

☆:~:~:☆:~:~:☆:~:~: たより ☆:~:~:☆:~:~:☆:~:~:

# 星のふるさと清里



2022.7.25 Vol.161

【発行・編集】清里区総合事務所 上越市清里区荒牧18番地  
(☎025-528-3111 FAX:025-528-3114)

たより「星のふるさと清里」は、上越市HPでご覧いただけます。  
<https://www.city.joetsu.niigata.jp/soshiki/kiyosato-ku/kiyosato-tayori-hosi.html>

## 夏休み 小・中・高校生 「バス乗車体験」キャンペーン

7月23日(土)~8月28日(日)



【割引対象者・運賃（現金のみ・1乗車）】

小学生（幼児）50円 ※市営バスは幼児無料  
中学生・高校生100円

【利用方法】

降車の際に「中学生（高校生）です」などと  
申し出て、現金で運賃をお支払いください。

【適用路線】

上越市内の路線バス及び市営バス  
※上越市内を運行し、他市を経由する路線も  
対象となります。

★ 問合せ：上越市交通政策課（☎520-5633）

### ■ 清里区市営バス櫛池線を利用しましょう！

清里区市営バス櫛池線は、櫛池地区の大切な足として運行しています。通院、通学、買い物等で気軽にご利用ください。

鈴倉、上中條、鶯澤、北野中、梨窪、梨平（集落センター、奈良尾）のバス停から乗車される場合は、事前に予約が必要です。

★予約先：NPO法人清里まちづくり振興会  
（フリーダイヤル）0800-800-2217



## 星のふるさと館 通信

☎ 528-7227

今月の星座：しし座  
[7月23日~8月22日]



### ■ 8月の星空とイベント ■

夏といえばスター週間、1~7日の晴れた夜は連続観望会を計画！新月に近く、暗い夜空は淡い天体の観望に最適です。

12日はペルセウス座流星群観望会！今年満月で条件は悪いですが、それでも1時間に50個以上の出現が予想されています。また、前後1週間は多少の流星が飛ぶはずですので、夜更けから明け方にかけて北の空を眺めてみましょう。

月末には再び新月が近づき、暗い夜空となります。ご無沙汰していた土星や木星もそろそろ見え始めます。

※7月25~29日はプラネタリウム機器更新工事のため、**投影をお休み**します。8月にはより鮮明な星空をご覧ください。

### ■ スターフェスティバル 2022 今年も開催！ ■

8月13日(土)・14日(日)・15日(月)の3日間

- プラネタリウム新番組「くしりと銀河鉄道の旅」初上映！
- 期間中は各種天文工作を実施、望遠鏡や空力翼艇は要予約！
- 晴れた夜は毎晩観望会を実施、夏の星座と天体を観察しよう！
- 来場者全員にオリジナル記念缶バッジをプレゼント！
- 期間中18:00~は「星空プラス」（要予約）へ！

☆13日：天文講演会

講師／元JAXA 清水 幸夫さん

☆14日：ヴァイオリンコンサート

演奏／牧田 由起さん

☆15日：絵本シアター

読み聞かせ／ワンダーランド

※詳しくは、星のふるさと館HPへ



# 清里区ほっとカレンダー R4.7.25 ~ R4.8.31

【区】：区総合事務所 528-3111	【京】：ビュー京ヶ岳 528-4100
【コ】：コミュニティプラザ 529-1218	【星】：星のふるさと館 528-7227
【小】：小学校 528-4634	【ス】：スポーツセンター 528-7300
【中】：中学校 528-4068	【診】：診療所 528-3313
【保】：保育園 528-3205	【歯】：歯科診療所 528-4180
【子】：子育てひろば 528-3205	【活】：活性化交流施設 528-7350
【板保】：板倉保健センター	【公】：スポーツ公園グラウンド

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせを市ホームページで公開しています。



■ 新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ  
<https://www.city.joetsu.niigata.jp/shiki/koho/coronavirus.html>

7/26	火	健康運動教室 9:30~11:00 【コ】
8/2	火	マイナンバーカード出張申請 9:30~11:30 【コ】 行政相談 9:00~11:00 【コ】 健康運動教室 9:30~11:00 【コ】
6	土	きよさと坊太郎祭り 15:00~21:00 【中】
9	火	乳幼児集団検診(1歳、2歳、2歳6か月) 時間は個別対応 【板保】
23	火	健康運動教室 9:30~11:00 【コ】 介護予防教室 9:30~11:00 【コ】
30	火	健康運動教室 9:30~11:00 【コ】

## 【診療所休診カレンダー】

8/4	木	臨時休診
6	土	第1土曜日定期休診
11~16	木~火	祝日(山の日)及び臨時休診
18	木	臨時休診
20	土	第3土曜日定期休診
23	火	午前のみ臨時休診
25	木	臨時休診
26	金	午後のみ臨時休診

新型コロナウイルスワクチン接種を優先するため、臨時休診が通常時より多くなっています。

★問合せ：清里診療所 (☎528-3313)



## ■ ビュー京ヶ岳

新メニュー追加!!



笹寿司 1枚 110円

みそ汁 1杯 110円

## ■ 清里区の人口と世帯数

★令和4年6月末日現在 ( )は前月との比較

男	1,250人	(-6)
女	1,210人	(-2)
計	2,460人	(-8)
世帯数	878世帯	(-3)

## ■ 第14回えちご・くびき野100kmマラソン 運営ボランティアの募集について

「えちご・くびき野100kmマラソン」が10月9日(日)に開催されます。

清里区内でレスト等の運営にご協力いただけるボランティアを募集します。全国から集まるランナーのおもてなしにご協力ください。

【募集期間】7月25日(月)~8月19日(金)

【業務内容】レスト係、エイド係

- ・レストやエイドでランナーへ食料や飲料水を提供します。

【応募方法】

- ・住所、氏名、連絡先を電話またはファクシミリでお知らせください。

★ 申込み・問合せ：教育・文化グループ

☎ 528-3125 FAX 528-3114

※平日の8:30~17:15におかけください。

## ■ 熱中症の予防について

熱中症は昼夜、屋内外を問わず発症し、重症になると死に至る恐れもあります。

熱中症の予防には「こまめな水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。



### 予防のポイント

- ・こまめに水分を補給しましょう。
- ・室温はこまめに確認し、換気をしながら、扇風機やエアコンを使用して温度調節しましょう。
- ・外出時は、通気性が良く、吸湿・速乾性の高い衣服を着用するとともに、帽子や日傘を使用して直射日光を防ぎましょう。
- ・炎天下、暑い場所での長時間の作業やスポーツは避けましょう。

★ 問合せ：市民生活・福祉グループ