

地域の伝統を受け継ぐ 仮山伏の演武

9月
2026



If you browse in Catalog Pocket,
you can read it in 10 languages,
including City Bulletin Myoko.



関山神社火祭り
※詳しくは 4 ページ

数字で見る 妙高市

基本データ



人口

27,934人
(令和7年国勢調査速報)



世帯数

11,051世帯
(令和7年国勢調査速報)



面積

445.63 km²



市制施行

20周年

令和7年4月に市制20周年を迎えました

人口や観光、子育て、交通、財政など、数字は妙高市の今を映す鏡です。さまざまなデータから、このまちの歩みや個性、魅力が見えてきます。知っているようで知らなかった一面に出会うことで、今より少し妙高市を身近に感じ、私たちのまちの未来をいっしょに考えてみませんか。

問い合わせ…企画政策課 政策・広報グループ ☎ 74-0004

自然・観光

※森林率、日本百名山、温泉地、スキー場の数字は令和7年度末時点のものです

森林率

77.8%



面積の大部分は森林

日本百名山

2座

(妙高山・火打山)



雄大な自然が魅力

温泉地

7か所



多くの温泉に恵まれています

スキー場

9か所



冬のアクティビティが充実

観光入込客数

521万人(令和7年)



多くの観光客が訪れています

暮らしの基盤

※認定こども園・保育園、小・中・特別支援学校、公園、市道延長の数字は、令和7年度末時点のものです

認定こども園・保育園

9園



安心して子育てができる環境

小・中・特別支援学校

11校



学びと成長を支える学校

公園

57か所



地域の憩いを育む公園

市道延長

709 km



生活を支える道路

家庭の燃やせるごみの量

4985t(令和7年度)



ごみの減量化が課題

1人1日あたり
473g 排出しています

まちの移り変わり

平成17年国勢調査

人口

37,831人

世帯数

11,975世帯

外国人住民数

129人

20年で…

令和7年国勢調査速報

人口

27,934人

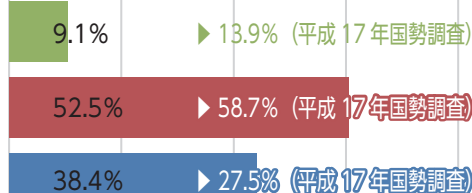
世帯数

11,051世帯

外国人住民数

452人

年齢3区分別人口構成比(令和7年度末時点)



■ 0～14歳 ■ 15～64歳 ■ 65歳以上

※市年齢別人口集計表より

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つぶやえ・おくやみ



数字で見る妙高の暮らし



子育て・教育

出生数
(令和7年度)



109人

小・中・特別支援学校児童・生徒数
(令和8年5月1日時点)



1777人

放課後児童クラブ
(令和7年度末時点)



7か所

健康・福祉

高齢化率
(令和7年度末時点)



38.4%

健康寿命
(令和7年度末時点)



男性 81.5 歳
女性 84.7 歳

医療機関
(令和8年7月1日時点)



20か所

交通・移動

自動車保有車両数
(令和7年度末時点)



2万6797台

市町村別自動車保有車両数(新潟運輸支局)より

鉄道の1日平均乗車人員
(北新井駅・新井駅・関山駅・妙高高原駅)
(令和7年度)



1260人

えちごトキめき鉄道ホームページより

チョイスコみようこう利用者数
(令和7年度)



2849人

情報発信

市ホームページ閲覧数
(令和7年度)



259万PV

市LINE友だち数
(令和7年度末時点)



1万717人

SNSフォロワー数
(Facebook・Instagram:令和7年度末時点)



4002人

健康寿命…心身ともに元気に暮らせる
期間

チョイスコみようこう
…複数人で乗り合う予約制のAIデマンドタ
クシー

市のお財布 (令和6年度普通会計決算)

主な使いみち



歳入総額

241億 6943万円
(平成17年度決算: 236億円)



市税収入

46億 5903万円

歳出総額 228億 9817万円 (平成17年度決算: 224億円)

民生費(福祉、子育てなど)	…	56億5391万円
土木費(道路、公園など)	…	42億8876万円
教育費(学校、生涯学習など)	…	35億5290万円
総務費(まちづくり、防災など)	…	34億5854万円
その他	…	59億4406万円

妙高を選ぶ人たちが増えています

移住者

(移住支援窓口を通じて移住した人数)



平成26年度 21人



令和7年度 1323人
(平成26年度からの累計)

妙高を暮らす場を選ぶ人!

外国人観光入込客数

(延べ宿泊数)

平成25年 1万9570人



令和7年 14万341人

妙高を訪れる場を選ぶ人!

妙高山麓ゆめ基金寄付額

令和3年度 1億304万円



令和7年度 12億2243万円

妙高を応援する場を選ぶ人!



地域が守り継ぐ 仮山伏演武 関山神社火祭り

7月18・19日の2日間、関山神社で開催されました。初日は、県指定無形民俗文化財の仮山伏演武が境内で披露され、多くの来場者でにぎわいました。地域の若者6人が火見・火切・役抜けの3役に分かれ、勇壮な演武を披露。今年は関山駐在所の佐藤健一さんも地域の一員として参加し、力強い演武に大きな拍手が送られました。また、「子ども仮山伏愛好会」の小学生も日頃の練習の成果を披露し、伝統文化の継承のたいせつさを感じさせました。演武後には松引きが行われ、参加者が力を合わせて柱松を引き、祭りは大いに盛り上がりました。



- ①元気いっぱい演武を披露する子ども仮山伏愛好会
- ②地元の若者とともに勇壮な演武を披露した佐藤さん
- ③威勢のよい掛け声とともに松を引き、五穀豊穡を願いました



誰もが楽しめる駅前新たな交流拠点 ARAI STATION STREET PARK オープン

7月25日に新井駅前広場にストリートバスケットコートとスケボーパークを備えた ARAI STATION STREET PARK がオープンしました。当日はテープカットに続き、3×3バスケットボール大会が開催され、白熱した試合で会場は大いに盛り上がりました。スケボーパークも多くの子どもたちでにぎわい、駅前には新たな交流と活気が生まれました。施設は9月27日まで無料で利用できます。



体験を通して防災への意識高める 市総合防災訓練

7月12日に新井中央小学校で開催しました。7.11 水害の教訓を改めて確認する機会として、大雨や震度6強の地震を想定した避難・救助訓練などを実施。校庭では炊き出しや降雨・濃煙体験、防災展示も行い、避難者330人を含む約500人が参加しました。訓練を通じて、自助と共助のたいせつさを改めて確認し、防災意識を高めました。



市民がつくる新たな夏のにぎわい あらいの夏祭り in まちなか+

8月1日に、まちなか+をメイン会場に開催されました。これは、今年のみようこう市民まつりの休止を受け、市民有志による実行委員会が主催したもの。イベントは、@-PROJECTによるダンスで幕を開け、屋台村、縁日、やステージイベントなどで終日にぎわいました。夕暮れ時からフィナーレにかけては、まちなか+みんなで盆踊りを実施。高橋三弦会・あらいばやし保存会の演奏に合わせ、あらいばやし、炭坑節やマイムマイムを踊り、子どもから大人、外国人まで多くの人が輪になって交流を深めました。市民が主体となってつくる夏の思い出を彩るにぎやかな一日となりました。



- ①世代や国籍を超え、多くの人が輪になって盆踊りを楽しみました
- ②オープニングを飾った@-PROJECTのダンスパフォーマンス
- ③縁日で夏祭りを満喫する子どもたち



親子で挑む夏の熱戦 夏を彩る恒例の2大会

親子のきずなや地域の交流を深める JA えちご上越杯 争奪ナイター大会が7月25～27日に開催されました。ナイターソフトボール大会には5チーム、ナイターパパギャルボール大会には10チームが参加。親子や仲間の声援が響く中、熱戦が繰り広げられました。優勝は、ソフトボール大会がサムライナイン斐太・妙高、パパギャルボール大会が斐太北 Unite でした。



夏休みに子どもたちが体験教室に挑戦 5DAYS チャレンジ in みようこう

8月3～7日に市内の各会場で市内の小学生を対象にさまざまな体験教室が開催されました。体験した子どもたちは、講師の話をしっかり聞いて、ボルダリングやダンス、和太鼓演奏など、9つの体験教室に挑戦して楽しんでいました。会場は、わくわくランドあらいや市文化ホールなどで行われました。また、8日には子どもたちの成果発表会が新井ふれあい会館で行われました。

※この記事は、市役所ヘインターンシップで来た関根学園高等学校の酒井大河さんが取材・編集したものです

いつもの暮らしに、ちょっと SDGs
～見つけよう、未来を良くするヒント～



みょうこう グッドライフフェア

～ IKAZUCHI2026 ～

SDGs は、より良い世界をつくるための世界共通の目標です。世界中の問題を解決し、みんなが豊かに暮らせるよう、2030 年までに達成すべき 17 の目標を定めています。

イベントでは、SDGs に触れながら「見て」「聞いて」「体験して」持続可能な未来について楽しく学べる 1 日をみんなでいっしょに創り出していきます。新しい『気づき』や『興味』を発見してみませんか。



特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つぶしえ・おくやみ

日時

10月3日(土)
10～15時

会場

新井ふれあい会館、
新井総合コミュニティセンター ほか

詳しくは
こちら▶



昨年の出展ブース 今年も出展します！



STEAM 教育体験
何ができるかな？



はたらくくるま
白バイに乗ってピース



ソーラートレイン
お父さんも興味深々！



人 KEN まもる君
人権について考えよう

このほか SDGs につながる 多彩な催し (予定)

- ・地熱発電模型の実演
- ・スケートボード体験
- ・ゼロチャレ 30 士の脱炭素 PR
- ・認知症予防ミニ講座
- ・無印良品の移動販売
- ・ほっと妙高ワークセンターの物販
- ・減塩商品展示と健康クイズ
- ・保護司会啓発運動
- ・子ども食堂人気メニュー販売
- ・町なかラジオ公開生放送 など



同日開催

2026 ガス上下水道まつり

日時

10月3日(土)・4日(日) 9～16時

会場

市文化ホール

詳しくは
こちら▶



最新ガス機器販売
うれしい成約特典あり

子ども向け
お楽しみイベント

できたて！
ポップコーン

汚泥から作る
有機肥料の販売

問い合わせ…【グッドライフフェア】環境生活課 SDGs 推進グループ ☎ 74-0033
【ガス上下水道まつり】妙高グリーンエナジー(株) ☎ 72-3566
建設課 上下水道室 ☎ 74-0052



耳寄りな情報をお届け!!

ぶらす

まちなか+ だより

まちなか+
HP



みんなでつくる 新しいまちなかのストーリー

まちなか+は、もうすぐ開館1周年。記念イベント「まちなかマルシェ」をはじめ、みんなが楽しめる催しを開催します。ぜひお出かけください。

▲ まちなか+ 1周年記念イベント「まちなかマルシェ」

日時：10月3日（土）9～20時

会場：まちなか+周辺

内容：フリーマーケット、ひとはこ古本市、よりふえす（高校生のストリートLIVE）、ナイトシアター、読み聞かせ、アニバーサリーアート ほか

詳しくはこちら▶



▲ 妙高あらいまいもんまつり 街祭 2026

日時：10月3日（土）11～20時

会場：さん来夢あらい周辺（朝日町通り）

内容：妙高のグルメや特産品の販売、キッチンカー、ステージイベント ほか

詳しくはこちら▶



※イベントは天候などにより変更となる場合があります

問い合わせ…「まちなかマルシェ」生涯学習課 まなび推進係 ☎ 74-0034

「うまいもんまつり」街なかにぎわい推進委員会 にぎわいの風事務局
（新井商工会議所内） ☎ 72-2425

標高 1300 mの大自然で、心も体もリフレッシュ！

ノルディックウォーキングは誰でも気軽に始められる有酸素運動です。ポールを使って歩くことで、効率よく全身を動かすことができます。季節の移ろいを感じながら歩くことで、気分もリフレッシュ。毎日の暮らしの中に無理なく運動を取り入れて、楽しく健康づくりに励みましょう！

ノルディックウォーキング in 笹ヶ峰高原

選べる3つのコース

日時：10月31日（土）9～11時

会場：笹ヶ峰高原

対象：小学生以上（小学生は保護者同伴）

定員：各コース20人

料金：1人500円（ポールレンタル希望者は別途500円。先着40組）

申込：10月23日（金）までに申込フォームまたは各団体窓口まで電話で申し込み

○新井地域のかた：NPO法人スポーツクラブあらい ☎ 72-3665

○妙高地域のかた：NPO法人ふるさとづくり妙高 ☎ 82-4400

○妙高高原地域のかた：（一社）妙高高原さわやか協議会 ☎ 86-5500、
スポーツメディア(株) ☎ 86-4466

※市外・県外のかたは、生涯学習課までお問い合わせください

その他：市役所・各支所から会場までバスを運行します

詳しくはこちら▶



問い合わせ…生涯学習課 スポーツ振興係 ☎ 74-0036

令和8年度採用 自衛官等採用試験



職 種	対 象	1 次試験日程	受付期間
2 等陸・海・空士（任期制自衛官）	18 歳以上 33 歳未満の者（採用予定月末時点）	受付時にお知らせ	通年実施
陸上自衛隊高等工科学校生徒（推薦）	男子で中卒（見込含む）17 歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者	令和9年 1月9日(土)～ 11日(月・祝)の いずれか1日	10月1日(木) ～11月27日(金)
陸上自衛隊高等工科学校生徒（一般）	男子で中卒（見込含む）17 歳未満の者	令和9年 1月23日(土)、 24日(日)の いずれか1日	10月1日(木) ～令和9年 1月14日(木)

自衛隊新潟地方協力本部高田地域事務所 ☎ 025-523-5519

上越テクノスクール 受講生



溶接科3期（託児サービス利用可）
 時 11月18日(水)～令和9年5月13日(木)
 会 上越テクノスクール
 定 5人（面接試験実施）
 ￥教材費などの自己負担あり
 申 9月15日(火)～10月28日(水)
 問 ハローワーク妙高 ☎ 73-7611

きのこ講習会

時 10月14日(水) 10～14時
 会 NIKU-TANA バーベキューガーデン エリアB
 内 きのこ採取、鑑別講習など
 定 100人（要事前申込）
 ￥ 300円
 申 9月14日(月)から受付開始
 問 上越食品衛生協会事務局（上越保健所内） ☎ 025-523-1195

こころのままの アート展 展示作品



時 展示期間…10月24日(土)～11月3日(火・祝) 9～17時
 会 新井総合コミュニティセンター ほか
 内 原則、障がい者手帳をお持ちのかた
 内 作品テーマ「妙高市のイチ押し」 絵画、陶芸、書道
 ※作品は一人1点に限る
 申 9月30日(水)までに応募用紙を提出
 他 応募用紙は福祉介護課、各支所にあり。作品は10月23日(金) 13～15時に、新井総合コミュニティセンターで受け付け
 問 福祉介護課 ☎ 74-0015



お知らせ

Myoko City Information

詳細はホームページからも確認することができます！

時日時 会場 対象 内容
 定員 ￥参加料などの金額
 申 申込方法・締め切り 他 その他
 問 申込先・問い合わせ
 FAX ファクス 〇 メールアドレス
 ■ 料金の記載がないものは無料
 ■ 申込の記載がないものは申込不要



募

集

農業委員及び農地利用最適化推進委員



内 農地に関する識見を有し、農地などの利用の最適化を推進できるかた
 内 ▶ 任期…令和9年3月27日(土)～令和12年3月26日(火)（予定）
 ▶ 報酬…①農業委員：月額3万500円 ②農地利用最適化推進委員：月額2万5500円
 定 ①農業委員：17人
 ②農地利用最適化推進委員：18人
 申 9月30日(水)までに指定の届出書に必要事項を記入のうえ、郵送または農業委員会事務局、各支所へ提出 ※当日必着
 他 応募要領・届出書は農業委員会事務局、各支所にあり
 問 農業委員会 ☎ 74-0030



リフォーム、新築 住まいのことなら何でもご相談ください！

空き家

中古住宅

売却物件募集中！

リノバスタハセガワ株式会社

〒944-0095 新潟県妙高市十日市473(木もれ陽内)

■営業時間/10時～17時

■定休日/水曜日

お問合せ先



0120-72-3878



Honda 耕うん機 で

つぎは畑でなにつくろう！

畑の

基本のキ

大根

紙筒栽培

材料：トイレットペーパー芯 トレー(豆腐パック)

① 種まき用培養土 を固く詰め、種まき(5～6粒)

② トレー(穴有り)に立て、たっぷり水やり

ポイント：間引き後、株間15cmで畑へ植える



2027 除雪機予約

購入・入替 相談受付中

除雪機 有料点検 9/30 申込締切

※定数になり次第終了させていただきます

取扱メーカー / HONDA(ベスト特約店) クボタ 共立 ハスクバーナー ニッカリ その他

(有)イシノ

妙高市東四ツ屋新田 206-6

営業時間 8:30～17:00

年中無休 (82) 2214

当番制(土・日・月)

〈広告〉

〈広告〉

がん検診は お済みですか？



がんは早期発見・早期治療がたいせつです。今年度の各種がん検診を受診していないかたは、お早めにご予約ください。

☎電話またはインターネットで申し込み 上越医師会 ☎ 025-521-0507（平日9～16時）

☎健康保険課 ☎ 74-0013

テレビ番組のご案内

がん検診受診率向上＜希望の虹プロジェクト＞
希望の虹プロジェクト
静岡社会健康医学大学院大学 満田友里准教授が制作に協力！
NHK あしたが変わるトリセツショー「がん対策のトリセツ2026」
2026年9月3日（木）[昼] 19:30～放送予定
妙高市も参加しています

税・健康・福祉情報

後期高齢者の 人間ドック費用助成



☑次の全てに該当するかた

- ①4月1日以降に受診
- ②受診日時点で後期高齢者医療保険加入者
- ③受診結果を市や県広域連合に提供することに同意

☑助成額…1万円（上限）

☑申請に必要なもの…人間ドックの領収書および人間ドック受診結果表、本人の通帳など振込口座がわかるもの（令和7年度受診分は12月末で受付を終了）

☎健康保険課 ☎ 74-0056

申告書を返送ください 年金受給者の所得税控除

令和9年2月以降の受給年金から源泉徴収される所得税について、各種控除を受けるための申告手続きが必要です。

☑次のいずれかに該当するかた

- ・障がい者またはひとり親・寡婦に該当するかた
- ・控除対象となる配偶者または扶養親族がいるかた
- ・扶養している配偶者または扶養親族が退職手当を受ける見込みのかた

☑他該当者には日本年金機構から申告書が届きます

☎上越年金事務所 ☎ 025-524-4112、健康保険課 ☎ 74-0056

助成・補助 減免・制度

雪国妙高住まいの克雪対策 推進事業の制度拡充について



☑市内に住所を有し、世帯員全員が市税などを滞納していないかたなど

☑命綱固定アンカーなどの設置費用に対し一般世帯は対象工事費の1/2（上限額15万円）、要援護世帯は対象工事費の9/10（上限額27万円）

☑12月11日（金）までに申請書を提出 ※予算に到達次第終了

☎建設課 ☎ 74-0026



スポーツ指導者等資格 取得支援金を交付



☑市内で活動するスポーツ指導者、今後指導を担う予定のかたなど

☑中央競技団体が公認する指導資格養成講習会や審判員資格講習会などを受講する場合に、受講料の一部を助成（要件あり）

☑メール、郵送などで申込書を提出

☎市スポーツ協会事務局（生涯学習課内） ☎ 74-0036

手話言語国際デー・ 手話の日



毎年9月23日を「手話言語の国際デー」、「手話の日」としています。きこえる人ときこえない・きこえにくい人が共に暮らし、人権と平等が守られた共生社会を求めて、全国各地の名所や施設などがライトアップされます。手話は言語であるという認識を広めるため、市役所のライトアップを行います。

☎時9月23日（水・祝）17時30分～21時

☎福祉介護課 ☎ 74-0015

妙高市限定

**家財類の片付け～処分を
格安にて行います!!**

令和7年度 ご依頼件数
220件の実績

ヤスダでお得に!!

(有)安田商会
妙高市大字梨木60
Tel.0255-75-1070

不要品回収のレスキュー隊
ゴミバスター
私たちが対応
いたします
お気軽に
ご相談下さい!

心に寄り添う、新しい家族葬

家族葬に調和する
モダンな新祭壇

24時間
365日
対応します

ご家族様も心穏やかに過ごせる控室を備えております。

新井へいあん ☎0255-72-7711
妙高市田町1丁目1-10
ご葬儀に関するすべてのこと、ご相談承ります。
お気軽にご来館、お問い合わせください。

江戸時代の旅と 越後の観光名所



時 10月3日(土) 13時30分開演
会 関川関所道の歴史館
内 県立歴史博物館の出前講座。旅行案内書や道中記から、江戸時代の旅の様子を探ります ▶講師…渡部浩二氏(県立歴史博物館)
定 40人(先着順)
¥ 一般500円(入館料)、中学生150円(ジュニアパス提示)
申 9月25日(金)までに電話などで申し込み 関道の歴史館 ☎ 86-3280

「紅葉の黒部峡谷トロッコ電車」秋の日帰り鉄道旅行



上越・北陸新幹線直行特急実現期成同盟会の事業として、鉄道旅行を開催します。日帰りでもたっぷり満喫できるのは鉄道ならではの！北陸新幹線に乗って、秋の黒部峡谷を楽しむ旅に出かけませんか？
申 9月8日(火) 10時以降、電話またはウェブサイトでの申し込み
関 ㈱JR東日本びゅうツーリズム&セールス大人の休日予約センター ☎ 03-3841-0130

第16回市民がん公開講座 「知って欲しい乳がんのこと」



時 9月26日(土) 13時30分～15時30分
会 県立看護大学 関 どなたでも
内 乳がん治療の現状などについて、専門医、乳がん看護認定看護師及び診療放射線技師の立場からわかりやすく講演します
関 県立中央病院がん相談支援センター ☎ 025-522-7711

みょうこう歴史探検！ 体験講座 古代編



時 ①9月12日(土) 10～12時
②9月27日(日) 9時30分～12時
会 ①斐太歴史の里総合案内所
②斐太歴史民俗資料館
関 小学4～6年生とその保護者
内 古代の遺物を手がかりに、むかしの知恵や技を探ります
①まが玉作り ②ミニ土器作り
定 各回10人(先着順)
¥ ひとり①200円 ②500円
申 メール、電話などで申し込み
関 生涯学習課 ☎ 74-0035

桂宮治・柳家緑太・ 桂九ノ一 三人会



時 11月3日(火・祝) 14時開演
会 新井総合コミュニティセンター
内 落語研究者の宮信明さん(京都芸術大学准教授)選りすぐりの芸人さんによる人気シリーズ落語会。今年のテーマは上方落語。通算26回目はお茶の間の人気者・宮治さんが10年連続で登場
¥ 大人2000円、高校生以下500円
※全席整理番号付自由席
関 市文化ホール ☎ 72-9411



イ ベ ン ト 各 種 講 座

普通救命講習

時 10月18日(日) 9～12時
会 上越地域消防局
内 成人の心肺蘇生法、AED、異物除去、止血など
定 20人程度(先着順)
申 9月28日(月)～10月4日(日)まで
関 新井消防署 ☎ 72-7119

健康相談会



健康に関することで気になっていることや悩んでいることについて保健師・管理栄養士が相談に応じます。
時 9月24日(木) 9時～11時30分
会 市役所 関 市内在住のかた
内 生活習慣病予防をはじめとした健康全般の相談。相談時間は一人20分程度
申 9月18日(金)までに電話で申し込み
関 健康保険課 ☎ 74-0013

「天心サミットin妙高2026」記念講演会



時 10月5日(月) 15～16時
会 赤倉ホテル
内 岡倉天心と赤倉 日本美術院の作家 ▶講師…笹川修一氏(小林古径記念美術館館長)
申 電話で申し込み(応募者多数の場合先着順)
他 駐車場は赤倉温泉インフォメーションセンター裏をご利用ください
関 赤倉温泉インフォメーションセンター ☎ 87-2165

無料 法律相談

・ご予約受付中！

2026 10/5 月 午前10:00～11:45

さん来夢あい2階(妙高市朝日町1-10-3) 毎月第一月曜日は午前中に無料法律相談を実施しています

0255-75-5222 事前予約制

くわしくはこちらまでご連絡ください(受付時間：平日10:00～16:30)



弁護士法人つばき 妙高支店

新潟県弁護士会所属
弁護士 井之上 彩

〈広告〉

想いを大切にする家族葬

ご葬儀・ご法要の『わからない』にすべてお応えいたします

家族葬のお問い合わせ・事前相談随時承っております

東條会館 ☎0255-72-4999

〒944-0043 妙高市朝日町2丁目1-25

ホームページはこちら

instagramはこちら

〈広告〉

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つぶやき・おしゃべり

2026-2027 スキーシーズン「スキー場リフト券市民割」 & 「妙高市ジュニアスキーの日」



<スキー場リフト券市民割>

時購入・利用期間…12月～令和9年3月末のスキー場営業期間

対市内に住所を有するかた

内 2026-2027 スキーシーズンの市内のスキー場リフト1日券を半額で購入できる「スキー場リフト券市民割」を行います
(例) リフト1日券(通常料金)8000円の場合→4000円(半額)で購入できます

<妙高ジュニアスキーの日>

対市内の小学生以下の子ども

内 2026-2027 スキーシーズンの12～3月の毎月第1日曜日は、「妙高ジュニアスキーの日」とし、スキー場を「無料」で利用できます

<共通>

他利用可能なスキー場や購入方法などは、市報12月号とともに配布する「市民割引券」でお知らせします

問生涯学習課 ☎ 74-0036

「まなびの杜」高校生と 学ぶスマホ講座(第2期)



新井高校生の皆さんといっしょにスマホの使い方を学びます。

時①10月7日(水)13時50分～14時35分 ②10月8日(木)11時5分～11時50分 ③10月14日(水)13時50分～14時35分 ④10月15日(木)11時5分～11時50分

会①新井総合コミュニティセンター、②③④新井ふれあい会館

定10人 **料**4回で500円

申9月18日(金)まで

問生涯学習課 ☎ 74-0034

その他 お知らせ

公共施設のオンライン 予約がスタート



内次の対象施設でオンライン予約が始まります。対象の施設を利用する場合は、オンラインから予約が必要です

▶対象施設…市総合体育館(はねうまアリーナ)、妙高高原体育館(ほっとアリーナ)、妙高ふれあいパーク(グラウンドを除く)、市文化ホール、新井総合コミュニティセンター、新井ふれあい会館、妙高高原メッセ、妙高高原保健センター、妙高保健センター、妙高コミュニティセンター

▶オンライン予約開始日…10月1日(水)8時30分から

他予約には事前の登録が必要

問総務課 ☎ 74-0008

宝くじの社会貢献広報事業 地域にコミュニティ備品を整備

内市は、(一財)自治総合センターの「宝くじの社会貢献広報事業」の助成を受け、今年度、次の地域において備品を整備しました

▶地域…中町興新会、学校町町内会、本田北部町内会、広田町町内会、中央町町内会、矢代地域づくり協議会、斐太地区協議会、瑞穂協議会、杉野沢区

▶備品…法被、ヘルメット、自走式草刈機、かんたんテント、御座敷チェア、座卓テーブル、会議用テーブル、サイドスタックテーブル、ロールスクリーン、掃除機、テレビ、ワイヤレスアンプ

問地域共生課 ☎ 74-0063



妙高市公式LINE

友だち募集中

登録者限定のサービスも！

- ・スマートフォン向け壁紙を配信中
- ・市報みようこうを先読み可能

登録はこちらから



企画政策課 ☎ 74-0004

〈組合員の皆様へ〉

ご葬儀に関するご用命は…

年中無休/24時間受付対応
お気軽にご相談ください



おすすめ
カンタン
WEB 見積

ホームページはこちら

JA セレモニーサービス

☎ 025-527-2077

フリーアクセス: 0120-971-959

妙高市高柳1丁目16-6

虹のホールあらい

令和7年度情報公開・個人情報開示の状況

		情報公開	個人情報
請求件数		24	5
内訳	公開・開示	19	3
	部分公開・開示	2	2
	非公開・開示	0	0
	不保有	3	0

※決定に対する不服申し立てはありませんでした

☎総務課 ☎ 74-0001

市勤労者研修センターの貸館を再開



☎市勤労者研修センター2階の改修工事が終了したことにより9月1日から貸館(研修室:3部屋)を再開しました

☎市勤労者研修センター ☎ 73-7230

AEDマップの更新について



市ホームページの「e-みょうこうマップ」に掲載しているAED設置情報を更新しました。公共施設に設置しているAED情報のほか、掲載にご理解・ご了承いただいた事業所のAED情報も掲載しています。この機会にぜひご確認ください。

☎更新箇所…安全安心(AEDの市内設置場所)、AED設置個所一覧

☎総務課 ☎ 74-0002

9月の使用日程 陸上自衛隊関山演習場

時・☎①一般訓練:1日(火)~30日(水) ②飛行訓練:1日(火)~30日(水)土日祝日を除く ③射撃等訓練:2日(水)、4日(金)~8日(火)、11日(金)~19日(土)、22日(火・祝)~25日(金)

☎悪天候などで、訓練を中止、日程変更する場合あり。演習場は原則立ち入り禁止

☎陸上自衛隊高田駐屯地 ☎ 025-523-5117、総務課 ☎ 74-0002

妙高警察署からのお知らせ

☎妙高警察署 ☎ 72-0110

●ニセ警察詐欺に注意！！

県内では、警察官などをかたり、捜査名目や資金調査名目で現金を用意させたり、振り込みをさせたりするニセ警察詐欺被害が多く発生しています。

【こんな電話がかかってきたら家族や警察に相談してください】

- ・+で始まる海外からの電話
- ・警察などを名乗るものから「犯罪に加担している」「捜査対象になっている」と言われた
- ・LINEなどのSNSに誘導され連絡を取っている
- ・ビデオ通話や画像で逮捕状や警察手帳を見せられた
- ・「守秘義務がある」と言われ誰にも言わないよう指示された
- ・定時連絡を指示された
- ・捜査のために現金を送るように言われた

●9月1日から生活道路の法定速度が引き下げられます

生活道路における自動車の法定速度がこれまでの60km/hから30km/hに引き下げられます。ここでいう生活道路とは、主に地域住民の日常生活に利用されるような、中央線や中央分離帯などが無い道路のことです。次のような道路の法定速度は、引き続き60km/hです。

- ・中央線や車両通行帯が設けられている一般道路
- ・中央分離帯などが設けられ、自動車の通行が往復の方向別に分離された一般道路
- ・高速道路の本線車道並びにこれに接する加速車線及び減速車線
- ・自動車専用道路

また、道路標識などで最高速度が指定されている道路では、法定速度ではなく、その速度を守りましょう。

●妙高警察署管内の人身交通事故発生状況【7月末現在】

発生件数14件(前年比-2件) 死者数0人(前年比-1人) 負傷者数15人(前年比-5人)

●妙高警察署管内の特殊詐欺発生状況【7月末現在】

特殊詐欺(SNS型投資・ロマンス詐欺含む)6件 被害額約8774万円

(前年被害 特殊詐欺1件 被害額約570万円、SNS型投資・ロマンス詐欺2件 被害額約7500万円)

9月議会放送日程

☎ 74-0043 議会事務局

日程	放送内容	開始時間
1日(火)	本会議 (提案説明・ 総括質疑)	10時
7日(月)	総務文教委員会 (議案審査)	10時
8日(火)		
9日(水)	産業厚生委員会 (議案審査)	10時
10日(木)		
17日(木)	本会議 (一般質問)	10時
18日(金)		
25日(金)	本会議 (議案採決)	10時

※9月18日(金)は、質問者数などの状況により休会となる場合あり
 ※黒文字：上越ケーブルビジョン、インターネット中継あり
 緑文字：インターネット中継のみ
 ※放送は、審議の状況により一時中断する場合あり

立候補者説明会

(妙高市長選挙及び妙高市議会議員補欠選挙)

時 10月2日(金) ▶市長選…13時15分～ ▶市議補選…15時30分～

会 市役所 ☎詳しくは市選挙管理委員会にお問い合わせください

☎市選挙管理委員会(総務課内) ☎ 74-0001



空き家対策支援サービスに係る連携協定を締結



市は(株)クラッソーネと空き家対策支援サービスに係る連携協定を7月31日に締結しました。これにより、市民の皆さんが空き家の解体費用や解体後の土地売却査定相場を確認できるシステムの使用と、空き家に関する相談を無料で受けることができるようになりました。ぜひご活用ください。
 ☎地域共生課 ☎ 74-0064

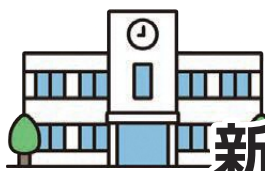
善意をありがとう

新井東部工場団地 東陽会(古川源三会長)から、創立30周年記念事業の一つとして、情報発信用デジタルサイネージ(スタンド・専用受信機付き)1式を寄贈いただきました。
 ☎総務課 ☎ 74-0008



各種相談日程

相談窓口名	相談内容	日時	会場	申し込み	問い合わせ
司法書士 無料法律相談会	土地や家屋の登記、相続などの問題	①9月9日(水) ②10月14日(水) 13時30分～15時30分	市役所相談室	①9月4日(金)まで ②10月9日(金)まで	市民税務課 ☎ 74-0042
消費生活・多重債務 弁護士無料相談会	借金返済や訪問販売などの問題	①9月13日(日) ②10月11日(日) 13～16時	市役所相談室	①9月8日(火)まで ②10月6日(火)まで	市民税務課 ☎ 74-0042
特設人権相談会	家庭内やご近所のトラブル、よろず困りごと	9月10日(木) 9時30分～12時30分	妙高高原メッセ	不要	市民税務課 ☎ 74-0042
行政相談会	国の仕事や県・市に委任している仕事について	9月11日(金) 10～12時	妙高保健センター	不要	市民税務課 ☎ 74-0042
就労出張相談会	15～49歳のかたの就労に関する悩み	9月30日(水) 9時30分～11時30分	ハローワーク妙高	9月29日(火) 17時まで	上越地域若者サポートステーション ☎ 025-524-3185
無料弁護士 相談会	財産、相続、金銭トラブル、事故・賠償などの問題	9月25日(金) 13～17時	まちなか交流プラザ (さん来夢あらい1階)	9月9日(水) ～15日(火)	市社会福祉協議会 ☎ 72-7660
「法の日」に因む 司法書士無料相談	市民生活一般に関する法律相談	10月1日(木)～7日(水) (営業時間内)	県内 司法書士事務所	事前に電話で 問い合わせ	県司法書士会 事務局 ☎ 025-244-5121
社会保険労務士 による労務・年金 無料相談会	職場の悩みや年金に関する相談	10月9日(金) 10～16時	上越市 市民プラザ	不要	県社会保険労務士会 上越支部事務局 ☎ 72-9898



小規模特認校

詳しくはこちら



新井南小学校への転入学について

小規模特認校とは

自然豊かな環境に恵まれ、特色ある教育を展開して、学区外からでも入学を許可することのできる学校です。市は、新井南小学校を小規模特認校に指定していて、今年度は23人が学区外から通っています。

新井南小学校の特徴

①きめ細やかな指導

学級の人数が少ないので、学習指導や生活指導においてきめ細やかな指導を受けることができ、発表などの活躍の機会も多くなります。

②地域の特性を生かした特色ある教育活動

自然や文化が豊かな地域で、地域のかたがたの協力を得て、さまざまな体験活動ができます。

③妙高型イエナプラン教育の取組

生活集団を下学年（1～3年）と上学年（4～6年）に分け、個別最適な学びを重視し、国語と算数の授業は、自由進度学習に取り組んでいます。

※自由進度学習とは、自分で学習内容や学び方（いつ、どこで、誰と、どのように）を計画し、学習を進めることです

④修学旅行は台湾を訪問

共生社会で活躍できるよう、また、外国語活動の一つとして、修学旅行は台湾を訪問し、ほんものの体験に取り組んでいます。



校舎の様子



台湾の文化国民小学の子どもたちとの交流

オープンスクール、体験入学について

新井南小学校への転入学を希望するかたは、オープンスクール・体験入学にご参加ください。

①オープンスクール

開催日	9月8日(火)	10月17日(土)	11月6日(金)
時 間	14時～14時45分	8時50分～11時	8時20分～10時15分
内 容	各学級で人権教育、同和教育の授業公開	サザン フェス Southern Fest (学習発表会)	朝の会（サークル対話） 自由進度学習

②体験入学（通常授業、自由進度学習など）

9月16日(水)、10月7日(水)、11月25日(水) 各2・3限（9時30分～11時20分）

Q&A

Q. 通学手段はどうなりますか？

A. 通学におけるスクールバスや路線バスの利用は無料です。具体的な通学方法については、個別に相談します。

Q. 小学校を卒業した後、中学校への進学先はどうなりますか？

A. 基本的には、市が指定している中学校への進学となりますが、新井南小学校の子どもの進学先となる妙高中学校を希望する場合は、校区外申請手続きを行うことで妙高中学校への入学が認められます。

募集について

【募集期間】 12月11日(金) まで

【申込方法】 申込用紙、申請書及び誓約書をこども教育課に提出 ※用紙はこども教育課にあり

問い合わせ…こども教育課 学校教育係 ☎ 74-0037

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つぶやき・おしゃべり



一認定こども園・保育園一 令和9年度入園案内



＜入園対象＞

- ▶ 1号認定子ども（従前の「幼稚園児」）
満3歳以上で認定こども園での幼児教育を受ける子ども
- ▶ 2号認定（満3歳以上）子ども
- ▶ 3号認定（満3歳未満）子ども } 従前の「保育園児」
「保育を必要とする事由」にあてはまり、
認定こども園・保育園で保育を受ける子ども

【保育を必要とする事由】

- ①就労 ②妊娠・出産 ③保護者の疾病・障がい ④親族の介護・看護
- ⑤災害復旧 ⑥求職活動 ⑦就学
- ⑧その他（入園年度の4月1日現在で3歳以上であり、居住地近くに認定こども園がないため、保育園への入園を希望する場合など）

◇公立認定こども園

園名	所在地	電話番号
妙高高原こども園	田口 942-1	86-3631
さくらこども園	小出雲 3356	75-5212
よつばこども園	関川町 2-6-2	78-7078
和田にじいろこども園	月岡 1-11-12	72-3737

【乳児受入】 生後6か月から
(ときわこども園は8か月から)

【保育時間】

- 1号認定 平日8～14時（ときわこども園は9時～15時30分）
- 2・3号認定 平日8～16時、土曜8～12時
- 早朝・延長保育 平日7時30分～8時、16～19時
土曜7時30分～8時、12時～12時30分
- 土曜午後保育 12時30分～17時30分（一部園のみ）

◇公立保育園

園名	所在地	電話番号
新井あおぞら保育園	白山町 4-1-15	78-7544
ひまわり保育園	除戸 1887	75-2224
斐太北保育園	雪森 652-3	72-6048
妙高保育園	関山 2131	82-2041

◇私立認定こども園

園名	所在地	電話番号
(福)ときわこども園	下町 5-9	72-4806

- * 「認定こども園」は幼稚園と保育園の機能をあわせもち、教育と保育を一体的に行う施設です
- * 「保育園」は就労などのために、家庭での保育ができない保護者に代わって保育を行う施設です

申込方法

●新入園児（途中入園含む）

9月30日(水)までに申請書をこども教育課、または各園に提出 ※2・3号認定子どもは就労証明書などの保育を必要とする事由を証明できる書類を添付（書類はこども教育課・各園・子育て広場にあり。市ホームページからもダウンロード可能）

- ▶ 面接…書類提出後、各園で面接（日程の案内・必要書類は後日送付）
※育児休業明けに伴う職場復帰など、令和9年度途中での入園もこの期間内に手続きしてください
※2・3号認定申請は審査の結果、保育の必要性が認められない場合があります（後日連絡）

●転園を希望する在園児

在籍園に申し出ください。必要書類などをお渡しします。

●今後のスケジュール（予定）

内容	時期(予定)
①入園・転園 申込受付	9月30日(水)まで
②第1希望で 入園面接	10月中旬～ 11月中旬
③入園調整	面接終了後～ 12月
④入園承諾書の送付	1月中旬
⑤保護者説明会	2～3月



◀入園に関する
各種書類はこちら

ひとりで抱え込まず、 話してみませんか。

たった一人のあなたです たった一つの命です

令和7年、市内で自ら命を絶たれたかたは前年より増加し、働き盛り世代で増加傾向です。つらい悩みを抱えていると、周囲に助けを求めづらいものです。一人で抱え込まず相談してください。また、周りでいつもと様子が違うかたがいたら、勇気を出して声をかけてみてください。

SNS やチャットでの相談も利用できます

NPO 法人
自殺対策支援センター
ライフリンク「生きづらびっと」▶



NPO 法人
東京メンタルヘルス・スクエア
「こころのほっとチャット」▶



NPO 法人「あなたのいばしょ」▶



こころとからだの SOS サイン ～ 当てはまるものはありますか？～



こころのサイン

- ☐ 気分が落ち込んで、やる気がなくなる
- ☐ 不安や緊張が高まり、イライラしたり怒りっぽくなる
- ☐ 理由もないのに焦ったり、急に泣き出したりする
- ☐ 人づきあいが面倒になり、避けるようになる



からだのサイン

- ☐ 寝つきが悪い、夜中や朝方に目が覚める
- ☐ 食欲がない、または食べすぎてしまう
- ☐ 頭痛、肩こり、腹痛など原因のわからない痛みが続く
- ☐ ひどく疲れやすく、何をするのに元気が出ない
- ☐ めまいや耳鳴り、息苦しさを感じる



行動のサイン

- ☐ お酒の量が急に増えた
- ☐ 服装や髪型など、身だしなみを気にしなくなった
- ☐ 遅刻や早退、欠勤が増えた



複数の項目が当てはまる場合や、不調が2週間以上続く場合は、お近くの医療機関または下記の相談窓口へご相談ください。



みまもリン

相談窓口一覧 ～ 一人で抱え込まず、誰かに相談してみませんか？～

分類	相談窓口	電話番号
一般健康相談	健康保険課	74-0013
高齢者の福祉・介護	地域包括支援センター（福祉介護課内）	74-0017
妊娠・出産・子育て	こども家庭センター（市役所内）	74-0065
	24 時間こども SOS ダイアル	0120-0-78310
悩みや不安があるとき	新潟県こころの相談ダイヤル（24 時間）	0570-783-025
	新潟いのちの電話（24 時間）	025-288-4343
	上越地域いのちとこころの支援センター	025-524-7700
消費生活や多重債務	市民総合相談室（市民税務課内）	74-0042
	無料弁護士相談（市社会福祉協議会内）	72-7660
労働に関すること	生活困窮相談（福祉介護課内）	74-0061
	新潟県労働相談所（県庁 1 階）	025-281-6110
	働く人の悩みホットライン （一般社団法人日本産業カウンセラー協会）	03-5772-2183 月～土曜（15～20 時）

今日から始めよう！ 毎日の生活で作る 「認知症予防」

認知症は誰にでも起こりうる身近な病気で、高齢者の約5人に1人が発症すると言われています。予防とは、発症を防ぐだけでなく、発症を遅らせたり、進行を緩やかにしたりすることも含まれます。いつまでも自分らしく暮らすために、今日からできる予防のポイントをご紹介します。



生活習慣を見直して、脳を元気に保ちましょう

認知症の予防には、日々のちょっとした心がけがたいせつです。3つのポイントを意識してみましょう。

1 適度な運動を習慣に



ウォーキングや水泳などの有酸素運動は脳の血流を良くします。週に2～3回、1回30分を目安に、楽しく体を動かしましょう。

2 バランスの良い食生活



肉・魚・野菜などをバランスよく食べましょう。青魚や緑黄色野菜、大豆製品などは脳の健康に良いとされています。塩分の摂りすぎには注意しましょう。

3 人との交流・社会参加



家族や友人との会話や地域活動への参加は脳に良い刺激を与えます。また、人とのつながりを持ち続けることは、円滑なコミュニケーションを育むことにもつながります。

！「認知症かもしれない」サインを見逃さないで

認知症は、早期発見と治療で進行を遅らせる可能性があり、今後の生活やもしものときの話し合いも余裕をもって行えます。

こんな変化はありませんか？

- ☐ 物忘れが増えた
- ☐ 同じ話を何度もする
- ☐ 季節や状況に応じた身だしなみができなくなった
- ☐ 身近な道具の使い方が分からなくなった
- ☐ 人付き合いが苦手になり、閉じこもりがちになった
- ☐ ちょっとしたことでもイライラするようになった など

気になったら早めに相談を

日常生活の中で「もしかして？」と感じることができるよう、認知症のサインを確認しましょう。本人の自覚や周りの気づきが進行予防につながります。気になる症状があれば、早めにかかりつけ医や地域包括支援センター
詳しくはこちら▶
にご相談ください。



— こちらもご利用ください —

● 出前講座

地域の茶の間や町内の集まりなどで、認知症に関する講座を受けることができます。

● ところカフェ（認知症カフェ）

毎週第4水曜に新井ふれあい会館で開催しています。費用は無料、予約不要・出入り自由です。

● 軽・中等度難聴者を対象とした補聴器購入費の助成

助成を受けるには申請が必要です。

日本赤十字社 妙高市地区の活動報告

日本赤十字社妙高市地区は、人間のいのちと健康、尊厳を守るという「人道」の理念のもと災害救護活動をはじめ、救急法などの講習会の開催や、ボランティアおよび青少年育成事業など、地域に根ざしたさまざまな事業を行っています。

市総合防災訓練にて炊き出し訓練を実施



赤十字地域奉仕団では、避難者に対し、温かく美味しい食事が提供できるよう技術の習得・向上に努めました。

赤十字救急法救急員養成講習会を開催



赤十字安全奉仕団では、心肺蘇生、応急手当、搬送実技などの講習会を開催し、市内外のかたから受講いただきました。

／あなたも自分にあったかたちでボランティアを始めてみませんか／

赤十字奉仕団 団員募集中

10月3日（土）に開催されるまちなか^{ぶらす}のイベントに地域奉仕団と安全奉仕団も参加します。ぜひ日頃の活動の様子をご覧ください。

詳しくは
こちら▶



問い合わせ…日本赤十字社妙高市地区事務局（福祉介護課内） ☎ 74-0061



熊と遭わない
ために

全国的にツキノワグマの目撃・被害が報じられる中、市内でも4月以降30件（8月1日現在）を超える目撃報告が寄せられ、県内では2件の人身被害が発生しています。熊の出没は、餌となる木の実の凶作だけでなく、人口減少や高齢化により里山の荒廃が進み、熊の生息域と人の生活圏との境界があいまいになったことや、管理されない柿などの果樹の増加が要因とされています。

熊被害防止対策

その1

最新の出没情報をホームページなどで確認する。出没地域に出かける場合は、熊スプレーなどの装備を整え、使い方を確認しておくこと。

その2

遭遇しやすい条件を知る。荒天時や沢沿い、見通しの悪い道などは熊と人がお互いの気配を感じ取りづらいため特に注意すること。

その3

熊鈴、ラジオなどで人の存在を知らせる。熊は警戒心が強い。ただし、熊にも人間と同じように個性がある。絶対安全ということはない。

それでも出遭ってしまったら、
まずは落ち着きましょう

落ち着いて目を離さず後退し、距離をとり、熊が立ち去るのを待つか、その場から撤退する

写真撮影などのための不用意な接近、大声やものを投げたの威嚇は決して行わない

最新の熊情報はこちらでチェック！

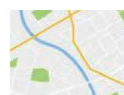
市内の熊出没状況
をお知らせ

市公式 LINE



県内の熊出没情報
を掲載

にいがたクマ出没マップ



問い合わせ…環境生活課 SDGs 推進グループ ☎ 74-0033

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つぶごと・おくやみ

元気なよいに

出生



保護者(地区)

あかちゃん

和田 拓也・梓(東雲町) 女子・衣織(いおり)
築田 大夢・優奈(美守1) 女子・紗凧(すずな)

飯吉 将貴・春花(雪森) 男子・百斗(ももと)
渡辺 耕大・真里奈(栗原2) 女子・彩日(いろか)
細谷 和弥・舞(国賀1) 男子・昊陽(こうよう)
藤野 直己・宏美(上大塚新田) 男子・泰地(たいち)

ごめい福を祈ります

死亡



氏名 年齢 地区

寺澤 善輝(77歳) 下町
市村 正二(96歳) 栄町
笠原 恵美子(66歳) 白山町1
佐藤 喜久男(80歳) 小出雲2
関原 勝子(82歳) 広田町
田中 操(91歳) 志

丸山 一郎(95歳) 窪松原
池田 トクノ(92歳) 除戸
市村 良明(98歳) 除戸
和泉 エツ子(85歳) 吉木
伊藤 八重子(93歳) 北条
古川 ヨシ子(97歳) 下濁川
平塚 憲夫(91歳) 栗原5
長谷川 正子(86歳) 柳井田町4
本多 タキ子(89歳) 国賀1
樋口 カツ子(88歳) 上百々1

小林 和夫(97歳) 大原新田
竹田 純一(73歳) 杉野沢
笹川 キハル(99歳) 関川
佐藤 タカ(99歳) 田口
宮下 智道(91歳) 二俣
竹田 富治(94歳) 赤倉
宮下 厚隆(85歳) 関山
大久保 六郎(91歳) 関山
古川 巧(60歳) 西田屋新田
山田 マツ子(91歳) 大鹿

※7月16日から8月15日までの間に届け出があったものです(敬称略) ※保護者やご遺族の承諾を得て掲載しています

おすすめブック便



図書館情報は
こちら

図書館本館 ☎ 72-9415

特集テーマ『動きたくなる本』『サッカーの魅力ここに集結』

7月に職場体験として、まちなか^{ぶらす}を訪れた中学生たちが、テーマの企画から本の選定、紹介文の作成まで協力して特集コーナーを作り上げました。生徒たちが力を合わせて完成させた展示を、ぜひご覧ください。

妙高高原中学校生徒作 「動きたくなる本」

大人も知らない!? スポーツの実は
…白旗 和也
タンパク質 & 脂質 データ
BOOK 筋肉を効率よくつけ
るおいしいレシピ 87
…藤田 聡 || 監修 牛尾 理恵 || 料理



妙高中学校生徒作 「サッカーの魅力ここに集結」

サッカー IQ を高めるサッカー
観戦力養成講座
…ノーミルク佐藤
海外サッカーの世界
…赤木 真二



私のおすすめの1冊

「あんなにあんなに」 ヨシタケシンスケ



Miwa さん

1人息子を育てた中であった色々な事を思い出します。ママの指を小さな手で握る場面は胸が熱くなり、言葉のないページは時の流れを感じ、音楽が聞こえてくるよう。両親に感謝もしたくなる、心温まる1冊です。

「乙嫁語り」 森薫



桃井 伽怜さん

19世紀の中央アジアを中心に、お見合いで結婚した男女とその家族や友人が絆を深めていく物語です。民族衣装や壮大なシルクロードの風景と動物が緻密に描かれ、まるで美術品を見ているような気持ちになりました。



このコーナーでは、市ががんばる企業応援補助金など公的支援を受けて、どこかにキラリと光る魅力を持った、市内の企業などで働く「キラリ人」を紹介し



◀ 商工業関連の補助金・助成金

市ががんばる企業応援補助金を受けて、令和7年7月にネイルサロン「Lua」がオープンしました。



ル ア
Lua

オーナー 釜田 淳実 さん (37 歳)

「月に一度、ここへ来るのが楽しみなんです」。そんな言葉をお客様からもらえることが、ネイルサロン「Lua」のオーナー釜田淳実さんにとって何よりの喜びです。

上越市板倉区出身の釜田さんは、幼い頃から「誰かをかわいくすること」が大好きでした。友達に化粧したり、髪を結ったりして、笑顔になる姿を見ることが何より幸せだったと振り返ります。

高校卒業後はCGクリエイターを目指して専門学校へ進学。その後、美容専門学校にも通い、美容師免許やネイリストなどの資格を取得し、美容師としてブライダルやアイドルのヘアメイクにも携わるなど、幅広い経験を積みました。

結婚・出産を経て3人の子どもを育てる中で、働き方を見直すようになりました。子どもの体調不良でも仕事を優先せざるを得ない経験から、子育てとの両立に限界を感じたと言います。

その思いから、自分のお店を開業。念願だった「Lua」が誕生しました。



【Lua】

- 所在地 妙高市飛田
- 営業時間 平日 10～19時
土日曜 10～12時
- 定休日 土日曜の午後、祝日
- 予約 Instagram から



◀ Instagram

お店は、爪をきれいにするだけでなく、お客様が悩みを話して気持ちを軽くし、笑顔で帰れる場所。そんな想いをたいせつに、一人ひとりと向き合っています。

ネイルは、流行のカラーや最新のデザインは常に取り入れながら、お客様自身が思い描く「かわいい」を丁寧なカウンセリングで引き出すこと。「120%かわいい仕上げ」で帰っていただきたい。その思いが、釜田さんの仕事の原点です。

優しく話を聞き、相手の気持ちに寄り添い、その人だけの「かわいい」をいっしょに見つけてくれる。Luaは、指先だけでなく心まで明るくしてくれる、そんな笑顔が生まれるサロンです。

人口の動き

令和8年8月1日現在 ※ () は前月との比較

総人口	2万8445人	(-36)
男性	1万3987人	(-17)
女性	1万4458人	(-19)

<人口の増減内訳>

出生	12人	転入	69人
死亡	37人	転出	80人

世帯数 1万2160世帯(-24) [20]

編集後記

今月号の特集は「数字で見る妙高市」です。さまざまなデータから妙高市をのぞきます。個人的に特に印象に残ったのは、外国人観光客の数が大きく増えていることです。SNSを眺めていると、妙高を訪れた外国人のかが投稿した写真や動画を見かけることもあり、魅力が世界に広まっていると思うとうれしく感じます。9月も暑い日が続きそうです。この時期は市外の観光地へ出かけることも多いですが、市内の避暑スポットで改めて地元の良さを感じるのも良いなと思いました。(蘭)

