

A cartoon character with green hair and a purple headband, holding a large yellow star. The character has a friendly expression and is wearing a purple outfit. The star is yellow with a smiling face.

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>



今年の稲文字は「進(シン)」
清里小の進化、20周年を超えて進め



子どもたちの原案を基に、地域の方が作成した設計図により田植え

5月14日(水)清里小学校では学校田の田植えが行われました。5年生をリーダーに全校児童が参加し、地域の方、PTAの皆さんと一緒に作業を行いました。



星のふるさと館 通信
☎ 528-7227

今月の星座:ふたご座
【5月21日～6月21日】



19 時頃に、能登半島の先端に沈む太陽。20 時 30 分頃に、昇りくる夏の大三角。夜空 & プラネタリウムで、ぜひお楽しみください。

清里区ほっとカレンダー

R7.6.1 ~ R7.6.30

【区】：区総合事務所 528-3111
 【コ】：コミュニティプラザ 529-1218
 【小】：小学校 528-4634
 【中】：中学校 528-4068
 【保】：保育園 528-3205
 【子】：子育てひろば 528-3205
 【板保】：板倉保健センター

【京】：ビュー京ヶ岳 528-4100
 【星】：星のふるさと館 528-7227
 【ス】：スポーツセンター 528-7300
 【診】：診療所 528-3313
 【歯】：歯科診療所 528-4180
 【活】：活性化交流施設 528-7350
 【公】：スポーツ公園グラウンド

6月18日(水)



無印良品の移動販売バスが来ます

9:30~10:30 清里コミュニティプラザ
 10:45~11:15 株式会社 三原田組
 11:30~12:00 清里診療所

1	日	七夕フェア(6/1~7/7)【星】
3	火	行政相談 9:00~11:00 【コ】 健康運動教室 9:30~11:00 【コ】
5	木	第30回清里区シニアゲートボール大会 8:30~14:00 【活】
10	火	特定・市民・後期高齢者健康診査【ス】 レディース検診【ス】
11	水	特定・市民・後期高齢者健康診査【ス】
12	木	乳幼児検診(1歳、2歳、2歳6か月) 時間は個別対応【板保】
17	火	健康運動教室 9:30~11:00 【コ】 介護予防教室 9:30~11:00 【コ】
21	土	夏至の夕日と星空を見る会【星】
24	火	健康運動教室 9:30~11:00 【コ】

■ クマの出没にご注意ください

山菜取りなどでクマの目撃情報が増加する時期です。山や林に入るときは、クマ鈴やラジオなどを鳴らし、人がいることをクマに知らせるようにしましょう。また、クマが活発に行動する早朝や夕暮れ時は、山林や川辺に近づかないようにしましょう。

※クマを目撃した場合は、総合事務所か警察署(110番)のいずれかに連絡してください。

★ クマに出会ってしまったら

- ・クマを威嚇しない(大声を出す、物を投げるなど)。
- ・目をそらさず、後ずさりで離れる(絶対に走らない)。

★ 春から夏の注意点

- ・子グマを見ても絶対に近寄らない。母グマが子グマを守るために人に向かってくることがあります。

★ 問合せ：市民生活・福祉グループ

■ 清里診療所の休診について

診療は午前のみです。

休診は、6月7日、21日(第1、3土曜日)とすべての日曜日です。

★問合せ：清里診療所 ☎528-3313



■ 清里区の人口と世帯数

★令和7年4月末日現在 ()は前月との比較

男	1,190人	(-3)
女	1,118人	(-5)
計	2,308人	(-8)
世帯数	877世帯	(+1)

■ 上越あたご地域包括支援センター清里 知ってますか？

○地域包括支援センター清里は、住み慣れた地域で、みなさまが安心して暮らしていくために保健・医療・福祉・介護など、さまざまな面から支援をする総合的な相談機関です。

必要なサービスや制度を紹介し、関係機関につなぎます。なお、知りえた情報、秘密は厳守します。

【相談(例)】

- ・「介護保険を申請して認定をとって、デイサービスなどの介護サービスを使いたい」
- ・「最近ものの忘れが進んで困る」「すっかり人が変わってしまった」※認知症
- ・「最近元気がない」「あざがある」「助けてほしいと言われたが」※虐待
- ・「障害者手帳を申請する手続きはどうしたらいい」※障害者
- ・「なかなか働くところが見つからない」※生活困窮
- ・「家から出られない」※ひきこもり

上記は、一例です。生活の中で困ったことや心配なことがある時は、一人で抱え込まずお気軽にご相談ください。来所だけでなく、電話やご自宅に伺いご相談をお受けします。

★問合せ：地域包括支援センター清里(清里区総合事務所内) ☎025-530-7612

