

広報



11 2026
月号

No. 1178

上越市
公式SNSは
こちらから



特集

地域の未来に向けた持続可能なまちづくり

地域の未来に向けた持続可能なまちづくり

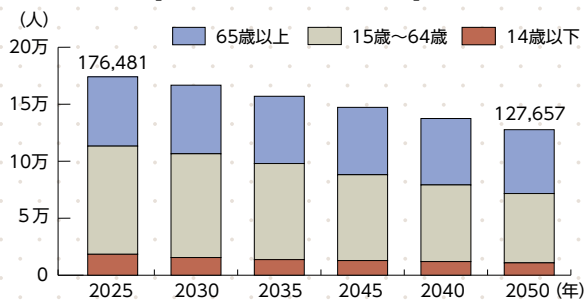
■問合せ…上越市創造行政研究所（☎025-526-3490）

人口減少や高齢化が進む中で、地域で安心して暮らし続けるためには、地域の現状を知り、これからの姿を地域ごとに考えていくことが大切です。市内では、住民の皆さんが地域の強みや課題を共有し、将来に向けたアイデアを出し合い、実践する取り組みが進んでいます。

人口減少が進む中でのまちづくり

市内の人口は、2050年には現在の約6割まで減少すると予測されています。人口減少が進む中、地域コミュニティを保ち、買い物や移動、見守り、除雪など、暮らしに必要な活動を続けるための体制や仕組みをつくるのが課題となっています。今後も安心して暮らせるよう、地域内外の人がそれぞれの形で関わり、支え合いながら、地域の暮らしや活動を将来につなぐ「持続可能なまちづくり」を進めることが重要です。

【上越市の人口と将来推計】



（出典）総務省「国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口 令和5年推計」

持続可能なまちづくりに向けた取り組みを支援しています

人口減少が急速に進んでいる中山間地域を中心に、令和5年度から持続可能なまちづくりに向けた地域の取り組みの伴走支援を行っています。地域の状況を踏まえ、次の段階に応じて地域の現状分析やワークショップの実施などを支援しています。



詳しくは

Step 1

地域を知り、話し合う

地域の現状と課題を共有し、具体的なアイデアを話し合います

Step 2

仲間の輪を広げる

地域全体で仲間づくりに取り組みます

Step 3

話し合いから実践へ

できることから実践します

まず大切なのは、地域の人口がこれからどのように変化していくのかを考えることです。多くの地域では、人口減少と高齢化が急速に進んでいます。こうした中で、毎年、現在の人口の約1%に当たる人に定住してもらうことが、人口減少を緩やかにするための一つの目安となります。そこで、地域ごとに定住の目標を具体化し、その実現に向けたアイデアを住民同士で話し合うワークショップを行っています。これまでに6つの地域で開催され、話し合いから生まれたアイデアが、さまざまな取り組みへと広がっています。



上越市創造行政研究所
丸山主任

持続可能なまちづくりに向けて取り組む地域



令和5年度の住民ワークショップのメンバーを中心に、令和7年度に新たなイベントを企画（浦川原区）



令和7年度に住民ワークショップを実施し、具体的な取り組みを6つに集約（板倉区）



令和7年度に「い～住プロジェクト」を立ち上げ、住民ワークショップを実施（中郷区）

住民ワークショップに参加した皆さんの地域への思い

Step 1 } 地域を知り、話し合う

谷浜・桑取区 人口:1,217人、高齢化率:53.6% (令和8年4月末時点)

今年度、住民ワークショップを開催し、まちづくりの取り組みを始めました。「ベテラン男性」「ヤング男性」「女性」「移住・関係人口」の4チームで、地域の現状や課題を整理し、定住促進に向けたアイデアを出し合いました。



住民ワークショップで地域について話し合う女性チーム



成果発表会で現状の課題や今後の取り組み案を発表するヤング男性チーム

地域をもっと知り、伝えたい

知人に誘われ、「話だけでも聞いてみよう」という軽い気持ちで参加しました。

活動を通じて、地域の魅力や課題を改めて知り、普段は関わる機会の少ない人たちとの交流も生まれました。話し合いを重ねる中で新しい発見があり、地域への愛着も深まりました。地域のことをもっと知り、伝えたいという思いが強くなりました。



女性チーム
宮下さん

Step 2 } 仲間の輪を広げる

大島区 人口:1,132人、高齢化率:61.2% (令和8年4月末時点)

令和5年度に開催した住民ワークショップの参加者を中心に「いいね！おおしま☆むらづくりプロジェクト」を立ち上げ、大島区における、移住・定住に向けたツールの作成や情報発信、交流会の企画などの検討を行っています。



これまでの活動成果を市民に披露するむらプロメンバー

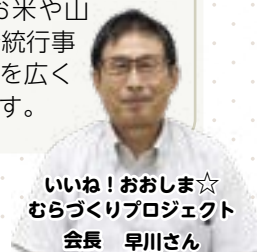


イベント班が制作した移住者の推しスポット記載のすごろくを楽しむ小学生

交流が未来をつくる

取り組みを通じて、これまで少なかった世代間の交流を深めることができました。

これからイベントに力を入れていく中で、さまざまな人との交流を広げ、大島の未来をみんなで作っていききたいです。今後は区内在住者と移住者の交流を深め、お米や山菜などの食文化や伝統行事など、大島区の魅力を広く発信していきたいです。



いいね！おおしま☆
むらづくりプロジェクト
会長 早川さん

Step 3 } 話し合いから実践へ

牧区 人口:1,367人、高齢化率:57% (令和8年4月末時点)

令和5年度の住民ワークショップに参加した若手を中心に「まきにいる」という団体を立ち上げました。牧区を知ってもらいたい、牧区を元気にするため、農業体験やびりっ子再興プロジェクトなどの取り組みを進めています。



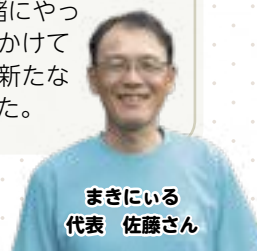
区内で開催したイベント「棚田のきらめき」会場でのナイトマルシェ（地元農産物販売PR）



子どもたちの歓声でにぎわう田植え体験

「やってみたい」を形に

メンバー同士で集まり、地域のことを話し合う時間はとても楽しく、「あれやりたいね」「これやってみよう」と新たなアイデアが生まれる時間にもなっています。自分たちが楽しいと思うことを行い、その体験を発信することを大切に活動しています。地域の人からも「一緒にやってみないか」と声をかけてもらうようになり、新たなつながりができました。



まきにいる
代表 佐藤さん

地域のこれからを考えてみませんか

市民の皆さんが地域の将来を考えるためのヒントとして、さまざまなデータを公表しているほか、地域で話し合うためのワークショップの開催なども支援しています。

① 地域を知る

●地区別データシート

各地域の人口の将来予測などの人口データや、どのような組織・団体が地域内で活動しているのかを整理した「地元関係図」などを掲載しています。地域の現状を知るための基礎データをまとめ、持続可能性を見える化し、それぞれの地域特性を生かしたまちづくりを進めるための土台にすることを目的としています。



詳しくは



地元関係図の作成例

② 話し合う

各地域に応じて次の3つを組み合わせます

●住民ワークショップ

「地元関係図」をもとに、地域の強みや弱みを整理し、課題や可能性を「地元天気図」にまとめます。さらに人口分析を踏まえ、強みを生かし、弱みを補いながら、次世代の定住と暮らしやすい地域づくりにつながる具体的な取り組みを話し合います。

●地元学ワークショップ

「よそもの」「わかもの」の視点から地域の暮らしを捉え、地域の魅力を発見、共有することで、地域住民とともにその価値を再認識し、地域で定住促進策を検討する参考とします。

●レゴワークショップ

地域の子どもたちが「レゴ®ブロック」を活用して「こんなまちになればいいな」と考えた未来の地域の姿を表現します。(レゴ®はレゴ・グループの商標です。本事業はレゴ・グループの協賛・承認を受けたものではありません。)



「伝統」「居場所」「自然環境」「人とのつながり」などをテーマに製作（東頸中学校）

広報誌「J・PRU News」

2カ月に1回、上越市創造行政研究所の活動紹介やイベントの開催案内などをお伝えするニュースレター。市内の主要施設やホームページでご覧いただけます。



詳しくは



話そう、つながろう。地域のこれから

居住地以外の地域の取り組みを知ること、自分たちの地域にも生かせるアイデアが見つかるかもしれません。気になった活動や集まりに、一度足を運んでみましょう。

地区まち交流会

市内各地区の取り組み成果や実践事例を共有し、これからの地域づくりを考える交流会です。地域づくりに興味のある人や地元が好きな人など、どんな人でも気軽に参加できます。

とき：12月13日① 午後1時30分～

場所：牧体育館（牧コミュニティプラザ隣）



昨年度の様子



詳しくは