

2026年1月25日発行

「NPO雪のふるさと安塚」だより

明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃は当 NPO の事業活動に、ご支援・ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、2月の強烈な寒波に繰り返し見舞われた昨年の春、深い残雪の中で満開の花を咲かせた桜の姿に、美しさとともにそのたくましさを感じました。「休眠打破」冬の寒さがあるからこそ、桜はつぼみを目覚めさせ、美しい花を咲かせることができます。

NPO もリバーサイドロードの桜まつりの復活をスタートに、様々な「休眠打破」に取り組んだ一年でした。夏は、町内会の皆様のご協力を得て、リバーサイドロードの花壇の一斉整備を行い、秋のヤナギバひまわりの頃には、見違えるほどきれいな道が来る人を迎えてくれました。

11月は、20年ぶりに「スローフード講座」を開催、ランチバイキングを復活させた雪むろそば家「小さな空」には、山里の恵みをふんだんに使ったごちそうを目当てに多くの人たちが詰めかけました。

令和8年は、午（うま）年です。それも60年に一度の丙午（ひのえうま）にあたります。馬は昔からまっすぐ前へ進む力強さから「躍動」「成功」を象徴する干支とされ、丙午の年は、更に「勢いとエネルギーに満ちる」と言われます。

まもなく、「新安塚八景」が決定します。安塚小学校の3・4年生の皆さんが、まちじゅうを巡り、そこで見つけた安塚を象徴する美しい風景を候補として提案してくれました。その候補に対して、多くの皆さんから参加していただいた投票結果を基に、整理を進めています。

何百年という歴史に育まれた風景、先輩たちがまちづくりの活動の中で創ってきた安塚の景観を、今、子どもたちが誇りに思ってくれることこそ、未来に残したい財産にほかなりません。

伝統の文化、景観、そしてここに住む私たちの元気と笑顔を子供たちにつないでいくために、「未来につながる安塚の地域づくりビジョン」の実現に向け、皆様のご参加とご協力のもと、更に幅広い事業に挑戦し、前に進めていきたいと、新年にあたり決意を新たにしております。

結びに、皆様のご健康とご多幸を祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

本年もよろしくお願い申し上げます。

代表理事 小松 光代



「NPO 雪のふるさと安塚」事務局は安塚コミュニティプラザ館内です。
いつでもお気軽にお立ち寄りください。

また、コミュニティプラザの利用や NPO 雪のふるさと安塚に対する
ご意見ご要望もお寄せください。

〒942-0411 上越市安塚区安塚777番地
TEL: 025-592-3880 FAX: 025-592-3540
HP: <http://www.yasuzuka.net/> Mail: npoyuki@joetsu.jp



NPO のまちづくり活動に あなたの熱意を

NPO 雪のふるさと安塚 次期理事候補者を公募します

NPO 雪のふるさと安塚では、現在、次期（令和8・9年度）NPO 役員の選考委員会を設置し、その候補者の選考作業を進めています。

その一環として、今後の事業活動に理事として積極的に参画いただける方を公募することとしました。

「未来へつながる安塚の地域づくりビジョン」の実現のため、あなたの熱意とアイデアを活かしてみませんか。

詳しくは回覧文書をご覧ください。
ご応募をお待ちしています。

介護者家族の集い

ちょっと息抜きしませんか？

安塚地域包括支援センター 近藤晃史さんと一緒に
語り合いませんか？

介護についての情報交換、
ヒントや知識が得られるかも…

介護している方、されている方一緒に
ご参加いただき、いつもと違う時間を過ごしましょう



日 時 令和8年2月25日(水)13:30~15:30

場 所 安塚コミュニティプラザ 和室

対 象 介護中の方・介護経験者・介護について関心を
お持ちの方など、どなたでも参加いただけます

参加費 100 円 ※事前に申し込みをお願いします(締切2/16)

申込先 電話 592-3880 担当:池田

第15回灯の回廊 安塚キャンドルロード

2月28日(土) 17:00~21:00

我が家の芸術作品

ご家庭・個人向けにキャンドルを配布します。
ご希望の方は、安塚コミュニティプラザへ
おいでください。



配付日: 2月24日(火)~27日(金)

時 間: 9:00~17:00

会 場: 安塚コミュニティプラザ 事務室

※お受け取りの際は、キャンドルを入れる袋を
ご持参ください。

雪上花火は夜8時打上

山のうえの雪まつり

2月28日(土) 16:30~20:30

宝探しやバナナボート体験など
楽しい催しがいっぱい。
雪茶屋や屋台の食事メニューも豊富です。



17:00以降のご来場には、車1台に
つき500円の運営協力金が必要です



NPO雪のふるさと安塚 企業会員紹介 23

apollostation
浦川原SS / (株) 原商店
(ウラガワラ (カブ) ハラショウテン)



上越市浦川原区釜淵347

☎ 025-599-2285

FAX 025-599-2602

営業時間 朝7時~午後7時30分

定休日 毎週日曜日、
1月1日~3日

NPO雪のふるさと安塚 企業会員紹介 24

真空管の柔らかな音

各種オーディオ製品 (インターネット販売)

オーディオ研究所

沙耶インターナショナル・AUDIO

代表 本間 克哉

〒942-0411 上越市安塚区安塚523-8

TEL 025-592-3711

mobile 090-4617-0389

令和8年度 NPO地域活動支援事業の助成団体募集

安塚区内で活動する町内会・自治会をはじめ
各種団体（NPO 雪のふるさと安塚会員登録団体に限ります）
の皆さんの取組を応援します。
ぜひ、ご活用ください。

<助成基準>

- ・ 参加者が、広く安塚区内全域及び安塚区外を含めた区域を対象とする事業活動に要する費用、資材及び機械等の経費
- ・ 支援回数は、一団体年間1回

<助成金額>

- ・ 総事業費の2分の1以内で10万円を限度とします
- ・ ただし、事業に伴う収入金は、補助対象事業費から差し引きとなります

<申込締切> 令和8年3月13日（金）まで

令和7年度の支援事業



天空の花畑
駐車場整備
（朴の木）

ほその村
そばまつり
（細野）



笹団子
特産品継続事業
（雪だるま物産館）

誰もが安心してスキーを楽しむように

障がい者スキー技術の合同練習会

令和5年と6年に上越市が開催した「インクルーシブ野外活動指導員（IAI）養成講座」を受講し、指導員となった皆さんが、本格的なスキーシーズン前に、専門用具の操作技術を高めるため、昨年12月29日（木）に自主的な合同練習会を開きました。

今回練習したのは「スノーカート」と「デュアルスキー」という体力的な面や四肢の障がいなど様々な理由で通常のスキーができない人でも、グレンデを颯爽と滑ることが出来るよう支援する専門用具です。

キューピットバレイスキー場では、スキースクールを中心に、「誰もが安心してスキーなどの野外活動を楽しめる」ように取り組んでいます。

身体的な障がいだけでなく、自閉症などの理由で運動が苦手な人たちも支援するため、指導員の皆さんは専門用具の操作技術だけでなく、心理学の分野も学んでいます。

今シーズンもたくさん市内小学校がキューピットバレイでスキー授業を行います。

これまで、見学やそり遊びなどクラスメイトと別のメニューをするしかなかった子供たちも一緒にスキーを楽しめるのです。

今シーズンは、4校のスキー授業を支援する予定とのことで、実践の前に練習にも熱が入っていました。

この指とまれ

やすづかのサークル紹介②

藤むらさき 代表 北島朝子さん

私たちは、月に2回、楽しいという帽子をのせて日本の伝統芸能である日本舞踊をお稽古しております。

例年、安塚区敬老会や芸能祭などのステージに上がらせていただくことから、その目標に向かって、小さな灯りをともしながら精進しております。

現在、会員は2名ですが、寒中でも猛暑でも休むことなく「稽古とは一より習い十を知り 十より帰る 元のその一」を心に、時には張り詰めた空気の中、時には満足感あふれる笑顔で楽しんでいます。



総合事務所からのお知らせ

交通災害共済の事前申込みについて

2月1日から3月31日まで、交通災害共済の事前申込みを受け付けます。交通災害共済は、万が一の交通事故に備えるための助け合い制度で、交通災害に遭われた場合、最高で150万円の見舞金支給されます。今回から、インターネットでの加入手続きも可能になり、会費は年齢に関係なく1人400円です。(通常加入は1人500円。)詳しい支給要件や加入方法については、配布されたパンフレットをご覧ください。総合事務所までお問い合わせください。



なお、現在ご加入中の方は、共済期間が令和8年3月31日で終了しますのでご注意ください。引き続きのご加入をおすすめします。

【お問合せ】市民生活・福祉グループ ☎ 592-2003

入浴時の温度管理に注意してヒートショックを防止しましょう

ヒートショックとは、暖かい部屋から寒い部屋への移動などによる急激な温度の変化によって血圧が上下に大きく変動することをきっかけにして起こる健康被害のことです。失神や不整脈を起こしたり、急死に至る危険な状態で、気温の下がる冬場に多く見られます。

日頃元気な方でも、特に高齢者は、日頃から家庭血圧を測定して体調の変化を確認しましょう。

ヒートショックを防止する6つのポイント

- ・脱衣所や浴室、トイレへの暖房器具の設置や断熱改修
- ・シャワーを活用したお湯はり
- ・夕食前・日没前の入浴
- ・湯温設定41℃以下
- ・1人での入浴を控える
- ・食事直後・飲酒時の入浴を控える

ヒートショックを防止



【お問合せ】市民生活・福祉グループ
☎ 592-2003

安塚診療所 1・2月の診療カレンダー

○三宅先生 ◇大塚先生 △午後休診 ×休診

1月25日(日)～2月21日(土)

日	月	火	水	木	金	土
25 ×	26 ○	27 ○◇※1	28 △	29 ○※2	30 ○	31 △
2/1 ×	2 ○	3 ○◇※1	4 △	5 ○※2	6 ○	7 ×
8 ×	9 ○	10 ○◇※1	11 ×	12 ○※2	13 ○	14 ×
15 ×	16 ○	17 ×	18 ×	19 ○※2	20 ○	21 ×

【受付時間：午前8:30～11:30、午後2:00～4:30】

※1：毎週火曜日の午後は、整形外科(大塚先生)の診療も行います。

整形外科(大塚先生)の受付時間は午後2:00～3:30です。

※2：木曜日の午後は往診のため、受付時間は午後3:00～4:30です。診療開始が午後3:30を過ぎることがあります。ご了承下さい。

※：2月22日(日)以降の予定は、決まり次第、診療所の窓口に配置するほか、市ホームページに掲載します。

除雪機の巻き込み注意、防寒着の裾

軒下を通るときには「上方確認」忘れずに

2月4日(水)午後、17日(火)・18日(水)は休診です

【お問合せ】安塚診療所 ☎ 592-3330

高田図書館浦川原分館からのお知らせ

～新しい本が入りました～

- | | |
|---------------------------|-----|
| 一般書・災害の季節 中山 七里/著 | 小説 |
| ・火星の女王 小川 哲/著 | 小説 |
| ・あなたの実家、どうする? 高橋 大樹/著 | 不動産 |
| 児童書・みえないおしごと とくなが けい/さく・え | 絵本 |
| ・開運えんぎもの図鑑 高野 紀子/作 | 縁起物 |

～特別図書整理期間の休館について～

所蔵しているすべての資料を点検・整理するため、次のとおり休館します。休館中は、本に関するお問い合わせは、開館している図書館にお願いします。

・特別図書整理期間の休館日：2月3日(火)・4日(水)

※ご利用時間※ 火～金曜日/午前10時～午後7時
土・日・祝日/午前10時～午後6時
皆様のご来館をお待ちしております。

【お問合せ】高田図書館浦川原分館 ☎ 599-2830

2月の雪だるま高原情報

○オールドスタイルデー

2月15日(日)は昭和や平成の懐かしいオールドスタイルで滑ってみませんか。正午から全員によるデモ滑走を行います。オールドスタイルで来場した人には、当日のリフト1日券をプレゼントします(先着100人)。



○2月限定メニュー「バクダン丼」の販売について

センターハウス内レストラン「プランネージュ」では、2月限定メニュー「バクダン丼」を販売します。ネギトロ・オクラ・納豆・タマゴのスタミナ丼です。是非、ご賞味ください。



営業時間：午前11:00～午後2:30(平日)、
午前11:00～午後3:00(土・日・祝日)

○ゆきだるま温泉 久比岐野について

<2月の久比岐野営業時間>

日	月	火	水	木	金	土
2/1 ○	2 休	3 ○	4 ○	5 ○	6 ○	7 ○
8 ○	9 休	10 ○	11 ○	12 ○	13 ○	14 ○
15 ○	16 休	17 ○	18 ○	19 ○	20 ○	21 ○
22 ○	23 ○	24 休	25 ○	26 ○	27 ○	28 ○

営業時間：午後0:00～午後6:00
(午後5:30 最終受付)

【お問合せ】雪だるま高原キューピットバレイ
☎ 593-2041