

広報

9 2026
月号

No. 1176

じょうえつ

koho joetsu

上越市
公式SNSは
こちらから



スリッパ

防災グッズの準備完了!

ヘルメット

防災バッグ

9月1日は「防災の日」

一人一人ができる備えを

段ボールベッド

特集 9月1日は「防災の日」

一人一人ができる備えを

■問合せ…市民安全課 (☎025-520-5660)

近年、全国各地で地震や風水害・土砂災害が発生し、大きな被害をもたらしています。災害が発生すると、電気・ガス・水道などが使えなくなるほか、物流が停滞し飲食料や生活必需品が手に入らなくなることが想定されます。今号では、いざという時のために一人一人ができる備えとして「家庭内備蓄」について紹介します。身近なところから防災の取り組みを始めてみませんか。



「家庭内備蓄」を始めよう

「家庭内備蓄」って何だろう？



市民安全課 中嶋主事

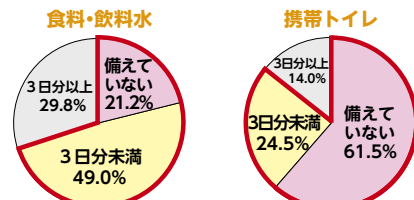
家庭内備蓄とは、避難所に持ち出す防災バッグだけでなく、自宅での避難生活を想定して生活用品を多めに用意しておくことです。災害発生後、道路が水没したり、がれきで塞がれたりして、支援物資が届かない場合もあります。自宅が安全であれば、家庭内備蓄により住み慣れた自宅での避難ができ、支援物資が届くまでの間、安心して生活することができます。



「自宅避難用」は最低3日分の用意を

災害発生後、ライフライン復旧まで1週間以上かかることもあるので、少なくとも「3日分」、できれば「1週間分」の備蓄があると安心できます。右図のとおり、昨年度の県民アンケートでは、7割以上の人々が「3日分」の備蓄をしていない実態が分かりました。以下のリストを参考に、家族構成に応じて生活の維持に欠かせないものを用意しましょう。

非常用品の備蓄状況



(出典) 令和7年度第7回県民アンケート調査報告書
(県知事政策局広報広聴課) を基に作成 (n=434)

主な「自宅避難用」備蓄品リスト

家庭内で1人当たり3日分の備蓄に必要な量の目安

●食料品

- ☐ 食料…9食
- ☐ 飲料水…9ℓ

●衛生用品

- ☐ 携帯・簡易トイレ…15回分
- ☐ トイレ用紙…1巻
- ☐ マスク…3枚以上
- ☐ ウエットティッシュ…適量
- ☐ アルコール消毒液…適量

●乳幼児がいる家庭

- ☐ 粉・液体ミルク…420g(液体3ℓ)
- ☐ 哺乳瓶…1本
- ☐ 紙おむつ…24枚
- ☐ おしりふき…適量

●高齢者や体の不自由な人がある家庭

- ☐ 常備薬…適量
- ☐ 看護・介護用品…適量
- ☐ 紙おむつ…24枚

●季節に応じて用意するもの

- ☐ 電池式扇風機…1台
- ☐ カイロ…6つ など

他に必要な備蓄品は、「上越市 民防災ガイドブック」を確認してください。



web版

我が家で必要な備蓄量

世帯人数当たりの3日分の備蓄量を空欄に記入し用意してみましょう。



食料

1人当たり: 9食

×人数 = 食



水

1人当たり: 9ℓ

×人数 = ℓ



トイレ

1人当たり: 15回分

×人数 = 回分



防災アドバイザーからのアドバイス

食料品のローリングストックを始めよう



防災アドバイザーの
西條さん

ローリングストックとは、右図①～③の手順を繰り返しながら、常に一定量の食料品を備蓄する方法のことです。食料品の備蓄は日常生活の中で無理なく始められます。定期的に備蓄品の賞味期限もチェックしましょう。



携帯トイレを用意しよう



防災アドバイザーの
関谷さん

災害時は、断水や排水管の破損などによって水洗トイレが使えなくなることがあります。また、トイレに排せつ物がたまると、感染症や悪臭の発生源となる恐れがあるほか、トイレの回数を減らすために水分補給や食事を控えたり、排せつを我慢して体調を崩したりすることもあります。

「携帯トイレ」は断水時でも水を使わずに利用できるため、衛生的な避難生活を送るために欠かせないアイテムとして、平时から常備しておくことが大切です。

携帯トイレの使い方



袋を取り出し便器に被せる



便座を下ろして袋を固定



使用後に凝固剤を振りかける



袋を結び保管、可燃ごみで処理



携帯トイレの使い方を紹介する
関谷さん



防災について考えてみませんか

専門的な知識と経験を持つ「防災アドバイザー」が地域の防災活動をサポートします。費用は無料ですので、市民安全課までお気軽にご相談ください。

- ・非常持ち出し品・備蓄品の説明
- ・各種訓練の企画やアドバイス
- ・ハザードマップを活用した避難対策の検討
- ・防災に関する講話



ごみ袋でポンチョを作る様子

詳しくは



講座受講者の声／

実際にアドバイザーが備蓄しているものを見せてもらい、我が家の備えを考える良いきっかけになりました。



西福島二区町内会
防災担当の西條さん



防災講演会を開催します

日時

9月27日(日) 午後2時～4時30分

内容

- 第1部「地域の繋がり～コミュニティの力で防災！
小岩内の奇跡」 講師：松本 佐一氏
- 第2部「被災地から学んだこと」 講師：佐竹 直子氏

会場

ユートピアくびき希望館

申し込み

9月11日(金)までに防災委員会事務局(市民安全課内、☎025-520-5660)に電話、または市ホームページの申し込みフォームから

詳しくは



市政トピックス

市民と市長との対話集会 「スマイルミーティング」を開催します

▶問合せ…広報対話課（☎025-520-5615）

それぞれの地域に関連した話題を中心に話し合います。

開催日	開催時間	会場
10月6日㊤	午後6時30分～8時	柿崎コミュニティプラザ
10月13日㊤		板倉コミュニティプラザ
10月20日㊤		ユートピアくびき希望館
10月28日㊤		高田城址公園オーレンプラザ



詳しくは

※事前申し込みは不要です ※お住まいの地区の会場にご参加ください

※高田城址公園オーレンプラザは、高田区、金谷区、三郷区、和田区にお住まいの人が対象です

これまでに開催した「スマイルミーティング」で寄せられた意見の一部を紹介します

①上越妙高駅1階トイレへの案内表示について

●意見

上越妙高駅1階トイレの場所が分かりづらいため、案内方法をもう少し工夫してほしいです。

●対話集会での回答

案内表示を作成するなど、JRと相談しながら対応していきます。

●検討結果

2階SAKURAプラザ（観光案内所）前に駅構内のパネルを設置したほか、東口エレベーターや階段付近に案内表示を設置しました。



SAKURAプラザ前のパネル

②総合事務所間の連携による道路補修などの対応について

●意見

区をまたいだ事案は対応に時間がかかるため、区境の道路補修が進んでいません。早めに直してほしいです。

●対話集会での回答

現場を確認するとともに、業者と相談し対応します。

●検討結果

町内会の立ち会いにより要望箇所を確認後、直ちに工事を発注し、舗装修繕を完了しました。今後も総合事務所間で連携し、早期に対応していきます。



補修前



補修後

佐藤教育長が就任 7/27

任期満了に伴い退任した早川教育長の後任に、7月27日付けで佐藤^{みちひと}理仁教育長が就任しました。佐藤教育長は、上越教育大学大学院修士課程を修了後、県教育庁義務教育課長、市立城北中学校長、上越教育大学学校教員養成・研修高度化センター特任教授、学長特別補佐などを歴任しました。任期は令和8年7月27日から3年間です。



佐藤 理仁 教育長



炭素社会の実現に向けて②

ecoな買い物編

問 環境政策課 (☎025-520-5689)

私たちが購入する商品は、生産・運搬・使用・廃棄の過程で多くの資源やエネルギーを消費することから、日頃の買い物や消費の仕方を見直すことで、エネルギーの削減や地球温暖化の防止につながります。

今回は、環境にやさしい買い物の取り組み事例やそのポイントを紹介します。

地元の旬のものを選ぶ

新鮮でおいしい地元の食材を選ぶことは、輸送にかかる燃料の削減につながります。



必要な分だけ購入し、食品ロスを減らそう

食べ残しだけでなく、廃棄に使うエネルギーも“もったいない”。必要な分をおいしいうちに食べることで、食品ロスの削減と廃棄にかかるエネルギーの抑制につながります。



宅配便は一回で受け取ろう

日時指定や宅配ボックス、コンビニ受け取り、置き配などを活用することで、再配達を減らすことができ、配送時の燃料使用の削減にもつながります。



環境に配慮した製品を選ぶ

商品についている環境マークに注目してみましょう。選ぶだけで、手軽に「環境にやさしい買い物」につながります。



エコマーク

環境への負荷が少ない商品に付けられる目印



JGAP

安全安心な農産物の認証マーク

このほかにも、さまざまな環境ラベルがあります。できることから、「環境にやさしい買い物」を始めてみませんか？

詳しくは



歴史博物館
特別展

「楊洲周延—サムライ、浮世絵を描く—」作品解説②

問 歴史博物館 (☎025-524-3120)

10月12日⑨・⑩まで、今年度寄贈いただいた高田藩士の浮世絵師・楊洲周延の作品約150点を、前期・後期で入れ替えて展示する特別展を開催しています。

今号では、後期展の展示作品の中から学芸員イチオシの作品を紹介します。ぜひ博物館で実物もご覧ください。



楊洲周延作「春遊 貴顕之令嬢」明治20（1887）年【後期展示】

本作は、梅が咲く屋敷の縁側や庭でまりつきや羽根つきをする少女たちの姿を描いています。色彩豊かで細かな着物の柄にも注目のこの作品、実は類似した構図の肉筆画「御殿女中遊戯之図」（榊原家所蔵、公益財団法人旧高田藩和親会管理）が存在します。9月5日④からはじまる後期展では特別に2つの作品を並べて展示しますので、構図や少女たちの着物の色など、類似点や違いを見比べてみてください。



第47回 高田城址公園 観蓮会



7月18日(土)～8月23日(日) 高田城址公園

高田城址公園の外堀約19haを埋め尽くす紅白の蓮花群の観賞に、大勢の人が訪れました。1本のハスの茎に2つの花が咲く双頭蓮が3年連続で発見されました。

第22回卯の花音楽祭



7月20日(月)・(祝) ユートピアくびき希望館(頸城区百間町)

市内音楽サークルやゲスト演奏家、卯の花合唱団が豊かな演奏を披露しました。最後は来場者と「夏は来ぬ」を歌い、会場が歌声に包まれました。

第51回 上越まつり



7月23日(土)～29日(日) 高田、直江津

夏の街なかを彩る上越まつり。約1,800人が参加した民踊流しや祭りのフィナーレを飾る御せん米奉納などのイベントで大いに盛り上がり、熱気に沸きました。

棚田のきらめき2026



7月25日(土)～8月29日(日) 棚田(牧区泉)

泉の棚田に集まった100人のボランティアが2千個のLEDライトを設置。8月1日(土)のナイトマルシェでは、幻想的な景色とにぎわいが人々を笑顔にし、地域の活力につながりました。

令和の寺子屋&さとまる食堂



7月29日(日) は一とぴあ中郷(中郷区二本木)

夏休みのイベントに参加した中郷小・中学生41人が茶道に挑戦。「お菓子と一緒に飲むとおいしい」「おかわりしたい」と、抹茶とお菓子を味わいながら和やかなひとときを満喫しました。



国際交流ファーマーズマーケット



8月1日㊥ ユートピアくびき希望館(頸城区百間町)

地 域の採れたて野菜やお肉を、日本や海外の調味料で楽しみました。また、参加者は自国の歌や踊りなどを披露し、会場は終始、和やかな国際交流の雰囲気包まれていました。



名立夏のそばまつり



8月1日㊥ ろばた館(名立区西浦生田)

名 立区産そばを使った乾麺「^{なたち}灘立そば」が初お披露目。約100人に振る舞われた夏野菜たっぷりの冷かけそばを、来場者がおいしそうに味わう姿が会場のあちこちで見られました。

町家に集まる。夏休みワークショップ



8月1日㊥、2日㊥ 旧今井染物屋、町家交流館高田小町

町 家を舞台に20種類以上のものづくり体験やグルメ、ミニプールなどを来場者が楽しみました。子どもたちは思い思いの作品づくりに挑戦し、会場は完成を喜ぶ笑顔でにぎわいました。

保倉地区早朝ラジオ体操



8月2日㊥ 保倉地区公民館

住 民約160人がラジオ体操に参加。子どもも大人も一緒になってさわやかな汗を流した後、クイズやゲームを楽しみ、地域の一体感が高まりました。

上越未来探究プロジェクト



8月6日㊥ コワーキングスペースbibit(本町4)

地 域の課題や魅力を活かした地域活性化のビジネスプランづくりを通じて上越の未来を考える講座を実施し、14人の高校生がさまざまなアイデアを発表しました。

第20回夢に出てくる盆踊り



8月8日㊥ くわどり湯ったり村

音 頭取りの唄声に合わせ、子どもから大人まで、谷浜・桑取地区に伝わる盆踊り「ヨーホイ」「ハリヤリヤンリヤ」などを楽しみました。踊りの輪が広がり、多くの笑顔があふれました。

くらしの**情報**

「防災ラジオ」の試験放送



FM76.1MHz

毎月

1日：午後 7 時頃

15日：午前 11 時頃

※定期的な電池の交換と受信状況の確認を！

問 危機管理課 (☎025-520-5665)

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。

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

「広報上越」へのご意見や感想をお寄せください

問 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

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

お知らせ

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年以下の拘禁刑もしくは1千万円以下の罰金または両方)が科されることがあります。

なお、災害時の応急対応、宗教行事、農林漁業に伴う焼却、たき火などは例外として認められるものもありますが、生活環境に影響がある場合は指導の対象となります。

問 生活環境課 (☎025・526・5111、内線617・8111)

秋の全国交通安全運動

秋は、夕暮れの早まりと行楽期が重なり、交通事故が多



税・保険料の納期限

納期限 9月30日(水)

- 国民健康保険税 …………… (第3期)
- 後期高齢者医療保険料 …… (第3期)
- 介護保険料 …………… (第6期)
- 国民年金保険料 …………… (8月分)

発する傾向にあります。交通事故に遭わない、起こさないために、交通ルールの遵守と正しい交通マナーを身につけましょう。

時 9月21日(月)・祝〜30日(水)

●運動重点

- ①歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- ②夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- ③自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

●9月30日(水)は「交通事故死ゼロを目指す日」です

問 市民安全課 (☎025・520・5661)



知って対策！特殊詐欺の手口

問 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遭わないよう注意しましょう。

■ 令和8年特殊詐欺被害発生件数(SNS型投資・ロマンス詐欺を含む)

	6月末	前年比
被害件数	15件	+6件
被害額	1億9,922万円	+5,833万円

■ 実在する事業者をかたる電話に注意！

実在する事業者をかたり「自宅に点検に伺います」「〇時に行きます」などといった、点検商法が疑われる相談が多数寄せられています。

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。



市内の空間緑量率観測結果 5・7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マイクログラムメートルの範囲内でした。

環境政策課（☎025・520・5690）



本人通知制度をご利用ください

身元調査などを目的とした住民票の写しや戸籍謄本・抄本などの不正請求、不正取得は、本人が気付かないうちに起こる個人の権利を侵害する行為です。本人通知制度とは、本人以外の第三者に証明書などを交付したときに、事前登録者へ通知する制度です。通知を希望する人は登録をお願いします（交付を妨げる制度ではありません）。

事前登録のできる人

上越市の住民基本台帳、戸籍の附票に記録されている人または上越市の戸籍に記載されている人（除かれた人も含む）

登録場所

市民課、各総合事務所、南・北出張所

対象となる証明書

住民票の写し・戸籍の附票の写し、戸籍謄本・抄本（除票・除籍も含む）など

通知する内容

証明書の交付年月日、交付した証明書の種別と枚数、請求者の区分（代理人・第三者）
市民課（☎025・520・5685）

屋外広告物のルールを守りましょう



貼り紙、広告板、ネオン・サインなどの屋外広告物は、街ににぎわいや活気をもたらす反面、無秩序に掲示されると、街並みや自然の美しさを損ねてしまいます。また、管理がおろそかになると、広告物の落下などで、人々に危害を及ぼす恐れもあります。

このため、県では新潟県屋外広告物条例を定め、屋外広告物について必要なルールを定めています。

屋外広告物を幹線道路沿いや市街地などに設置する場合、大半は許可手続きが必要になるほか、設置場所や広告物の種類に応じて、位置や面積などの制限があります。設置の際は、あらかじめ問い合わせてください。

上越地域振興局地域整備部庶務課（☎025・526・9505）

新潟県避難所アプリをご利用ください



災害時に迅速かつきめ細かく避難者の状況を把握するため、県と県内市町村が共同で「新潟県避難所アプリ」を導入しました。

アプリをダウンロードし、情報を登録すると、避難所の受け付けが二次元コードで行

えるほか、在宅や車中泊など避難所以外の場所でも自治体からの情報を受け取ることができます。

危険機管理課（☎025・520・5665）



生活応援クーポン券の利用期限は9月30日(水)まで

期限を過ぎると利用できませんので、お早めにご利用ください。

産業政策課クーポン券事務局（☎025・520・5837）



9月は「がん征圧月間」

日本人のおよそ2人に1人が、がんになると言われています。初期のがんは自覚症状

がほとんどありません。自覚症状が出る前に、がんを早期に見出し、適切な治療を受けることで、体への負担を軽減できるとともに生存率を高めることにつながります。

9月は「がん征圧月間」です。この機会に、ご自身やご家族の健康について考え、がん検診を受けてみませんか。詳しくは、上越市健康診査カレンダーでご確認ください。

健康づくり推進課（☎025・520・5842）



リージョンプラザ上越の大規模改修工事に伴う休館

照明のLED化やトイレの改修などの工事に伴い休館します。なお、上越科学館は開館します。

9月1日(火)〜令和9年3月31日(※予定) 図書館推進課（☎025・545・9257）

お知らせ

老人医療費助成制度(県老)

通院・入院時にかかる医療費の自己負担額の一部を助成します。

① 次のいずれにも該当する人
② 市内に住所があり、後期高齢者医療制度の認定を受けていない65歳～69歳までの人
③ 経済的・精神的に1人暮らし、または3カ月以上寝たきり状態の人 ※経済的・精神的に1人暮らしとは、親族から仕送りなどの援助を受けていない、同一小学校区内に親族が居住していない状態

④ 前年の合計所得金額が135万円以下の人

⑤ 申請国保年金課(☎025・520・5717)、各総合事務所、南・北出張所



令和8年度「緑の募金」の御礼と報告

4月1日(水)～5月31日(日)に実施した「緑の募金」は、市

もよおし・講座

民の皆さんのご協力により、495万2417円集まりました。募金は、ボランティア団体などによる地域の緑化活動や森づくりの取り組みに対する支援のほか、緑の少年団の活動・育成などに活用されます。ご協力ありがとうございました。

⑥ 農林水産整備課(☎025・520・5759)



募集

春日山城跡の伐採木を譲ります

時 9月13日(日)、26日(土)午前10時～正午、午後1時～3時
所 春日山城跡内千貫門付近
他 伐採木(スギの薪材)がなくなり次第終了します。持ち帰りは個人利用に限ります ⑦ 文化行政課(☎025・545・9269)



無料相談

市有財産を売却します

市有財産(土地)を一般競争入札により売却します。

●売却物件＝大字岩木地内宅地(旧高速道路敷地No.3)

⑧ 入札参加申込書に必要事項を記入し、9月25日(金)午後5時までに資産活用課(☎025-520-5642)へ

⑨ 売却物件について詳しくは、入札案内書をご確認ください。入札案内書、入札参加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



ご近所のお年寄りをみんなで温かく見守りましょう
～9月は新潟県高齢者見守り強化月間です～

⑩ 高齢者支援課(☎025-520-5707)

地域の皆さんが「高齢者の異変」に気づき関係機関につなげることで、必要な支援に結び付きます。高齢者の皆さんを地域で温かく見守り、いつもと様子が違うと感じたときは、市や地域包括支援センター、民生委員・児童委員などに連絡してください。



✓ こんな異変はありませんか？

▶ 一人暮らしの高齢者世帯

- ☐ 新聞がたまっていて夜になっても電気がつかない。
- ☐ 洗濯物が何日も外に干しっぱなし。

▶ 悪質商法の被害の恐れ

- ☐ 見慣れない人が出入りしている。
- ☐ 未開封の段ボールなどがたくさんある。

▶ 認知症の疑い

- ☐ 何回も同じ話をするようになった。
- ☐ 天気や季節に合わない格好、不自然な時間に出歩いている。

● 日頃から私たちができること

助け合い

気軽に助けを頼める
地域の輪をつくる

あいさつ

ご近所で声を
かけ合う

気配り

さりげなく
見守る

● 高齢者等見守り支援協力事業所を募集しています

従業員が業務中に高齢者の異変に気付いたときに、市などへの連絡に協力いただける事業所を募集しています。登録事業所には、店舗などに掲出するステッカーを交付し、市ホームページの協力事業所一覧に掲載します。

▶ 救急の日、救急医療週間

9月9日②は「救急の日」、9月6日⑧～12日⑤は「救急医療週間」です。

☎ 地域医療推進課(☎025-520-5699)、上越地域振興局健康福祉環境部医薬予防課(上越保健所、☎025-524-6134)

●医療機関を適切に利用しましょう

市では、医師会や各医療機関と連携し、休日や夜間などに発症した病気やけがなどに対応するため、救急医療体制を確保しています。症状に応じて適切に利用してください。

受入体制	症状の度合い	医療機関
初期救急	比較的軽症な患者の診療	かかりつけ医 上越休日・夜間診療所
二次救急	手術・入院が必要な重症患者の診療	上越総合病院、上越地域医療センター病院など
三次救急	二次救急医療では対応できない重篤患者の診療	県立中央病院救命救急センター

○救急医療情報サイト「上越メディカルナビ」では、医療機関や救急車の適切な利用方法を動画で紹介しています。



●県で実施している救急相談

○救急医療電話相談・小児救急医療電話相談

夜間の急な病気(発熱、嘔吐、下痢など)やけがに関する電話相談を行っています。看護師が相談に対応し、必要に応じて医師へ助言を求めます。相談は無料ですが、通話料金がかかります。

時【月～土曜日】午後6時～翌日午前8時

※ゴールデンウィーク、年末年始は24時間相談受け付け

【日曜日・祝日】午前8時～翌日午前8時(24時間)

☎ 小児(15歳未満) = ☎025-288-2525または#8000、15歳以上 = ☎025-284-7119または#7119

○AI救急相談アプリ

急な病気やけがのとき、LINEから気軽に救急医療の相談ができます。



●上越休日・夜間診療所の診療案内

夜間や休日の急な発熱や腹痛など、比較的症状の軽い人の応急診療を行っています。症状にかかわらず、必ず事前に電話してから受診してください(電話は受付時間内のみ)。

※診療可能人数を超えた場合、受付時間内でも受け付けを終了する場合があります。

※6カ月未満の乳児は、医師の出務状況により診療できない場合があります。事前連絡の際に確認してください。

☎ 新光町1-8-11(オールシーズンプール向かい) ☎ 上越休日・夜間診療所(☎025-522-3777)

●AEDは私たちが心臓突然死から救います

市では、利用者の多い公共施設などにAEDを設置しています。

なお、日本赤十字社新潟県支部や各消防署では、AEDの使用方法などの講習会を行っています。積極的に参加してください。



▶ 健康診査・がん検診を受診しましょう

☎ 健診専用ダイヤル(☎025-521-6231、6233)または各総合事務所へ

●こどもの健康診査

乳幼児健康診査や離乳食相談会の日程は、母子健康手帳アプリまたは上越市子育て応援ステーションホームページで確認してください。アプリでの予約が必要です。



母子健康手帳アプリ



上越市子育て応援ステーション

●成人の健康診査・がん検診

年に一度は健康診査・がん検診を受け、自分の体の状態を確認しましょう。



詳しくは



インターネット予約

新規予約や予約内容の変更はインターネット予約がおすすめです。24時間いつでも予約ができ、申し込みもスムーズです。

次の人は、市で行っている健康診査・がん検診

を無料で受けられます。

すべての健康診査	令和9年3月31日時点の年齢が70歳以上の上越市国民健康保険加入者または後期高齢者医療制度加入者(受診日時点)
すべてのがん検診(胸部CT検診は除く)	令和9年3月31日時点の年齢が70歳以上の人
特定健康診査	令和9年3月31日時点の年齢が40歳・50歳・60歳の市国民健康保険加入者
胃がん検診	令和9年3月31日時点の年齢が40歳の人
子宮頸がん検診	21歳(平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ)の女性
乳がん検診	41歳(昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生まれ)の女性

※特定健康診査、子宮頸がん検診、乳がん検診の無料対象者には、無料クーポン券をお送りしています。

●健康づくりポイント

健康診査やがん検診の受診、運動などの健康づくりに関するポイントを貯めて応募した人に、市温浴施設の入浴券(1回分)などをプレゼントします。



健康づくりポイント応募サイト

▶ 9月は新潟県自殺対策推進月間です

☎ 健康づくり推進課 (☎025-520-5841)

市では市民一人一人の命とところを守るため、自殺予防に取り組んでいます。
地域全体で「気づき・傾聴・つなぐ・見守る」活動を行っていきましょう。

気づき

「家族や仲間の変化に気づいて、声をかける」

・元気がない、落ち込んでいる、疲れている、食欲がない、眠れていない、身なりが整っていない、アルコール量が増えたなどの変化に気づく。

どうしたの、辛そうだけど…

最近眠れていますか



傾聴

「本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける」

・本人の考えや感じていることを尊重し、否定したり話をそらしたりせず、聴き役に徹しましょう。

それは辛いですね

大変だったね



つなぐ

「早めに相談窓口相談する」

・相談を受けたら一人で抱え込まず、身近な協力者とつながりましょう。

こんな相談先もあるけど、どうですか

付き添うから一緒に行ってみない?



相談窓口

見守る

「相談窓口につないだ後も寄り添いながら見守る」

いつでもそばにいるよ

気軽に相談してね



●無料相談窓口

	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 (祝祭日除く)	8:30～17:15
	●各総合事務所市民生活・福祉グループ	各総合事務所へ		
	●上越地域のいのちとこころの支援センター(上越保健所内)	025-524-7700		
	●上越地域振興局健康福祉環境部(上越保健所)	025-524-6132		
県	●新潟県こころの相談ダイヤル	0570-783-025 (ナビダイヤル なやみなしにいがた)	年中無休	24時間
	●新潟県精神保健福祉センター	025-280-0113	月～金曜日 (祝祭日除く)	8:30～17:00
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	年中無休	24時間
	●自殺予防いのちの電話	0120-783-556 (フリーダイヤル)	毎日 毎月10日	16:00～21:00 8:00～翌日8:00

▶ 9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	1日☉	10:00～12:00
	15日☉	13:30～16:00*
	20日☉	※火曜日は 15:30まで
	27日☉	
上越地域振興局	2日☉	13:30～15:30
(一財)上越環境科学センター	17日☉	10:00～11:30
上越市役所 木田第一庁舎	17日☉	10:00～11:30 13:00～15:30
県立上越テクノスクール ※同時実施:骨髄バンク登録会	18日☉	10:00～12:00 13:15～15:30

▶ 中東情勢の影響を受ける事業者などへの支援制度

☎ 産業政策課 (☎025-520-5729)

詳しくは



次の支援制度を受け付けています。詳しくは市ホームページの募集要領をご覧ください。
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。

項目	補助対象事業・補助率など	対象	受付期間
事業継続支援 緊急対策補助金	事業を継続するために実施する次の事業 ①代替原材料への切替え ②調達方法の見直し ③生産体制の転換 <補助率> 2分の1（補助上限額100万円）	市内に主たる事業所を有し、 市税などを完納している中小 企業者などや農林水産事業者 などを含む法人・個人	10月30日☎まで
事業継続支援 緊急対策支援金	事業を継続するために実施する次の休業など ①国への雇用調整助成金の計画届を提出する 休業など ②8月3日☎～10月30日☎の間の累計12日 以上の休業など <補助額> 1事業者当たり10万円	申請する時点において継続し て事業を行い、かつ、給付決 定後も事業を継続する意思を 有する中小企業者や農林水産 事業者などを含む法人・個人	
信用保証協会 保証料補助金 (中東情勢対策)	新潟県セーフティネット資金（経営支援枠） 「物価高騰等対策特別融資」を利用する際に、 信用保証協会に支払う信用保証料の全額	市内に事業所を有し、補助金 の交付をする時点で継続して 事業を行っている法人・個人	7月1日☎～令和9年 1月31日☎の間の融 資実行分

▶ 農作業事故防止に関するお願い

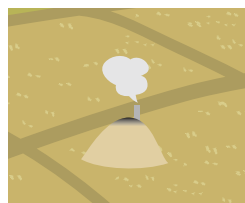
☎ 農業振興課 (☎025-520-5752)

● ストップ農作業事故

- 農作業事故の防止と安全作業の徹底に努めましょう。
- 適度に休息を取って作業しましょう。
- 農業機械でほ場に出入りするときは、勾配や段差に十分注意し、転倒や転落を防ぎましょう。
- 農業機械の点検は、必ずエンジンを止めてから行いましょう。
- シートベルト、ヘルメットの着用を徹底するとともに、早めにライトを点灯しましょう。
- 道路に土が落ちた際は、早めに取り除きましょう。
- 草刈機を使用するときは、保護具を必ず着用しましょう。

● 稲わら・もみ殻は^{がら}土づくりに

- 毎年、稲わらやもみ殻の焼却による煙の苦情が周辺住民から寄せられています。
- 稲わらやもみ殻は貴重な有機資源です。水田へすき込むなど土づくりに活用し、環境にも人にもやさしい米づくりに取り組みましょう。
- 乾燥やもみすり作業は、排出口の向きなどに注意して、周囲の迷惑にならないようにしましょう。



詳しくは



▶ キューピットバレイスキー場 お得なシーズン券を販売します

☎ キューピットバレイスキー場 (☎025-593-2041)

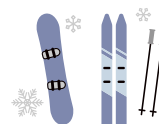
令和8年度のお得な割引シーズン券を販売します。

他平成16年4月2日～平成20年4月1日生まれの方は「スマイルシーズン券」として22,000円、平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの方は「スマイル18」としてシーズン中のリフト券が無料（身分証の提示が必要）

【シーズン券料金、販売期間】

対象	上越市民割 時9月1日☎～30日☎	早割 時10月1日☎～11月30日☎	定価 時12月1日☎以降
大人※	29,000円	35,000円	44,000円
中学1年生～高校2年生	15,000円	18,000円	22,000円
小学生	9,800円	13,000円	16,000円

※平成16年4月1日以前生まれの人



詳しくは



▶ 令和9年度4月入園 幼稚園・保育園・認定こども園の入園申し込みを受け付けます

☎ 保育園・認定こども園 = 各園または幼児保育課(☎025-520-5720)、幼稚園 = 各園または学校教育課(☎025-545-9244)

● 申込期間

保育園・認定こども園(2・3号認定):
9月1日⑩~10月31日⑪

幼稚園・認定こども園(1号認定):
9月1日⑩~各園で定めた期間

● 申し込み

第一希望の園で申込書類を受け取り、園へ直接申し込みしてください。

園一覧については、各園にある申込書類または市ホームページで確認してください。

なお、保育園と認定こども園(下表の2・3号認定の場合)の各定員を超えた場合は、市が選考を行

い、他の入園先をあつせんします。また、在園児の進級に伴い定員に達するクラスは、入園申し込みを受け付けられないことがあります。

● 利用のための認定(教育・保育給付認定)

保育園などの利用に必要です。

子どもの年齢と、認定こども園や幼稚園での教育を希望するか、保育園などでの保育を必要とするかによって1号・2号・3号の認定を行い、その区分に応じた施設を利用できます。

詳しくは、各園にある申込書類または市ホームページで確認してください。



詳しくは



● 施設の種類の教育・保育給付認定区分

認定区分 施設の種類の	3歳以上		3歳未満
	教育を希望 1号認定	保育が必要 2号認定	保育が必要 3号認定
保育園	—	○	○
認定こども園	○※	○	○
幼稚園	○※	—	—

※1号認定で保育を必要とする事由に該当する場合は、教育時間を超えた預かり保育料が無償となります。

※「保育を必要とする事由」に該当する場合でも、認定こども園・幼稚園の教育(1号認定)を受けることができます。

保育を必要とする事由

全ての保護者が、次の「保育を必要とする事由」のいずれかに該当することが必要です。

- ①月48時間以上の就労(育児休業中で令和9年5月1日までに職場復帰する人も含む)
- ②妊娠中(原則として産前8週(多胎妊娠は産前14週))であるか、産後8週以内
- ③保護者の疾病・障害
- ④同居または長期入院などをしている親族を常時介護・看護している
- ⑤災害復旧の期間中
- ⑥求職活動(起業準備を含む)
- ⑦就学(職業訓練校などにおける職業訓練を含む)
- ⑧虐待やDVから子どもを保護する必要がある

▶ ガス水道局などからのお知らせ

● 9月分の都市ガス料金

原料費調整制度による9月分の都市ガス料金(一般契約料金)は、4月~6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。

☎ ガス水道局総務課(☎025-522-5518)

使用量区分	1㎡当たりの単価(税込)
0~25㎡	142.68円
26~150㎡	139.62円
151㎡以上	136.92円

前月検針分に比べ1㎡当たり2.14円の値下げとなります。

※基本料金は変わりません。

● 11月30日⑩まで「ガスと暮らしの安心」運動を実施中

ガスを安心かつ快適にお使いいただけるよう、ガス設備やガス機器の使用および維持管理の方法をお伝えしています。



○ ガス安全・安心のポイント

- ・ガス機器の使用中は、必ず換気
- ・安心を見守る警報器の設置・交換
- ・古くなったガス機器は、安全型(不完全燃焼防止装置付きなど)に交換
- ・ガス機器とガス栓は、正しく接続
- ・敷地内に埋設されている古いガス管の入れ替え

☎ ガス水道局供給計画課(☎025-522-5515)

詳しくは



● 9月10日は「下水道の日」

~衛生的な暮らしを守り災害を防ぐ下水道~

○ 下水道の役割

①公衆衛生の向上…汚水を下水道管で処理場に運び、きれいな水に処理してから川や海に戻すことで、まちの衛生を保ちます。

②大雨による災害の防止…大雨による浸水被害を軽減するために雨水管や排水ポンプを整備し、雨水を排水しています。

○ 市民の皆さんへのお願い

・ 下水道の正しい使用

台所やトイレなどの排水管に、油や野菜くず、ティッシュペーパーなどの水に溶けないものを流すと、下水管の詰まりや機械の故障の原因になります。

・ 下水道への接続

下水道の整備が終わったら、おおむね1年以内(くみ取り式トイレを使用の場合は3年以内)に下水道への接続をお願いします。

・ 水害への備え

内水ハザードマップや排水路の水位情報を提供していますので、日頃からの備えに活用してください。

○ 下水道センターの施設見学・出前授業を随時受付中

総合学習などに活用してください。

☎ 汚水について = ガス水道局下水道課(☎025-522-5516)、雨水について = 雨水施設課(☎025-520-5795)、見学・出前授業について = ガス水道局下水道課下水道センター(☎025-543-6110)

詳しくは



▶ 上越市立図書館資料貸出配送サービスの利用登録申し込みを受け付けます

☎ 高田図書館 ☎025-523-2603

図書館への来館が困難な人への読書の機会を後押しするため、自宅などへご希望の図書館資料を無料で貸し出し配送します。配送サービスの利用を希望する人は、登録申請を行ってください。

詳しくは



対 象	市内に住所を有する人で、以下のいずれかに該当する人 ①身体障害者手帳または療育手帳を所持する人であって、来館が困難な人 ②市内の医療・福祉関連施設に長期入院または入所している人 ③民生委員、介護支援専門員または相談支援専門員が来館困難であると認める人 ④その他教育委員会が必要と認める人
貸出内容	所蔵資料10冊まで。31日間（配送の日数を含む期間）。 ※大きさなどにより貸し出しできない資料があります。
提出書類	○利用登録申込書 ○次のいずれか ・手帳の写し ・長期入院、長期入所証明書 ・来館困難証明書 ○図書館の貸出カード（お持ちでない人は、図書貸出カードの登録申請書） ※申込書などの様式は、図書館ホームページからダウンロードできます。
申請方法	登録申込書に必要事項を記入し証明の書類を添付の上、高田図書館（〒943-0835 本城町8-30）へ持参または郵送など



もよおし・講座

みなでつなごう なおえつ
うみまちアート2026

現代アートで地域の魅力を発信します。

作品展示やワークショップ、まちなかでのスタンプリーなどを通じて、直江津の歴史や文化、風土などの魅力を感じてみませんか。

時 9月6日①まで 所 直江津屋台会館ほか 問 なおえつうみまちアート実行委員会事務局（総合政策課内、☎025・520・5626）



国際経済・文化交流共同宣言
30周年記念事業
「友好交流フェスティバル」

上越市と中国・珲春市、韓国・浦項市による国際経済・文化交流共同宣言から30周年を記念したイベントです。

時 10月24日④午後1時（開場11時）
所 オールレインプラザ 定 500人程度（申込順）
費 一般1000円、小・中学生、高校生500円

申込順）
費 一般1000円、小・中学生、高校生500円

（未就学児は入場できません）

他 出演者 浦項市立合唱団、上越市民吹奏楽団、上越交響楽団

時 9月5日④からオールレインプラザでチケット販売

問 多文化共生課（☎025・520・5681）



やさしい日本語講座

簡単な日本語を使い、外国人にも分かりやすく伝える「やさしい日本語」について学んでみませんか。

時 9月26日④午後1時30分

所 市民プラザ 対 18歳以上の市民 定 40人（申込順）

講 堤伸子さん 申 問 9月4日

金 16日④の間に申し込み

フォームまたは多文化共生課

（☎025・520・5681、

unit-kyousei@cityjoetsu.

lg.jp）



拉致問題を考える写真パネル展

写真パネル展

拉致被害者および拉致の疑いがある特定失踪者の写真パ

ネルを中心に展示します。この機会に改めて、北朝鮮当局による拉致問題について考えましょう。

時 9月18日④10月4日④午前8時30分～午後10時 所 浦川原コミュニティプラザ 問



人権・同和対策室（☎025・520・5683）



じょうえつプライドフェス2026

性的マイノリティへの差別や偏見のない社会を求める市民パレードと音楽などのアトイベントです。

時 10月4日④（オープニング行事・市民パレード）午後1時30分～2時50分、にじい

る文化祭②午後3時～4時）

所 雁木通りプラザ 問 じょう

えつプライドフェス実行委員

会（☎090・4605・9

878）



お知らせ

男女共同参画推進センター講座
女性のためのこれからの人生設計講座
『私の人生の地図を描き直す』

自分の価値観や経験を整理し、これからの生き方や社会とのつながりを見つめ、自分らしい未来予想図を描いてみませんか。

時 9月26日(土)午後2時～4時
所 市民プラザ 定 30人(申込順)
講 五十嵐郁代さん(植物療法士、終活カウンセラー)
申 9月4日(金)以降に男女共同参画推進センター(☎025・527・3624)

保育ルームあり 対 6カ月以上
就学前 定 3人(申込順)
申 9月15日(火)まで

バスの日フェスタ2026



9月20日の「バスの日」にちなみ、路線バスの展示(運転席で記念撮影可)、バスの車体へのぬり絵、保育園児が描いたバスの絵の展示などを行います。

時 9月19日(土)午前10時～午後3時
所 直江津ショッピングセンターエルマール 関 交通

もよおし・講座

政策課(☎025・520・5633)

●ワンコインバス乗車体験
キャンペーン

フェスタ当日は、市内の路線バスなどが乗車1回あたり100円(小学生50円、市営バスは未就学児無料)で利用できます。

対 頸城自動車(株)・くびき野バス(株)・頸北観光バス(株)・頸南バス(株)・東頸バス(株)が運行する市内の路線バス、大島・板倉・名立の各区内を運行する市営バス(フェスタ当日に運行する路線のみ) ※高速バス、佐渡汽船連絡バス、観光バスは除く
関 頸城自動車(株)(☎025・543・3178)
または交通政策課(☎025・520・5633)



長野市で環境について学ぼう

長野市の子どもたちと一緒に、川と海のつながりや自然

募集

環境と私たちの暮らしの関わりについて学びます。

時 10月3日(土)午前8時～午後5時
所 戸隠地質化石博物館、茶臼山動物園(集合・解散上越市役所)
対 小学4～6年生、中学生 定 20人(抽選)
費 50円(保険料) ※昼食持参
申 9月23日(火)・(水)までに二次元コードから 関 環境政策課(☎025・520・5689)



秋の柿崎海岸清掃・植物観察会

希少な海岸植物が多く生育する柿崎海岸は、市の「自然環境保全地域」です。一方で、海岸に漂着する多くのプラスチックなどのごみや、外来植物であるアメリカナシカズラの繁殖によって、在来植物の生育が妨げられています。

ごみ拾いや外来植物の駆除を行いながら海岸環境を守り、清楚に咲くウツランの群落などを鑑賞しませんか。

時 10月11日(日)午前8時～10時
※少雨決行 所 柿崎海岸(集合場所 柿崎漁港駐車場)
他 持ち物 長靴、軍手(ごみ

無料相談

袋とトングは主催者が用意) 関 自然環境見守り隊の吉田さん(☎080・5063・6562)



高齢運転者のための交通安全教室

高齢運転者が今後も安全に運転を続けられるように、交通状況を再現した動画を見ながら行う危険予測体験や、安全運転サポート車の試乗体験などを行います。

時 10月18日(土)午後1時30分～3時
所 春日謙信交流館 対 市内在住の運転免許をお持ちの65歳以上の人とその家族 定 50人(抽選)
申 9月30日(火)までに市民安全課(☎025・520・5661)



第43回不動産フェア

時 9月19日(土) 所 無印良品直江津 Open M U J I 関(公社)新潟県宅地建物取引業協会の中島さん(☎025・247・1177、✉ nakajima.y@nigata-taken.or.jp)

●無料相談コーナー

不動産・空き家・融資に関する無料相談を受け付けます(1件30分程度、事前予約も可)。

時 午前10時～午後5時

●ミニセミナー

不動産をテーマとしたセミナーです。

時 午前11時～午後3時30分

●空き家・売家などの物件展示

時 午前10時～午後5時

くるみ家族園イベント湯

所 くるみ家族園(☎025・544・7440) 時 ヒノキの湯 9月6日(日)、コスモスの湯 9月23日(水)・(木)のいずれも午前10時～午後9時

費 一般500円、小・中学生250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)

司法福祉研修2026
あきらめない、背を向けない。
みんなでつくる「帰ってこられる居場所」

少年院や刑務所にいた人が、安心してこの地域へ帰ってくため、また、受け入れる側も安心して「おかえり」と言えるように、地域住民一人一人ができること、司法と福祉と医療ができることなどを一緒に考えましょう。

時10月30日(金)午前11時～午後5時、31日(土)午前9時30分～午後1時(全2回、各回参加も可) **所**ミューゼ雪小町(あすとぴあ高田5階) **定**各100人(申込順) **申**9月5日(土)以降に二次元コードから **問**県地域生活定着支援センター(☎025・281・6010)



赤十字幼児安全法支援員養成講習会

子どもを大切に育てるために、乳幼児に起こりやすい事故の防止とその手当て、かかりやすい病気とその症状に対する看病の知識と技術を学びます。

時10月3日(土)、4日(日)午前9時～午後5時(全2回) **所**市民プラザ **対**15歳以上 **定**20人(申込順) **費**2200円 **申**9月4日(金)～14日(日)の間に日赤新潟県支部ホームページまたは福祉課(☎025・520・5693)



言語の壁を越える交流会「ブルーヴォイセス」

身体機能の違いや言語の壁を越えた交流を目的としたマルシェを開催し、会場に手話通訳者を配置します。日没後には、手話言語への理解促進を目的として、春秋会館を青く照らすブルーライトアップを実施します。

時9月23日(水)・(木)午後3時～8時 **所**高田城址公園 **問**合同会社クロスアーツプロジェクト(☐seventh.heavens.info@gmail.com)

ちめいどう祭り2026

地域の皆さんの健康増進、介護のお悩みなどにお答えするイベントです。
「風、薫る」のモチーフ大

関和と知命堂の歴史の展示のほか、イベントステージ、フリーマーケットなども予定しています。

時9月12日(土)午前9時30分～午後1時30分 **所**知命堂病院 **問**知命堂病院総務課(☎025・523・2161)



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、一緒にお話をしませんか。

時10月14日(水)、22日(土)いずれも午前10時～正午 **所**スターバックスコヒー上越店(下門前) **定**各15人(申込順) **費**無料(飲み物は各自店内で購入) **申**9月4日(金)～開催日前日の間にリボン地域包括支援センター(☎025・530・7802)



地域の居場所「ふらっとカフェ」

「ちよつと誰かとおしゃべりしたいな」そんな時にふらっと立ち寄れる地域の居場所です。暮らしのこと、これからのこと、最近あったうれしかったことなど、一緒にお話をしませんか。

時9月24日(土)午前10時30分～正午 **所**スターバックスコヒー高田城址公園店 **費**無料(飲み物は各自店内で購入) **問**地域包括支援センターたかだ(☎025・526・1155)、高田の郷地域包括支援センター(☎025・521・5133)、センター病院地域包括支援センター(☎025・527・3880)



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9月19日(土)午後1時30分～3時30分 **所**市民プラザ **費**200円 **問**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)



令和8年度若くして認知症になられた方の家族教室

家族が認知症と診断された時の対応方法を専門職から学ぶとともに、日々の疑問や悩みを語り合います。

時①9月9日(水)・角徳文医師による認知症のおはなし、②10月6日(土)・診断は支援の始まり、③11月5日(木)・がんばりすぎない！ いずれも午後1時30分～3時 **所**高田西城病院 **定**各10人程度(申込順) **問**9月4日(金)～各開催日前日の間に高田西城病院認知症疾患医療センター(☎090・7801・7533)

お知らせ

もよおし・講座

募集

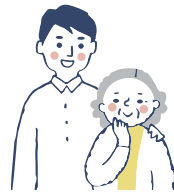
無料相談

お知らせ

おはなし会とワークショップ
「認知症ってなあに？」

親子で認知症を考えるきっかけになるよう、認知症をテーマにした絵本の読み聞かせと絵本にちなんだワークショップを行います。

時 9月5日④午前11時～11時40分 所 直江津学びの交流館
直江津図書館（☎025・545・3232）



詳しくは



上越市老人クラブ連合会
シニア歴史さんぽ

新潟水俣病資料館や旧昭和電工(株)鹿瀬工場跡地の見学、語り部の講話を通して、新潟水俣病の歴史や現状を学びます。

時 10月7日⑥（マルケーバスセンター）午前7時45分発、午後7時頃着 所 バス乗車場所 上越大通り、山麓線、高田駅前案内所、直江津駅北口バス停など 定 60歳以上の市民 定 30人（申込順） 費 1万3千円 申 9月4日④

もよおし・講座

25日⑤の間に、頸城自動車（☎025・543・4280）

詳しくは



県立中央病院
市民がん公開講座

乳がん治療の現状などについて、専門医などの立場から分かりやすく講演します。

時 9月26日④午後1時30分～3時30分 所 県立看護大学
県立中央病院がん相談支援センター（☎025・522・7711）

健康マージャン大会
in 上越

「賭けない、飲まない、吸わない」を合言葉に、認知機能の向上や社会参加の促進に効果が期待される、健康マージャン大会です。

時 10月17日④午後0時30分～4時30分 所 無印良品直江津 Open M U J I 定 20歳以上の市民 定 60人（申込順） 他「上越市と明治安田生命保険相互会社との健康増進に関する連携協定」に基づき開催します 申 9月7日④以降の平日（午前9時～午後5時）

募集

に明治安田生命長岡支社（☎0258・35・1426）

詳しくは



県立看護大学看護研究交流センターのもよおし

所 県立看護大学 申 県立看護大学看護研究交流センター（☎025・526・2822）

上越地域看護研究発表会・看護研究センター地域課題研究報告会

上越地域の医療機関や地域に所属する看護職員が取り組んだ看護研究の発表や実践報告を行います。

時 10月17日④午後0時30分～4時 定 80人（申込順） 申 9月4日④～10月14日④の間に問い合わせ先

看護職学習支援公開講座

患者の急変を「起きる前に見抜く」ための視点を学びます。

時 10月24日④午後1時30分～4時 所 県内の看護職従事者 定 80人（申込順） 費 千円 申 9月16日④～10月14日④の間に申し込みフォームから

無料相談

にいがた・技のにぎわい
フェスタ2026

熟練技能士などによる製作実演やものづくり体験教室など、新潟のものづくりを遊んで学べる一日です。

時 9月27日④午前10時～午後3時30分 所 新潟市万代島多目的広場 問 にいがた・技のにぎわいフェスタ実行委員会（☎025・283・2155）

障がい者合同就職面接会

上越地域で就職を希望する障害のある人と企業との就職面接会です。

時 10月5日④午後1時30分～4時 所 上越勤労身体障害者体育館 申 9月4日④以降にハローワーク上越（☎025・523・6121、音声ガイダンスの後に42#） 他 手話通訳者あり



第3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てみませんか。

時 9月12日④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・4690）

詳しくは



正善寺工房「体験教室」

申 問 申し込み方法や定員など詳しくは、正善寺工房（☎025・523・0621）

ビーズ教室

時 9月11日④午後1時30分～2時50分 費 2500円

竹灯籠教室

時 9月12日④午前10時～12時 費 3000円

中華ちまき作り教室

時 9月15日④午前10時～12時 費 1800円

地場野菜料理教室

時 9月29日④午前10時～12時 費 1800円

おやき作り教室

時 10月6日④午前10時～12時 費 2000円

詳しくは



姉妹都市と上越市の 観光と物産展

姉妹都市と上越市の特産品の販売や観光PRなどを行います。

時 10月3日④午前10時～午後5時、4日④午前10時～午後4時 所 直江津屋台会館 他 参加都市 長野県上田市、山形県米沢市、静岡県静岡市、北海道岩内町、佐渡市、東京都荒川区 ※参加都市が変更になる場合があります 関 上越観光コンベンション協会(☎025・543・2777)

詳しくは



観光ボランティアガイド 養成講座

観光案内やPRを行う観光ボランティアを養成します。

時 10月9日④、15日④、22日④、11月6日④、21日④、27日④(全6回を予定) 所 直江津屋台会館ほか 対 上越市の観光や歴史に興味のある人 費 無料(現地研修は費用別途) 申 問 メールまたははがき、ファクシミリに「観光ボランティア養成講座受講希望」と明記

の上、住所、氏名、年齢、電話番号、ファクシミリ番号(有りのみ)を記入し、9月30日④までに、(公社)上越観光コンベンション協会(〒942・0004 西本町4・18・12、☎025・543・2777、FAX 025・545・1113、jica@joetsu.ne.jp)

上越ジュニア音楽クラブ 活動発表会

小学2年生～中学3年生の子どもたちが、4月から積み重ねてきた練習の成果を、講師や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。子どもたちの成長と音楽の魅力あふれるステージをぜひお楽しみください。

時 9月27日④午後1時30分～2時30分 所 ワークパル上越 他 子どもたちが使用する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 関 上越ジュニア音楽クラブの綿貫さん(☎025・530・8013)

放送大学新潟学習センター 公開講演会

「地域づくりとウェルビーイング」地域住民の健康が社

会課題を解決する!」をテーマに講演します。

時 9月27日④午後2時～3時30分 所 直江津学びの交流館 定 50人(申込順) 申 問 9月4日④午前10時～23日④⑤の間に、電話またはホームページから直江津図書館(☎025・545・3232)

録音図書体験会

専用の再生機器やパソコンを使って、録音図書を実際に聴いてみます。

時 9月12日④午前10時～正午、午後1時30分～3時30分 対 活字による読書が困難な人 所 関 高田図書館(☎025・523・2603)



じょうえつ歴史講座

●出土品の展示・展示案内編 「頸城区のお宝」

頸城区の出土品の展示を案内します。案内終了後、参加

者同士の語り合い(希望者のみ)を行います。

時 9月5日④午前10時～10時30分、語り合い 午前10時30分～11時 所 ユートピアくびき希望館 関 文化行政課(☎025・545・9269)



上越市スポーツ協会の もよおし

詳しくは、総合体育館、各総合事務所、教育プラザなどにある募集案内またはホームページをご覧ください。

申 問 (一財)上越市スポーツ協会(☎025・525・4119)

●秋季スポーツ教室

健康体操や健康トランポビクス、ストレッチヨガなどの教室を開催します。

時 9月～12月(全10回) 所 総合体育館など 定 各教室10人(抽選) 費 8千円 申 9月4日④まで

●第56回上越市民スポーツ祭

9月から11月にかけて、競技種目別の大会やスポーツイ

ベントを開催します(事前の申し込みが必要)。

ワークパル上越の もよおし

関 ワークパル上越(☎025・545・5111)

●「マイチャレンジ講座」後期 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 申 9月7日④以降(午前9時～午後5時)に電話、問い合わせ先窓口またはホームページ

○ソフトヨガ講座

時 9月25日～11月20日の間の毎週金曜日(10月30日を除く全8回) 午後6時～7時 費 6200円 関 永井将也さん

定 10人(申込順)

○アップルパイ教室

時 9月30日④午前9時30分～11時30分 費 2500円 関 保阪さおりさん 定 12人(申込順)



お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

お知らせ

第48回動物愛護フェスティバル

動物愛護に関する展示などを行うほか、飼い主自慢のペットの写真を募集し、優秀作品には賞品を進呈します。

●実施委員会事務局（県上越動物保護管理センター内、〒943・0812 中正善寺1340、☎025・525・9263）

●フェスティバル

時 9月23日④・⑤午前11時～午後3時 所 直江津屋台会館

●ペット写真の募集

他1世帯につき1枚まで。サイズはL判（横） 申請い主の氏名、住所、電話番号、ペット名を記載したものを添えて、9月7日④（必着）までに郵送で問い合わせ先へ



上越教育大学公開講座

講座日程や申込受付期間など、詳しくはホームページをご覧ください。

●9月申し込みの公開講座

①陶芸講座「ロクロで器をつくろう」、②英語の絵本を楽しむ：日英語比較の見地から、

もよおし・講座

③楽しい基礎パルクール教室
対①②中学生、高校生、一般、
③小学5・6年生、中学生
費①高校生以下3100円、
一般6200円 ②高校生以下2600円、一般5200円
③2600円 申問メール、ファクシミリまたはホームページから上越教育大学研究連携課（☎025・521・3665、FAX025・521・3621、✉chiki@juen.ac.jp）
詳しくは

「腰痛タイプ別セルフケア」講座

理学療法士から、腰痛の原因や予防運動を学びます。
時 10月17日④午前10時～11時
費 千円 定 40人（申込順）
講 金子高澄さん（Health Cool Creation）
所 申問 9月4日④以降に謙信公武道館（☎025・520・8897）

「心の扉が開く対話力」研修会

温かい聞き方や心に届く話し方のコツを学び、良質な話し合いを導く「対話力」を磨く連続講座です。

募集

時 所 初月講座Ⅱ①9月27日④午前10時～正午、市民プラザ
②9月27日④午後2時～4時、オンライン
③9月30日④午前10時～正午、オンライン（選択制） 定 各回10人（申込順）
費 1講座あたり一般1000円、学生500円 他 10月以降の日程は初月講座の際にお伝えします（毎月開催の3回から選択） 申問 9月5日④以降、各回開催前日までに対話絆塾の北川さん（☎09・4248・9675）
詳しくは

きのこ講習会

きのこ採取や鑑別講習会を行います。

きのこ汁は提供しますが、昼食は持参してください。荒天の場合は採取を中止し、講習会のみ行います。

時 10月14日④午前10時～午後2時 所 ニクタナバーベキューガーデンエリアB（岩木） 定 100人（申込順）
費 3000円 講 滝沢博さん（一社）日本菌学会会員）
申問 9月14日④以降に上越食品衛生協会事務局（☎025・523・1195）

無料相談

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 10月18日④午前9時～正午 所 上越地域消防局 定 20人（申込順） 申問 9月28日④～10月4日④の間に上越消防署（☎025・544・0119）



女性のためのやさしい写真教室

カメラの知識と撮影技術を学ぶ、初心者向けの教室です。

時 9月19日④、10月3日④、17日④、25日④、11月7日④、21日④の午前9時～正午（全6回） 所 オーレンプラザほか 対市内に居住または通勤・通学している人 定 20人（申込順） 費 2500円 申市

内公共施設またはホームページにある申込用紙に、住所・氏名・年齢・連絡先・使用するカメラの種類（一眼レフ・コンパクト）を記載し、9月4日④～12日④の間に上越写真連盟の宮内さん（☎09・03648・0287、FAX025・533・5606、✉miyanao5630@gmail.com）

▶くわどり市民の森のもよおし

申 問 くわどり市民の森管理棟(☎090-5775-1208)

●秋の植物観察会

秋の植物を観察しながら、仲秋の森を散策します。

時 10月4日⑨午前9時～午後3時30分 所 くわどり市民の森(くわどり湯ったり村駐車場集合) 講 谷友和さん(上越教育大学准教授) 対 一般(小学生以下は保護者同伴) 定 20人(申込順) 費 500円(未就学児無料) 申 9月5日④～10月1日⑥

●9月のクラフト「森のランプシェード」

木の枝や木の実を使ってランプシェードを作ります。

時 9月の土・日曜日、祝日 午前10時～午後3時30分 所 くわどり市民の森管理棟 対 一般(小学生以下は保護者同伴) 費 500円(未就学児無料) 他 湯ったり村から管理棟まで、休日のみ午前10時～午後3時の1時間ごとに、無料送迎バスあり



詳しくは



▶上越市立水族博物館「うみがたり」のもよおし

問 上越市立水族博物館(☎025-543-2449)

●エコもっとFree

うみがたりのスタッフと一緒に海岸清掃活動を行う環境学習プログラム。マイクロプラスチックの採取や漂着物の解説のほか、それらが与える生きものへの影響についても学びます。

時 9月6日⑨午前8時～(30分程度) 所 船見公園

●企画展「ひやっと海のおばけ展」

生きものと「ひやっと」するおばけを重ねて特別解説パネルで紹介。来館者の知的好奇心をくすぐりながら、深海生物の生態や魅力を紹介する、ひんやり楽しめる展示です。深海の水温を体感できる特別水槽で「ひやっと」体験もできます。



時 9月23日⑥・⑦まで 所 水族博物館

●開館時間変更のお知らせ

開館時間を変更し、より長い時間ご利用いただけます。

時 9月19日④～23日⑥・⑦ 午前9時～午後6時 所 水族博物館

第11回「フォトクラブ和」写真展

会員12人による約40点の写真作品をご覧ください。

時 9月18日⑤～20日⑨ 午前10時～午後6時(20日⑨は午後5時まで) 所 小川未明文学館 問 フォトクラブ和の野俣さん(☎025・526・7602)



第13回「写真倶楽部F6」写真展

「港」をテーマとした写真を展示します。

時 9月10日⑤～13日⑨ 午前10時～午後6時(10日⑤は午後1時30分、13日⑨は午後5時まで) 所 小川未明文学館 問 写真倶楽部F6の大坪さん(☎090・4944・6824)



上越ふれあい混声合唱団秋のコンサート

混声合唱ならではのハーモニーで、おなじみの曲やポップスなどをお届けします。ゲストとして、新井混声合唱団・フラダンス「レイナニプルメリア」も出演予定です。

時 9月19日④午後1時30分～4時30分(開場④午後1時) 所 オーレンプラザ 他 指揮④金子央さん、ピアノ④岩船杏子さん 問 上越ふれあい混声合唱団の丸山さん(☎080・5524・3318)

6652・3240

フルートアンサンブルオレイン 第19回ラングサムコンサート@ミニ

フルートの美しい音色のアンサンブルを、ゆったりとした気分でお楽しみください。

時 10月4日⑨午後2時(開場⑨午後1時30分) 所 上越文化会館 他 演奏曲目⑨花の街、浜辺の歌、みかんの花咲く丘ほか 問 フルートの米山さん(☎025・524・3318)



▶ こどもセンターのもよおし

〒025-525-0355 オーレンプラザこどもセンター

●見つけよう わたらしい子育て(全6回)

子育ての関心事や気になる事など、自分たちで考えたテーマを話し合います。

時 9月25日～10月30日の毎週金曜日、午前10時～正午 所 市民プラザ 対 3歳までの子どもの保護者で全6回参加できる人 定12人(抽選) 申 9月11日までに問い合わせ先または二次元コードから

保育ルームあり 対 6カ月以上～就園前 定12人(抽選)



●シンママカフェ

子育てや仕事の悩みなど、同じ立場のシングルマザー同士で気軽におしゃべりしましょう。弁護士のミニ講座(離婚後でも決められることなどの話)や参加者同士の情報交換タイムがあります。



時 9月26日④午前10時～正午 所 市民プラザ 対 シングルで子育て中の女性 定15人(抽選)

申 9月11日④までに問い合わせ先または二次元コードから

保育ルームあり 対 6カ月以上～就学前 定10人(抽選)



●ママのコミュニケーション力アップ講座(全3回)

子育て中の悩みなどを身近な人に伝えるコツを学びませんか。

時 10月6日④、19日⑤、28日⑥午前10時～正午 所 市民プラザ 対 子育て中の人で全3回参加できる人(6カ月以上のお子さんは同席できません)

定30人(抽選) 申 9月22日④・⑤・⑥までに問い合わせ先または二次元コードから

保育ルームあり 対 6カ月以上～就園前 定30人(抽選)



▶ 第55回上越市美術展覧会

〒025-545-9254 上越市美術展覧会事務局(社会教育課内)

日頃の創作活動を通じて制作した、多彩な作品を展示します。

時 10月4日④～12日⑤・⑥午前10時～午後6時(最終日は午後4時まで) 所 ○オーレンプラザ = 日本画部門、洋画・版画部門、彫刻・立体造形部門、工芸・グラフィックデザイン部門 ○ミューゼ雪小町(あすとぴあ高田5階) = 書道部門、写真部門



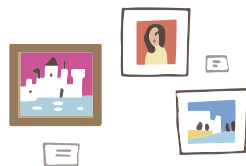
●表彰式・開場式

時 10月4日④午前9時20分～ 所 オーレンプラザ

●作品鑑賞会

各展示会場で、部門別に運営委員が説明します。(1時間程度)

時 10月4日④午後1時30分～(日本画部門)、午後2時30分～(洋画・版画部門)、10月10日④午後1時30分～(書道部門)、午後2時30分～(写真部門)、10月11日④午後1時30分～(工芸・グラフィックデザイン部門)、10月12日⑤・⑥午前11時～(彫刻・立体造形部門)



同時開催

●第65回新潟県児童生徒絵画・版画コンクール 受賞作品の展示

時 9月27日④～10月12日⑤・⑥午前10時～午後6時(最終日は午後4時まで) 所 オーレンプラザ

関連イベント

●筑波進の〈世界〉展

長年にわたり運営委員長や顧問として市展運営に携わった筑波さんの作品を展示します。9月20日④午後2時から、筑波さんによるギャラリートークを行います。

時 9月18日④～21日⑤・⑥午前10時～午後5時(21日⑤・⑥は午後4時まで) 所 ミューゼ雪小町

お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

▶ 小林古径記念美術館のもよおし 企画展「小杉放菴展」^{ほうあん}

所 申 問 小林古径記念美術館 (☎025-523-8680、✉ kokei-koza@city.joetsu.lg.jp)

小杉放菴は栃木県日光市に生まれ、油彩画と日本画の両面で活躍し、短歌もこよなく愛しました。戦後は赤倉(現・妙高市大字田切)の山居「安明荘」に暮らし、妙高の自然の中で創作を続け、高田をたびたび訪れて上越市ゆかりの文化人とも交流を深めました。本展では、放菴の初期から晩年までの作品に加え、短歌や関係資料も併せて展示し放菴の多彩な魅力を紹介します。



小杉放菴「金太郎遊行」
栃木県立美術館蔵

時 10月10日④～12月6日④午前9時～午後5時、休館日は月曜日(祝日の場合はその翌日) および祝日の翌日 費 一般700円、小・中学生、高校生350円 ※未就学児および市内の小・中学生は入館無料 申 トークイベント、ワークショップいずれも9月15日④午前9時からメール・電話で受け付け(申

込順)。メール文面に①イベント名、②氏名、③電話番号、④高校生以下は学年を記載

●トークイベント「小杉放菴を語る」

小杉放菴の孫で油彩画家として活躍する小杉小二郎氏から、祖父・放菴のことなどをインタビュー形式でお聞きます。

時 10月10日④午後2時～3時 対 定 一般(中学生以上)50人 費 入館料が必要 講 小杉小二郎さん(油彩画家)

●ワークショップ「好き漉き！手すき和紙！」^す

小杉放菴の作品にちなみ、手すき和紙の体験を行います。

時 11月7日④①午前10時～11時30分、②午後1時30分～3時 対 定 ①小学生20人、②一般(中学生以上)20人 費 1,000円 講 今井千尋さん(小国和紙生産組合紙すき職人)

●学芸員による作品鑑賞会

時 10月24日④、11月21日④午後2時～3時 費 入館料が必要

詳しくは



▶ 上越科学館のもよおし

申 問 上越科学館 (☎ & FAX 025-544-3939)

●第32回上越こども発明工夫・模型・工作展、第1回上越おとなの模型・工作展(同時開催)

創意工夫あふれる作品を一堂に集めて展示します。

時 9月12日④、13日④午前9時～午後5時 所 カルチャーセンター(有田地区公民館)

●上越科学館標本作品展

夏休みに市内の小・中学生が制作した植物や昆虫などの標本を一堂に展示します。

時 9月19日④～10月4日④午前9時～午後5時(最終入館は午後4時30分) 所 上越科学館 費 入館料が必要



●ブナ林探検教室

～秋の信越トレイルと茶屋池を歩こう～

信越トレイル(板倉区関田峠～鍋倉山)、茶屋池周辺をブナ林などの自然を探検しながら観察します。

時 10月18日④午前7時30分～午後4時30分(予定) 所 信越トレイル・茶屋池(科学館集合後バスで移動します) 定 20人(抽選) 対 小学生以上(小中学生は保護者の同伴が必要) 費 小・中学生500円、高校生以上800円 申 10月3日④まで 他 天候・トレイルの状況によりコースを変更する場合があります



詳しくは



▶ 上越文化会館のもよおし

所 申 問 上越文化会館 (☎025-525-4103)

●映画「ぼくが生きてる、ふたつの世界」

上越上映会

母に背を向け、故郷を離れたぼく——。繊細に紡がれる、きこえない母ときこえる息子、そしてあなたの物語。



他監督＝呉美保、主演＝吉沢亮、脚本＝港岳彦 時 9月13日①午前10時30分開演、②午後1時30分開演 費前売券＝一般・シニア・大学生 1,200円、当日券＝一般・シニア 1,500円、大学生1,300円、小中高生800円（チケット発売中）

●椎名豊

Yutaka Shiina Inspired Swing Special Quartet

世界で活躍する上越市出身のピアニスト椎名豊が、

スペシャルメンバーを率いてのライブ。

時 11月3日①・②午後3時開演 費一般6,000円、学生3,000円 ※当日券500円増（全席自由、チケット発売中）

●牧阿佐美バレエ団「くるみ割り人形」

チャイコフスキー作曲の音楽と心温まるストーリーが世界中で愛される名作。新潟県出身の小池京介（王子役）、齋藤のか（雪の女王役）も出演。



時 12月5日①午後2時開演 費一般S席6,000円、A席5,000円、U25＝S席3,000円、A席2,500円（全席指定、チケット発売日＝9月6日①午前9時）※4歳未満入場不可

▶ 社会福祉協議会のもよおし

申 問 上越市社会福祉協議会地域福祉課 (☎025-526-1515、FAX025-526-1230)

●訪問型サービスB有償ボランティア養成講座

高齢者を対象に市が行う訪問型の生活支援サービス（話し相手や安否確認、家事援助）を担う有償ボランティアを養成します。



時 9月10日①午前9時30分～正午 所 レインボーセンター 申 9月9日①まで

●認知症を知ろう～認知症サポーター養成講座～

認知症に関する正しい知識や対応の仕方について学びます。

時 所 ①10月2日②午後6時～7時30分・無印良品直江津 Open MUJI ②10月7日③午後2時～3時30分・五智歴史の里会館 定 各20人（申込順） 申 ①9月18日②～10月1日③ ②9月18日④～10月6日⑤

詳しくは



●令和8年度 手話体験講座

初心者向けの講座です。

時 ①10月4日②午後2時～4時、②10月24日③午前10時～正午※いずれも同じ内容 所 市民プラザ 対 18歳以上の市民 定 各回10人（抽選） 申 ①9月24日④まで、②10月13日⑤まで



詳しくは



●語り、学び、つながろう 認知症の人への接し方

認知症の人のご家族や支援している人が、認知症の症状に合わせた対応方法を理解するための講座です。

時 10月9日①、11月2日②【昼の部】各日午後1時30分～3時 【夜の部】各日午後6時～7時30分（原則両日、昼・夜いずれかを受講） 所 市民プラザ 定 各10人（申込順） 申 9月4日③～各開催日の前日まで

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

稲作、園芸、畜産の知識や技術を専門的なカリキュラムの下で学ぶことができます。修業年限は、2年間です。ま

新潟県農業大学校
令和9年度の入校生

募集

た、1年間の研修で農業技術や経営を学ぶ、農業大学校研修センターの研修受講生も募集しています。
☎ 新潟県農業大学校 (0256・72・0133)



北陸新幹線
停車駅都市

富山県高岡市

からのお知らせ

いちばまち
市場街2026

高岡のものづくりを支える職人やアーティストが主役となり、伝統工芸、クラフトやアートの魅力を発信するものづくりの総合イベント「市場街」が歴史的なまちなみで開催されます。



クラフトの販売や体験、フード・ドリンクが楽しめるマルシェ「ものの市」、工房を巡り、職人技を間近で感じることのできる「オープンファクトリー」、期間限定の絶品グルメを巡る「味趣の乱」など、多彩なイベントが楽しめます。

時 9月18日(金)～20日(日) 所 高岡市中心市街地ほか 高岡市文化国際課 (0766-20-1452)



2027年
「灯の回廊」ポスター写真

灯の回廊をPRするため、ポスターやパンフレットなどに使用する写真を募集します。市ホームページを確認の上、必要事項を記載し、応募する写真を添付して、メールで送信してください。

時 9月23日(水)・祝まで 申問 観光推進課 (0255・520・5741、kankousuishin@cityjoetsu.lg.jp)



音声ガイドに挑戦する
高校生

高校生が展示作品の音声ガイド収録に挑戦します。美術館について学んだ後、アナウンサーからナレーションの指導を受け、12月に収録を行います。

時 11月1日(日)、3日(火)・祝、12月12日(土)の午前9時30分

直江津の魅力
写真コンテスト作品

「撮って発見 直江津の魅力」をテーマに作品を募集します。撮影地は直江津区内に限りません。詳しくは、募集のチラシや上越写真連盟のホームページをご覧ください。



午後3時(12月のみ正午まで) 所 上越市内の高校生 定 5人(抽選) 講 舟倉薫さん 申 9月12日(土)～10月12日(月)の間にメールで①イベント名、②氏名、③電話番号、④高校名と学年を記載し問い合わせ先へ 所 小林古径記念美術館 (0255・523・8680、kokei-koza@cityjoetsu.lg.jp)

他 サイズはワイド四つ切りで、応募は一人3点まで 申 11月15日(必着) までに上越写真連盟事務局(〒943・0602 牧区平方410)に郵送 上越写真連盟の宮内さん(090・3648・0287、miyanao5630@gmail.com)



▶ 有償ボランティア(スケッター)の登録者

市と(株)プラスロボは介護人材確保に関する連携協定を締結し、幅広い人材が介護を支える仕組みを作るため、介護事業所と支援したい人をつなぐマッチングサービス「Sketter (スケッター)」を活用した有償ボランティアを募集します。

身体介助以外の業務をお手伝いいただくため、資格や経験は不要です。

時10月1日④以降 他お手伝い後の謝礼金あり 申スケッターのホームページから 問高齢者支援課 (☎025-520-5704)



県内初の取り組み



▶ 令和8年度 自衛官

申 問 自衛隊新潟地方協力本部高田地域事務所 (☎025-523-5519)

詳しくは



種 目	資 格	試験期日	試験会場	受付期間
防衛大学校学生 (推薦)	18歳以上21歳未満の人 高卒(見込み含む)または高専3年次修了(見込み含む)で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人	9月19日④~20日④	防衛大学校	9月5日④~8日④
防衛大学校学生 (総合選抜)	18歳以上21歳未満の人(自衛官は23歳未満) 高卒者(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)	1次 9月19日④ 2次 10月24日④、25日④	受付時にお知らせ 防衛大学校	9月5日④~8日④
防衛大学校学生 (一般)		1次 10月31日④ 2次 11月27日④~12月2日④のいずれか1日	高田地域事務所 ※1 朝霞駐屯地(東京都)	10月15日④まで
陸上自衛隊 高等工科学校生徒 (推薦)	男子で中卒(見込み含む)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人	令和9年1月9日④~11日④・④のいずれか1日	受付時にお知らせ	10月1日④~11月27日④
陸上自衛隊 高等工科学校生徒 (一般)	男子で中卒(見込み含む)17歳未満の人	1次 令和9年1月23日④、24日④のいずれか1日 2次 令和9年2月11日④・④~14日④のいずれか1日	高田地域事務所 ※1 受付時にお知らせ	10月1日④~令和9年1月14日④
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)、修士課程修了者等(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 修士課程修了者等(見込み含む)	1次 10月10日④ 2次 11月21日④~25日④	高田地域事務所 ※1 受付時にお知らせ	9月1日④~25日④ ※2
幹部候補曹	20歳以上33歳未満の人	1次 10月10日④ 2次 11月21日④~25日④	高田地域事務所 ※1 受付時にお知らせ	9月1日④~25日④ ※2

※1 受験人数次第で変更になる場合があります。

※2 採用予定人員数の採用が見込まれる場合は、試験を実施しません。

各種 無料相談

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



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 ① 9月8日④・建築住宅課
と ころ ② 18日④、24日④・市民プラザ
いずれも午後1時~5時

予 約 建築住宅課
問 合 せ (☎025-520-5786)

要
予約

住宅相談会

耐震改修、新築・増改築、修繕工事、
克雪住宅など住まいに関する相談
(相談内容の事前連絡を推奨)

と き 9月12日④午前10時~午後
と ころ 4時・市民プラザ

予 約 上越市地域住宅相談所事務局
問 合 せ (☎080-3363-7300)

予約
不要

令和8年度「土地月間」 不動産の無料相談会

不動産の価格などに関する相談

と
き
ところ

10月2日(金)午後1時～4時・
市民プラザ

問合せ

(公社)新潟県不動産鑑定士協会
(☎025-225-2873)

予約
不要

職業訓練相談

県立上越テクノスクール主催の職業訓練「医療事務・調剤事務科上越2」(10月21日(金)～令和9年1月20日(金))についての相談

と
き
ところ

9月14日(金)午前10時～1時
間程度・(株)ニチイ学館(五智新町1)

問合せ

(株)ニチイ学館上越営業所
(☎025-531-3124)

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

9月17日(金)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)
※上記日時以外の相談も可能

要
予約

上越地域若者サポート ステーション相談会

☑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

9月17日(金)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

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

①9月17日(金)午前10時～正午・上越南商工会
②24日(金)午前10時～正午・くびきの商工会

予
約
問合せ

①上越南商工会
(☎0255-78-2117)
②くびきの商工会
(☎025-534-3211)

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

9月18日(金)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

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・小規模事業者

と
き
ところ

9月29日(金)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)

要
予約

女性の起業相談窓口

起業方法や起業後の困り事などに関する相談

☑起業を検討中、起業後間もない人

と
き
ところ

月～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)・bibit(ビビット)(本町4)またはフルサットアップス(大和5)

予
約
問合せ

産業政策課(☎025-520-5729)
※随時募集。申し込み時に別途相談日を調整

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

9月20日(日)午前9時30分～午後0時30分(受け付けは正午まで)・市民プラザ

問合せ

新潟地方法務局上越支局
(☎025-525-4163)

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

9月26日(金)午後1時30分～4時(受け付けは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

税務相談会

税に関する相談

と
き
ところ

10月6日(金)、20日(金)、いずれも午前10時から正午・関東信越税理士会高田支部(本町5)

予
約
問合せ

関東信越税理士会高田支部事務局(☎025-523-6557)

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

ここに注目！

メイド・イン上越

市では、市内の中小企業などが開発・製造した優れた特産品・工業製品を「メイド・イン上越」として認証しています。認証事業者のこだわりや、認証品の活躍シーンなど「ここに注目」してほしいポイントを紹介します。



詳しくは

■問合せ…上越ものづくり振興センター(☎025-522-2666)



特産品

made in JOETSU

直江津名物の銘菓

『元祖 継続だんご』

(資)三野屋菓子店

商品ストーリー

明治36(1903)年、直江津町のにぎわいを作っていた米穀取引所が閉鎖の危機に直面した際、町民の運動により「継続」が決まったことを記念して誕生しました。また、林芙美子著「放浪記」に直江津名物として登場しました。



こだわりポイント

今年で123年目となりますが、手作りにこだわり、製法・材料は変えず、心を込めて作り続けています。まちの人々の故郷への思いを「継続」すべく、あえて変えないことを大事にしています。



代表 重原 稔さん

継続だんご 5本入 1,296円(税込)
販売店…自社店舗、エルマール、NewDays(直江津駅、高田駅、上越妙高駅)、名立谷浜SA、市内スーパーマーケット など



詳しくは

上越産米のやさしいプリン

『Riz-Rizプリン』

パティスリーリリ

商品ストーリー

「上越の美味しいお米を、より多くの人に、身近なかたちで味わってほしい」という思いから誕生しました。上越の恵みを詰め込んだプリンとして、家庭用やお土産、贈り物として多くの方に親しまれています。



こだわりポイント

上越市産の米・卵・牛乳を使用し、なめらかな口どけの中にお米のやさしい甘みとコクを実現しました。玄米・卵黄のプリンは上層は濃厚クリーミー、下層はもっちり食感と、一つのプリンで異なる食感に仕上げています。



代表 飯塚 恵子さん

Riz-Rizプリン(新潟御米プリン・和風玄米プリン・濃厚卵黄プリン) 各380円(税込)
販売店…自社店舗、あるるん畑、オンラインストア(上越特産市場、新潟直送計画) など



詳しくは



工業製品

made in JOETSU

畳をいつでもどこにでも

『折り畳み式たたみ「Oritami」』

(株)山仙

自慢の技術

独自の折り畳み構造により、未使用時は薄くコンパクトに収納でき、必要なときにすぐ広げて使用できる畳です。軽量で持ち運びやすく、高い耐久性を備えているため、災害時の避難生活における負担軽減に役立ちます。



こんなところで活躍

能登半島地震で被災した石川県輪島市に寄付するなど、復興支援の現場で活躍しています。また、普段使いやアウトドアでも活用が広がっており、災害時でも平時でも頼れる製品として注目されています。



ご自宅に「和の空間」を作ることも可能です。イ草のほかにも3色のカラーからお選びいただけます。



詳しくは

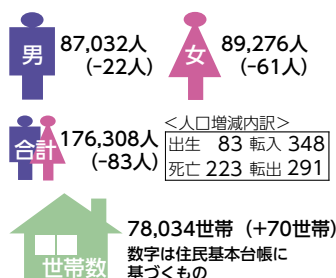
広報対話課から

(☎025-526-5111)

「広報上越10月号」は、9月17日(金)・18日(土)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。

上越市の人口・世帯数

令和8.8.1現在。()は前月との比較



表紙のことは：

9月1日は「防災の日」 一人一人ができる備えを

石橋町内会の防災訓練にお邪魔しました。子どもたちが楽しみながら防災グッズを体験したり、手作りしたりして事前の確認や備えの重要性を学んでいました。今回の取材を機に、食料と水を1週間分購入してみました。これからローリングストックを実践していきます。



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。

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