



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



榎田学校 第23期生を募集します

中ノ俣の榎田で、年間を通して自然を堪能しながら、仲間とともに榎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、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

☎025・541・2602、

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、

☎025・541・2310、

☎025・541・2310、

☎025・541・2310、

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420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）

