)
午前9時30分～11時30分(初

もよおし・講座

回のみ正午まで) 所 高田ス
ポーツセンター(初回のみ総
合体育館) 対 20歳以上 定
30人(抽選) 費 2千円 申
問 4月1日(金)までに市ホーム
ページの申し込みフォームま
たはスポーツ推進課(☎0
25・545・9246、
✉sports-k@
city.joetsu.
lg.jp)



オールシーズンプール
のもよおし

申 問 オールシーズンプール
(☎025・524・3130)
● 第1期大人・子供水泳教室
時 4月4日(土)～7月19日(日)
定 あり(申し込み多数の場合
は抽選) 申 3月10日(金)まで

● わんぱく水遊び天国
プールでさまざまなゲーム
をして遊びます。

時 3月7日(土)午後1時30分～
2時30分 他
こどもの日パ
スポート持参
で入館料無料



リージョンプラザ上越
の各種教室

開催日時や定員(申込順)
など詳しくはホームページの

募集

募集要項をご覧ください。
申 問 リージョンプラザ上越
(☎025・544・2122)
● テニス教室
費 6700円 申 3月8日(日)
以降に往復はがきもしくは直
接窓口
● きつずバスケケットボール教室
対 小学1～4年生 費 450
0円 申 3月15日(日)以降に直
接窓口

● 水泳教室
申 3月7日(土)
以降に往復は
がきまたは直
接窓口

スポーツクライミング
体験会

全身の筋力
とバランス感
覚が身につく
知的なスポー
ツ「スポーツ
クライミン
グ」を体験してみませんか。
時 3月29日(日)午前10時～正午
所 柿崎総合体育館(かきざき
ドーム) 対 小・中学生(保
護者の同伴が必要) 定 10人
(抽選) 他 運動のできる服
装(長スボン推奨)で、爪は
短く切ってください。内履き



無料相談

シューズ、水筒、タオルなど
をお持ちください 申 3月22
日(日)までに上越スポーツクラ
イミングクラブのホームページ
内の申し込みフォームから
問 メール(✉joetsu.scc@gmail.
com)またはクラブホーム
ページ内の
問い合わせ
フォームから



第6回「上越市親の会」

不登校やひ
きこもりな
ど、子どもに
関するさまざ
まな不安や悩
みを抱える保護者の皆さんの
ための会です。少し肩の力を
抜いて話し合うことで、解決
への一歩を踏み出しませんか。
時 3月7日(土)午後1時30分～
3時30分 所 教育プラザ 問
青少年健全育
成センター
(☎025・
544・46
90)



上越ジュニア音楽クラブ
活動発表会

小学1年生から中学2年生
までの子どもたちが、昨年9月

から取り組
んできた練
習の成果を、
講師と協力
団体の上越
市民吹奏楽
団の皆さん
と一緒に披
露します。



時 3月15日(日)午前10時30分～
11時30分 所 リージョンプラ
ザ上越 他 子ども用の分数バ
イオリンなどの寄付にご協力
ください。詳しくは問い合わ
せ先へ 問 上越ジュニア音楽
クラブの綿貫さん(☎025・
530・8013)

上越交響楽団
第92回定期演奏会

ヨハン・シュトラウスのワ
ルツ「皇帝円舞曲」やフアリヤ
のバレエ組曲「三角帽子」、
ブラームスの交響曲第3番を
演奏します。

時 3月22日(日)午後2時開演
所 上越文化会館 費 一般千円、
高校生以下無料(チケットは
上越文化会館、二葉楽器、妙
高市文化ホールなどで発売中)
問 上越交響楽団事務局の茨木
さん(☎090・1606・
1254)

普通救命講習

成人の心肺蘇生法、異物除去、止血法などを学びます。



時 4月19日④午前9時〜正午
所 上越地域消防局 定 20人(申込順) 申 3月30日④〜4月5日④の間に上越消防署(☎025・544・0119)

ズバツと解決上越 第16回お困りごと無料相談会&なごみマルシェ

●困り事相談

パソコンIT、相続・遺言書・さまざまなトラブルなど法的な相談、不用品買取・処分、草取り、掃除、片付け、屋根、外壁、害獣・害虫、その他暮らしのお困り事について、それぞれの専門家が相談に応じます。

●なごみマルシェ

リサイクル品販売、ハンドメイド品販売、似顔絵、缶バッチづくり体験、バルーンアート体験、占い
時 3月15日④午前10時〜午後3時30分 所 直江津ショッピングセンターエルモール 申

問ズバツと解決上越事務局(☎080・2534・3734) 困り事相談は事前に申し込みした人を優先

ワークパル上越のもよおし・講座

問 ワークパル上越(☎025・545・5111)

●「マイチャレンジ講座」受講生募集

各講座の開催日や受講料などは館内にある募集案内やホームページをご覧ください。
対 上越地域在住の18歳以上の 人 定 各15人(申込順) 申 3月9日④以降(午前9時〜午後5時)に電話、ワークパル上越窓口またはホームページ

○着付け体験会

時 3月29日④午前9時30分〜11時30分 費 1500円(お菓子、抹茶代込み)、着物のレンタル希望の場合別途3000円 講 堀内由紀さん(京都きもの学院)

○茶道体験会

時 3月29日④午前9時30分〜11時 費 1500円(お菓子、抹茶代込み) 講 松本宗真さん

詳しくは



上越科学館のもよおし

申 問 上越科学館(☎&FAX025-544-3939)

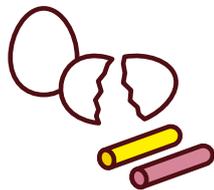
●科学工作教室「卵の殻からチョークをつくろう」

卵の殻から白と色付きのチョークをつくります。

時 3月14日④午後2時〜3時30分 所 上越科学館

対 小学生以上(小学3年生以下は保護者の同伴が必要)

定 20人(申込順) 費 500円(入館料別途) 他 この工作は生卵と小麦粉を使用します 申 3月7日④以降



●ひよこの誕生

生まれたばかりの「いがた地鶏」のひよこの様子を観察しましょう。運が良ければ誕生の瞬間に立ち会えるかもしれません。

時 3月25日④〜4月5日④(展示解説=午前11時〜、



午後1時〜、3時〜各回15分程度) ※予告なく中止する場合があります 所 上越科学館 費 観覧や展示解説は無料(入館料別途)

●植物観察教室〜春を探しに里山ハイク〜

植物の専門家の案内で春の野山をハイキング。薬師山の山野草を観察しましょう。

時 4月11日④午前9時〜午後3時(予定) 所 薬師山周辺(集合=上越科学館)

対 小学生以上(小・中学生は保護者の同伴が必要) 定 20人(抽選)

費 小・中学生500円、高校生以上800円 講 山本聡子さん(上越環境科学センター) 申 3月27日④まで



詳しくは



お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談



上越市立水族博物館「うみがたり」のもよおし

所 園 上越市立水族博物館 (☎025-543-2449、✉hkj-js9.info@seibugroup.jp)

●ハートフルウィンター2026

シーズナルイベント「ホワイトデー」にちなみ、「和み」をテーマに寒い冬でも心が温まり、リラックスできるようなイベントや展示を



実施中です。「ハロー！アザラシキッズ～バレンタイン・ホワイトデーver～」では、ゴマフアザラシの「フタバ」や「ミツバ」のかわいらしい行動を観察しながら、ゴマフアザラシの生態や2頭の特徴について解説します。

時 3月15日◎まで ※「ハロー！アザラシキッズ～バレンタイン・ホワイトデーver～」は、7日⊕、8日◎、14日⊕、15日◎いずれも午後1時30分から

●リフト割

対象スキー場のリフト券でお得に入館できる「リフト割」を実施します。チケット売り場でリフト券またはシーズンパスを提示してください。

時 3月31日◎まで 費 大人（18才以上）1,620円、高校生990円、小・中学生810円、幼児450円、シニア（65才以上）1,350円 対 苗場スキー場、妙高杉ノ原スキー場、六日町八海山スキー場

詳しくは



小林古径記念美術館のもよおし 企画展「生誕100年 舟見俊二 ストライプの彼方へ」

所 申 園 小林古径記念美術館 (☎025-523-8680)

上越市出身の美術家・舟見俊二（1925-2020）の回顧展を、公立美術館では初めて開催します。

戦時中、県外の軍事工場に勤務していた舟見は、終戦後、帰郷して教員を続けながら油絵制作を始めました。やがて作品は油絵から版画、そして立体作品へと展開していき、中でもストライプを表したシルクスクリーン版画は海外からも高い評価を受けました。本展では、美術家・舟見俊二の多彩な制作活動の軌跡をたどります。



舟見俊二《空間》

時 3月20日⊕・㊟～6月21日◎午前9時～午後5時、休館日は月曜日（3月30日、5月4日は開館）、5月7日⊕ ※観桜会期間中（4月3日⊕～19日◎）は無休、午後7時まで延長開館 費 一般510円、小・中学生、高校生260円 ※5月17日◎「国際博物館の日」は入館無料 ※未就学児および市内の小・中学生は入館無料

●学芸員による解説会

時 4月12日◎、6月6日⊕各日午後2時～3時 費 入館料が必要

●スライドトーク「舟見俊二、人と芸術」

学芸員が作品の変遷や魅力についてスライドで解説します。

時 5月2日⊕午後2時～3時 費 入館料が必要

●館長とめぐる！新緑の庭園と古径邸建築ツアー

緑あふれる庭園と登録有形文化財・小林古径邸を当館館長が案内します。

時 4月29日◎・㊟午後2時～3時 費 入館料が必要

●SNS投稿キャンペーン

会期中、展示写真とともに「#小林古径記念美術館」「#舟見俊二」「#ストライプ」タグのいずれかを付けてSNSに投稿した人に美術館グッズをプレゼントします。

定 50人（先着順） 他 投稿画面を受付職員に提示してください



詳しくは



お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

4月19日
⑩に開催する大会の運営に協力いただきボランティアを



第34回米山山麓ロードレース大会
当日ボランティア

募集

募集します。

⑩活動内容 受付補助、会場整理、交通誘導、給水所補助など ※主催者がボランティア保険に加入 ⑩ 3月27日 ⑩までに米山山麓ロードレース大会事務局 (柿崎区総合事務所内、☎025・536・6714)

詳しくは



オーレンプラザのもよおし

所 申 問 高田城址公園オーレンプラザ(☎025-525-1311)

●春のオーレン文化祭「アートフェス“オーレ”」

オーレンプラザを定期的に利用している団体が一堂に会し、活動の成果を発表します。33団体がホールで演奏やダンスなどを披露し、ロビーでコンサート(複数団体のコラボもあり)や作品展示のほか、スタジオと和室でワークショップを行います。春のオーレン文化祭を一日お楽しみください。



時 3月8日⑩午前9時45分～午後6時

●物語がいっぱい「おはなしジャンボリ“オーレ”」

市内を中心に「おはなし会」活動を行っている13団体がオーレンプラザに大集合。館内一体が「物語の館」に大変身し、生演奏付きのおはなし会や読み語り、昔ながらの紙芝居などさまざまなスタイルの「おはなし」が一日中楽しめます。



詳しくは



時 3月20日⑩・㊟午前9時30分～午後4時

高田まちかどフェスティバル
2026出演者

昭和初期に建てられた洋風建築を舞台に、音楽やダンスなど日頃の活動の成果を披露してみませんか。



時 5月31日⑩午前10時～午後4時 所 高田まちかど交流館(旧第四銀行高田支店) ⑩音楽やダンスなどの活動を行う個人または団体 ⑩ 10組程度(抽選) ⑩ 3月25日(水)までに文化振興課(☎025・520・5629)

詳しくは



シニアカレッジ新潟
令和8年度学生

高齢者を対象に学習の機会を提供し、仲間づくりや地域活動の担い手を養成します。申込方法など詳しくは、問い合わせてください。



時 4月下旬～11月中旬(20日

間の予定) ⑩アートホテル上越 ⑩ 30人(抽選) ⑩ 1万2千円(年間) ⑩ 県内在住の概ね60歳以上の人 ⑩ 3月13日⑩(必着)までに新潟県社会福祉協議会(☎025・285・1400) ⑩ 詳しくは 

(公社)上越市シルバー人材センター新規会員

臨時的・短期的・軽易な業務を受注し、高齢者が培った経験などに応じた仕事を提供・調整します。主な業務は除草、剪定、冬囲い、施設管理、空き家管理、家事援助サービスなどです。

⑩健康で働く意欲のある60歳以上の人(入会説明会の受講が必要) ⑩ 年会費3千円 ⑩ (公社)上越市シルバー人材センター(☎025・522・2812) ⑩ 入会説明会

詳しくは



時 ⑩ 本所(シルバープラザ上越) ⑩ 毎月第2、第4水曜日の午後1時30分 ⑩ 頸北支所(柿崎コミュニティプラザ内) ⑩ 毎月第3水曜日の午後1時30分 ⑩ 詳しくは 



上越市定住促進奨学生

詳しくは



申込書は申込先にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

概要	若者の定住を目的とし、市内に居住しながら市外の大学などに通学する学生を対象に、通学費を貸し付けます
応募資格	次のいずれにも該当する人 ①市内に居住する30歳未満の人 ②市外の大学、大学院、高専（専攻科含む）、専修学校(専門課程に限る)に在学する人 ③公共交通機関の通学定期券を利用する人
人数	上限なし（基金の範囲内）
貸付額（月額）	通学定期券購入費の合計額（月6万円上限）
貸付期間	貸し付けを決定した月から在学する学校の最短修業年限の終期まで
返還	6か月据え置き後、4年以上16年(貸付期間の4倍)以内（無利子） 返還期間中に市内に居住しながら就業している場合、返還額の3分の2相当額を免除
提出書類	申込書、住民票の写し、在学証明書、通学定期券の写し
申し込み・問合せ	随時受け付け。多文化共生課（☎025-520-5674）、各総合事務所、南・北出張所、教育プラザ

お知らせ

もよおし・講座

上越学生寮奨学生・上越市奨学生（在学募集）



上越学生寮奨学生



上越市奨学生（在学募集）

両方に申し込むことはできますが、両方とも採用となった場合は、どちらか一つになります。申込書は申込先にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

	上越学生寮奨学生	上越市奨学生（在学募集）
概要	明日の上越を担う人材を育成するため、学業に優れた学生などを対象に貸し付けます	経済的な理由などにより修学が困難な学生などを対象に貸し付けます
応募資格	上越市・妙高市・糸魚川市のいずれかの市に3年以上住所を有した人で、かつ、そこに所在する中学校または高等学校を卒業した人のうち、次のいずれかに該当する人 ①大学生 ②大学院生 ③学術研究者（大学または大学院を卒業し、研究活動をしている人）	令和8年4月に高校や専修学校、大学等（短大、大学院を含む）に在学する人で、次の全てに該当する人 ○保護者などの住所が市内にある人 ○保護者などの所得が一定基準以下の人 ○成績評定などが一定以上の人（大学等に在学する人に限る）
人数	6人程度	20人程度
貸付額（月額）	大学生7万円、大学院生および学術研究者10万円	高校生1万5千円、大学生など4万円
貸付期間	○大学生および大学院生＝6月から最短修業年限の終期まで ○学術研究者＝6月から5年間	4月から最短修業年限の終期まで
返還	1年据え置き後、14年以内（無利子）	6か月据え置き後、貸付期間の3倍以内の年数（無利子）
提出書類	申込書、戸籍の附票、高等学校（または中学校）の卒業証明書、成績証明書、在学証明書または進学の前を証する書類、研究内容や実績が分かる資料（学術研究者のみ）、レポート（大学生テーマ「学びを通してどのような社会貢献をしたいのか（将来目指すこと）」、大学院生・学術研究者テーマ「自身の研究がどのように社会貢献につながるか（将来の展望）」、2千字以内、様式あり）	申込書、奨学生推薦調書、保護者の令和7年分の所得額を確認できる書類（源泉徴収票、確定申告書の控え、市民税申告書の写しのいずれか）、市民税所得割非課税世帯は最新の所得・課税証明書（父母のもの）、在学証明書
申し込み・問合せ	3月2日☎～4月10日☎（消印有効）の間に教育総務課（☎025-545-9262）、各総合事務所、南・北出張所	4月1日☎～30日☎（消印有効）の間に学校教育課（☎025-545-9244）、各総合事務所、南・北出張所

募集

無料相談

朝市出店者

☎ 観光振興課 (☎025-520-5741)

朝市の出店者を随時募集しています。野菜や果物、趣味で作った雑貨など、さまざまな出店ができます。

時所 ○二・七の市(大町3) = 毎月2と7の付く日
○三・八の市(中央2・3) = 毎月3と8の付く日

○四・九の市(大町4) = 毎月4と9の付く日
○一の日市(柿崎区住吉町交差点付近) = 毎月1の付く日(31日を除く) **費** 1回あたり80円または120円



令和8年度 自衛官

☎ 自衛隊新潟地方協力本部高田地域事務所 (☎025-523-5519)



種 目	対象者	試験期日	試験会場	受付期間
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人(32歳の人は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人)	1次 (Web) 5月16日④~24日⑤のいずれか1日 2次 6月13日④~28日⑤のいずれか1日	任意の場所 高田駐屯地	3月1日④~5月7日⑤
予備自衛官補	一 般 18歳以上52歳未満の人	4月1日④~19日⑤のいずれか1日	受付時にお知らせ	3月30日⑤まで
	技 能 18歳以上で国家免許資格などを有する人(資格により年齢上限は53歳未満~55歳未満)			
一般幹部候補生	●大卒程度試験 22歳以上26歳未満の人(20歳以上22歳未満の人は大卒(見込み含む)、修士課程修了者など(見込み含む)は28歳未満の人) ●院卒者試験 20歳以上28歳未満の人 修士課程修了者など(見込み含む)	4月11日④	受付時にお知らせ	3月1日④~4月3日⑤
幹部候補曹	20歳以上33歳未満の人			
技術曹	20歳以上の人で国家免許資格取得者など	6月8日④~15日⑤のいずれか1日	受付時にお知らせ	3月1日④~5月15日⑤
医科・歯科幹部	医師・歯科医師の免許取得者	6月19日⑤	受付時にお知らせ	5月21日④まで
キャリア採用幹部	大卒以上の人で、応募資格に定められた学部・専攻学科などを卒業後、2年以上の業務経験のある人	6月8日④~15日⑤のいずれか1日	受付時にお知らせ	3月1日④~5月15日⑤

お知らせ

もよおし・講座

募 集

無料相談



高齢者趣味講座の受講生

高齢者の生きがいと健康づくりを目的とした講座です。詳しくは市民いこいの家、高田西趣味の家、各総合事務所、南・北出張所にあるチラシまたは市ホームページをご覧ください。

対 60歳以上の市民 時 4月～令和9年3月(詳しい日程は受講決定後にお知らせします。)

費 200円×講座回数(材料費など別途) 申 問 はがきまたはメールなどに①希望する会場・

講座名、②住所、③氏名(フリガナ)、④生年月日(年齢)、⑤日中連絡のつく電話番号、

⑥緊急連絡先(申込者以外の方の電話番号)、⑦受講料の分納希望の有無を記載の上、3月19日(必着)までに高齢者支援課(〒943-8601 木田1-1-3、☎025-520-5708、✉koureisya@city.joetsu.lg.jp)

※4月10日までに応募者全員に受講の可否を通知します。いずれの講座も、申込者が5人に満たない場合は開講しません。



●市民いこいの家趣味講座(石橋1)

講座名		曜日	午前	午後
健康体操	A(勤労身体障害者体育館)	火	○	
	B(勤労身体障害者体育館)	金		○
	C(春日謙信交流館)	木		○
社交ダンスA(初心者)		火		○
社交ダンスB(経験者)		火	○	
コーラス		月	○	
レクダンス		土	○	
陶芸(木)		木	○	
陶芸(金)		金	○	
華道		火	○	
囲碁		水	○	
将棋		木	○	
茶道		木	○	
墨画		水	○	○
詩吟		土	○	
木目込人形・ちりめん手芸		水		○
民謡		月		○
パッチワーク		木		○
		土	○	
		月	○	
書道		水	○	
		木	○	
		金	○	
水彩画		木		○
		金		○

※陶芸(木)は講師がいない自主講座です。

●高田西趣味の家趣味講座(大貫2)

講座名		曜日	午前	午後
社交ダンス	S(中級者)	火		○
	A(4年目)	月		○
	B(3年目)	火	○	
	C(2年目)	火		○
D(初心者)		月	○	
民謡(新舞踊)		土	○	
健康体操		月		○
七宝焼		火	○	
水彩画		火		○
		水	○	
謡曲A		火		○
謡曲B		火	○	
編物		水	○	
書道		火	○	
		水		○
		金	○	
ちぎり絵		木	○	
陶芸A		金	○	
陶芸B		金		○
油絵		月	○	

※社交ダンス、健康体操は福祉交流プラザで実施します。

※陶芸A、Bは講師がいない自主講座です。



詳しくは



お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

各種 無料相談

予約が必要な相談があります。
詳しくは、各問合せ先に
問い合わせてください。



要予約 弁護士による法律相談

中小企業者を対象とする法律相談
(1件30分程度)

- と き ところ
- 1 3月12日(水)午前10時～正午・上越南商工会
 - 2 3月19日(水)午前10時～正午・くびきの商工会 頸城支所

- 予 約 問 合 せ
- 1 ☎0255-78-2117
 - 2 ☎025-530-2156

要予約 県の休日労働相談会

労働トラブルや職場の困りごとに関して、相談所職員や社会保険労務士が相談に応じます。
(相談方法：面談、オンラインおよび電話)

- と き ところ
- 3月15日(土)午後1時～4時30分・上越地域振興局

- 予 約 問 合 せ
- 新潟県労働相談所
(☎025-281-6110)

予約不要 特設人権相談所

家庭内の問題、近隣間のもめ事や名誉毀損、いじめなどの人権問題の相談

- と き ところ
- 3月20日(金)・(水)午前9時30分～午後0時30分・市民プラザ

- 問 合 せ
- 新潟県地方務局上越支局
(☎025-525-4163)

要予約 空き家相談会

空き家の売買や賃貸に関する相談
(予約時に「空き家登録シート」の提出が必要)

- と き ところ
- 1 3月10日(水)・建築住宅課
 - 2 20日(金)・(水)・全日本不動産協会上越事務所(栄町2)
 - 3 24日(水)・上越宅建会館(春日野1)
- いずれも午後1時～5時

- 予 約 問 合 せ
- 建築住宅課
(☎025-520-5786)

要予約 事業承継・引継ぎに関する個別相談会

国が設置した事業承継の窓口機関の専門家による相談会
☑中小企業者

- と き ところ
- 3月23日(土)午後1時～5時・市役所木田第二庁舎

- 予 約 問 合 せ
- 産業政策課
(☎025-520-5729)

要予約 障害のある人の就労相談会

☑障害者手帳を持っているまたは診断を受けている人で、就労を目指している人

- と き ところ
- 3月19日(水)午前10時～正午・福祉交流プラザ

- 予 約 問 合 せ
- 障がい者就業・生活支援センターさくら
(☎025-538-9087)

要予約 弁護士によるB型肝炎特措法無料相談会

☑集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族(事前予約優先、当日申し込み可)

- と き ところ
- 4月11日(土)午後1時30分～4時(受付は3時まで)・市民プラザ

- 予 約 問 合 せ
- 全国B型肝炎訴訟新潟事務所
(☎025-223-1130)

要予約 経営に関する個別相談会

創業や経営改善、販売促進など、経営に関する個別の相談(1件60分以内)
☑中小企業者

- と き ところ
- 3月11日(水)午後1時30分～4時50分・市役所木田第二庁舎

- 予 約 問 合 せ
- 産業政策課 商業・中心市街地活性化推進室
(☎025-520-5734)

予約不要 起業支援相談窓口

先輩起業家との起業方法や起業後の留意点などに関する相談
☑起業を検討中、起業後間もない人

- と き ところ
- 月～土曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)・bibit(ビビット)(本町4)

- 問 合 せ
- bibit(ビビット)スタートアップ相談所
(☎050-5527-6242)

要予約 上越地域若者サポートステーション出張相談会

☑15歳から49歳までの就労に悩む人やその家族

- と き ところ
- 3月19日(水)午後2時～4時・ハローワーク上越

- 予 約 問 合 せ
- 上越地域若者サポートステーション(☎025-524-3185)
※予約は前日午後5時まで

予約不要 認知症に関する相談

相談は電話、面談のどちらでも可
☑認知症の人やその家族

- と き ところ
- 月～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)・新潟ユニゾンプラザ(新潟市中央区上所)

- 問 合 せ
- 新潟県認知症コールセンター
(☎025-281-2783)



公式SNS

上越でかがやく若者たち

■問合せ…総合政策課 (☎025-520-5624)

市内でまちの活性化やにぎわい創出に向け、さまざまな活動に主体的に取り組む高校生を紹介します。

幼い頃からアニメやイラストに興味があり、小学生の頃には独学で動画編集やデザインの基礎を学び、自作のアニメーションなどをYouTubeに投稿していました。2年ほど前、市内で事業を営んでいる父の影響から、スタートアップに関するイベントに参加し、ビジネスにも関心を持ち始めました。そこから、自分の好きなイラストや動画制作を、趣味で終わらせるのではなく、社会に役立つ「仕

活動を始めたきっかけ



株式会社MEGO (ミーゴー)

瀧澤 美桜さん
(高校2年生)

2024年4月に「株式会社MEGO」を設立。現役高校生の感性を生かしたSNSマーケティング支援や、地域の魅力を伝える事業を展開している。

事」として形にしたいと考え、起業を決意しました。

活動の目標

現在は在学する高校の公式TikTokの運用を担当し、学生目線で学校紹介を行っています。また、地元の小学生が描いた絵を商品化するための事業を、同じく起業した高校生からの依頼で取り組むなど、地域と連携しクリエイティブな活動にも力を入れています。今後は、高校生が「社員」として地域で活躍し、今取り組んでいるよう

同世代に伝えたいこと

な事業をバトンのように受け継いでいける組織にしていきたいです。この取り組みをきっかけに若者が地元に残るといいう選択が広がるとうれしいです。

デジタル技術の発達によって、誰もが自分のやりたいことを形にする手段やチャンスが身近にあります。起業もその一つで、決して特別なことではありません。新しい挑戦を始めると、さまざまな課題が出てくることもあるかもしれませんが、恐れずに勇気を持って「自分らしさ」を表現してみてください。その一歩が、きっと新しい世界を見せてくれるはずです。



小学生が考えた
オリジナルキャラクター

広報対話課から

(☎025-526-5111)

「広報上越4月号」は、3月23日(日)・24日(月)に各町内会へお届けし、各世帯にお配りします。届かない世帯の人は、広報対話課または、各総合事務所へご連絡ください。

上越市ホームページアドレス <https://www.city.joetsu.niigata.jp/>

♻️70 (古紙パルプ配合率70%再生紙を使用)

上越市の人口・世帯数

令和8.2.1現在。()は前月との比較

男 87,507人 (-110人) 女 90,163人 (-142人)

合計 177,670人 (-252人)

<人口増減内訳>
出生 55 転入 181
死亡 266 転出 222

世帯数 77,677世帯 (-60世帯)
数字は住民基本台帳に基づくもの

表紙のことは：分ければ資源、混ぜればごみに
ごみの分別を見直してみませんか

普段何気なく捨てているごみの中には、正しく分別すれば資源物として生かせるものも混ざっているかもしれません。忙しい毎日の中ではごみの分別が面倒に感じることがあるかもしれませんが、私たちの暮らしを豊かにするためにも、できることから始めてみませんか。

UD FONT 見やすく読みまちがえにくいユニバーサル
デザインフォントを採用しています。