



ホームページ ▶

ふるさと上越 🔍

ふるさと上越ネットワークたより

編集・発行 ふるさと上越ネットワーク事務局

〒101-0064 東京都千代田区神田猿樂町2-1-2

TEL: 03-5244-5138 FAX: 03-3294-6106

●本庁担当

上越市 総合政策部 総合政策課 ふるさと応援室

〒943-8601 新潟県上越市木田1-1-3

TEL: 025-520-5625



正善寺ダム 撮影：小坂庸雄さん

「たより」No.316 目次

会員数と

「ふるさと市場」販売報告 1

Jネットの活動とお知らせ 2

同窓会・郷友会コーナー 2

上越の行事 3

◇ 第47回 観蓮会

◇ 第101回 謙信公祭

俳句ひろば 4

会員ひろば 4

◇ 「地域が先生！」

ライトシップ高等学院のチャレンジ

斎京四郎

瀧川鯉橋師匠 高座予定 6

上越タイムス・上越ケーブルビジョン

(アクセス方法のご案内) 6

上越産品販売のお知らせ 6

JネットHPのご案内 6

上越市からのお知らせ 6

会員ひろば 7

◇ 「蝶」から学んだ好奇心

栗原 毅

会員数と「ふるさと市場」販売報告

(1) 会員数 508名

(令和8年7月20日現在)

(2) ふるさと市場の販売取次状況

令和8年6月 93点 251,890円

※前年同月 187点 284,804円

◆6月11日(木)湯島にてサロン開催



今月のサロンは32名の参加で賑わいました。乾杯から暫し歓談のあと、柿沼敏夫さんがボブ・ディランの「風に吹かれて」をギター演奏で歌って下さいました。懐かしくで手拍子しながら楽しみました。直後長谷川瓊子さんが飛び入りで一曲ご披露下さいました。さすがプロのオペラ歌手、拍手喝采。初参加は高橋直道さん。入会直後の岩崎航一さんがお連れ下さいました。私、同期の数名と高校同級生、何十年ぶりの再会でした。

(小坂庸雄 記)

差し入れは、新山さんから茄子・生姜ほかの漬物、榎野さんからかたふね、長谷川さん・浜野さんから赤ワイン、内田さんから葡萄、会長から白ワインと海苔・いか天、有り難うございました。(事務局)

◆7月9日(木)湯島にてサロン開催

蒸し暑いこの時期でしたが30名が集まり、先月に続いての賑わいでした。新規入会の石川誠さん、久々の参加の木澤茂雄さん、上越から参加の池田肝太さん、木藤進さんから夫々お話いただき、そのあと先月に続いて柿沼敏夫さんがギター演奏、今回は70年代の懐かしい2曲。なお、岩崎航一さんからはご友人の新刊「上越・妙高 方言辞典」(川村康宏著)を頂戴しました。話題も多く話しが盛り上がりしました。

(小坂庸雄 記)



差し入れは、池田さんから雪中梅夏酒、笹川さんから千代の光、宮腰さんからビール、片田さんから明太子、木澤さんからピーナッツ、内田さんから李、会長から巻き寿司、有り難うございました。(事務局)

【次回以降のサロン】毎月第2木曜日開催 17:30～19:00 (予約不要・途中からのご参加もOKです。)

◆ R8.8月13日(木) ◆ R8.9月10日(木) 17:30～19:00 参加費1,500円

会場：東京新潟県人会館「ふれあいふるさと館」〒110-0005 東京都台東区上野1-13-6 TEL：03-3832-7619

同窓会・郷友会コーナー

◆上越総合技術高校 同窓会 (本部・関東支部 R8年度 総会・懇親会)

創立記念日にあたる5月10日(日)18:00～、上越市西城町のデュオ・セレッソで、70余名の参加を得て総会と懇親会を開催しました。各テーブルでは懇親に花が咲き、閉会前の校歌斉唱では、新任の中原校長、同窓会役員・会員が登壇し、全員元気よく歌いました。

関東支部総会・懇親会は、5月28日(木)小旅行を兼ねて1泊2日、静岡県沼津市のホテルで開催しました。

初日は、昭和天皇の沼津御用邸として造営された西付属邸・庭園他を見学した後ホテルへ。17:30～支部総会と懇親会。翌日は各自、深海水族館見学し三三五五帰宅。

(関東支部長 藤沢勝一郎 記)



◆ 高田北城高校同窓会東京支部 R8年度 総会・懇親会

6月7日、高田北城高校同窓会東京支部会の総会、懇親会がアルカディア市ヶ谷で開かれました。

今年は講師に日本体育大学名誉教授瀧澤康二先生をお招きして「スポーツ哲学を通して学んだこと」と題してお話しして頂きました。健康とは？などアカデミックなお話しでした。大学の教室で講義をお聞きしているような新鮮で若返った気分でした。

その後は出席者の皆様のお話あり、ジャンケン大会などで盛り上がりました。ジャンケン大会の優勝者はなんと最長老90才の方でした。カゴメ食品から賞品が後ほど郵送されるそうです。（カゴメ食品協賛でした）最後に全員で記念写真を撮り散会いたしました。

皆様、来年又お会いしましょう。

（東京支部会会長 長谷川璣子 記）



◆ 高田高校校友会東京支部 R8年度 総会・懇親会

6月19日（金曜日）、好天に恵まれ、アルカディア市ヶ谷にて、第62回高田高校祭が大盛況のうちに開催されました。本部校友会会長はじめ上越からのご来賓の方々7名を含め300名近くの校友が参加して、楽しく和やかなひと時を過ごしました。懇親会では「鮎正宗」の鏡開きに始まり、ふるさとの味タケノコ汁、野沢菜、塩スルメ、また、糸魚川の大火から10年にちなんだブラック焼きそばも供されました。

昨年から、サークルネットワーク活動が始まりましたが、今回、サークル紹介と交流も行われました。

また、別室で「村山陽作品展示即売会」も開催され、描かれた懐かしいふるさとの風物を堪能しました。

（祖父江ひろみ 記）



上越の行事

◆ 第47回 高田城址公園 観蓮会 7月18日から8月23日まで開催

毎年一足早く開花する県立高田北城高校前の北堀で、6月中旬10輪以上が開花、道行く人たちの目を楽しませています。今年の観蓮会は乗馬体験やお休み処、フォトスポット設置、本町商店街での「夏の本町ガチ盛りまつり」など昨年までの取り組みに加え、新たに食のイベント「上越ナイトマーケット」の実施が計画されています。

お問合せ：高田城址公園観蓮会実行委員事務局

（公益社団法人上越観光コンベンション協会内）<https://joetsukankonavi.jp>



◆ 第101回 謙信公祭 8月22(土)・23(日)開催 ※8月21(金)前夜祭

今回の「上杉謙信公役」は様々なイベントで上越の観光をPR、ご活躍中の越後上越上杉おもてなし武将隊です。発足から約15年目にあたる今年、武将隊のみなさまの更なるご活躍も見どころです。（<https://uesugi-busyotai.com/>）

イベントスケジュールなどは、今後変更もございます。下記のURLより詳細をご覧ください。

<https://joetsukankonavi.jp/kenshinkousai/>



ふるさと 夏

転校生まず草笛を伝授され

巢作りに餌やりに燕百万遍

水の輪に水の輪かさね五月雨るる

夏の袈裟まとひし僧の香匂ふ

蚊遣豚連れてしばしの庭いぢり

宮入りの採みの昂り神輿衆

素潜りの海つ子栄螺握り浮く

歌垣の如く螢火またたけり

はまなすの実に海光の照り返す

橋越えて渡御の囃子の近づき来

上野直江

会員ひろば

◆「地域が先生！」 ライトシップ高等学院のチャレンジ

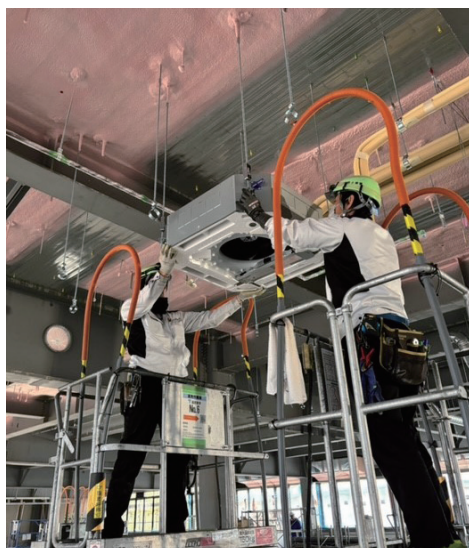
斎京四郎(新潟県議会議員 元高田高校教頭、教諭)

昨年の春に上越市の直江津港ターミナルにライトシップ高等学院という新しい「学びの場」が23名の生徒を迎えてオープンしました。

私は現在、この学院のコーチングスタッフの一員として学校の体制整備などに努めています。

さて、ライトシップ高等学院(広域通信制高校サテライトキャンパス)は日本で初めての本格的な職業体験をカリキュラムのコアに据えた新しいコンセプトの学びの場です。

基本的には週5日のうち、4日は地元の様々な業種の企業に出社してインターンシップを体験するという形態ですが、普通の学校の短期の職場体験学習と違い、長期間(約3年間)を同一の企業・職場で恒常的、継続的に働くというスタイルを採っています。



こういう説明をすると「要するに仕事しながら学ぶという従来の定時制?」と思われることが多いのですが、そのインターンシップ自体を授業と考え、働くことをとおして体感する自らの適性や課題、展望などを客観的に振り返りサポートしていくことに主眼を置いています。旧来の定時制が「働きながら学ぶ」ということであれば、ライトシップ高等学院は「働くことで学ぶ」と言っても良いかもしれません。

ベースの発想としてはドイツの若年層の職業訓練システムであるデュアルシステムをモデルとしています。良く知られているようにドイツではマイスター制度を頂点とする職業訓練制度による若年層の教育システムが一般的であり、日本の中高生に当たる年齢の子ども達が普通に企業や事業所で働いているのが当たり前であることから、ドイツの子どもに出来て日本の子どもが出来ないわけではないだろう?という前提に立っています。

また、週に一回、PBL (Project based learning) という地域活性化プロジェクト授業を展開して地域や学校独自のイベントの運営を行いトライ＆エラー型の学習による活動を展開しています。これは同世代の仲間との協働や失敗をとらえて学ぶということを主眼にしており自主性の育成を目指すカリキュラムです。

この学校はライトシップ高等学院創設者の松本将史学院長が海洋高校教諭時代（旧能生水産高校）に実践した商品開発・販売を行う学校内企業の「能水商店」での生徒の成長ぶりにヒントを得て開発したカリキュラムから生まれたものです。

ところで、明治維新以降、欧米の学校システムをモデルに日本でも近代学校制度が整備され発展・進化してきましたが、大きな時代の変革期を迎えて、その学びのスタイルはいろいろな面で限界を露呈していると言ってよいような状況が発生しています。同一年齢集団による同一カリキュラムの教科学習を軸とした一斉授業、評価に代わる新しいスタイルを模索する試みは様々ありますが、本来、子どもはリアルな働く場や地域の中で様々な大人から指導、助言を受けながら成長していくというのが、人類が長く行ってきた次世代育成の手法です。そうした原点に還りつつオンライン授業やデータのポートフォリオ化を図り個別最適化の学習と体験を提供しようというのが本校の指導理念でもあります。

お陰様で地域の理解も少しずつ広がっており、今春も30名の生徒が入学し、また本年から柏崎、来年度からは県央(三条燕エリア)地域にもサテライトキャンパスを展開する予定です。

上越は戦前からの高田師範学校の伝統がある教育の街。その歴史は新潟大学教育学部高田分校を経て、現在、上越教育大学に継承されていますが、この「教育の街上越」から日本の教育の在り方を問う全く新しいチャレンジが始まっていることを『ふるさと上越ネットワーク』の皆様からも是非、知っていただき、関心をお持ちいただくとともにご理解、ご支援を賜ればこれに勝る喜びはありません。



2026年4月、6月独自の教育モデルを提案、各賞にて高く評価されました(編集部・注)

◆ 2025年度のグッドデザイン賞受賞 (2026年4月1日)

<https://www.g-mark.org/learn/past-awards/gda-2025/results>

高校卒業と同時に初級レベルの職業能力を身に付けられる日本初ともいわれる独自の「デュアルシステム(有給OJTと教科学習の両立)教育モデル」が高く評価されました。

◆ 2026年NIIGATAベンチャーアワード アントレプレナー部門 最優秀賞受賞(2026年6月2日)

<https://www.niikei.jp/2071918/>

アントレプレナーとは、自ら新しいビジネスを立ち上げリスクを負って事業を運営する「起業家」や「事業家」を意味します。

「新潟から高校教育のスタンダードを創る」を掲げ、「働くことで学ぶ」をコンセプトとした産業人材育成システムを展開、高く評価されました。

◇8/4(火)横浜にぎわい座 8月興行

時 間：午後2時～4時

木戸銭：2,900円(各種割引有、要お問合せ)

出 演：与いち、コントD51、鯉橋-お仲間入りのだゆき、
たけ平(以上出演順)

会 場：横浜にぎわい座(桜木町)

お問合せ：045-231-2515(にぎわい座)



◇8/11(火)～15(土)上野広小路亭・昼の部＝鯉橋主任興行＝

時 間：正午～4時半 木戸銭：3,000円

主 任：瀧川鯉橋

ほかに蝠丸、柳橋、新宿カウボーイなど出演

お問合せ：03-3833-1789(上野広小路亭。松坂屋向い)

◇8/28(金)両国「七人の侍」～流浪の落語会～<9/14(月)も>

時 間：午後1時～3時半ごろ 木戸銭：1,500円

出 演：鯉朝、枝太郎、榮生、鯉橋、鳳志、藍馬

会 場：お江戸両国亭(墨田区両国4-30-4)

◇8/30(日)上越名人会(第53回)

～ありがとうリージョンプラザ、改修前の最終興行～

時 間：午後2時～5時半 木戸銭：4,500円(前売4,000円)

出 演：柳家花禄、瀧川鯉橋、

柳家圭花改メ華形家八百八(真打昇進披露口上有り)ほか

会 場：リージョンプラザ上越(上越市下門前)

お問合せ：025-544-2122(リージョンプラザ上越)

☆ブログ～七転び八起の末のホンダラダ～<https://rikuyoh3194.hatenablog.com/> どうぞご覧くださいませ 鯉橋拝

上越タイムス電子版、上越ケーブルビジョンへのアクセス方法 (会員のみ)

◆Jネット会員は、無料でご覧いただけます。

- ① JネットHP右肩「Jネット会員メニュー」をクリック
- ② 「ログインはこちら」をクリックし各社のHPへ
- ③ 下記のメールアドレス・パスワードにてログインしてください。



上越産品販売のお知らせ

● Jネットふるさと市場「取次販売商品一覧」

会員は送料無料で取り寄せができますので、どうぞご利用ください。各社パンフ、取次販売商品一覧(A4版1枚)を同封にてお届けします。ご希望の方には、ご注文用紙をお送りしますので事務局までご連絡ください。(お電話、メールでのご注文もお待ちしております。)

● 上越特産市場

JCCソフト株式会社運営による、上越農林水産物・特産品のネットショッピングモールです。<https://www.joetsu-tokusan.jp/>

Jネット ホームページ

◆ ふるさと上越ネットワークのホームページをご覧ください

「たより」を全ページカラーでご覧いただけます。上越市の四季の写真他、掲載は多様です。

「ふるさと上越ネットワーク」を検索し、ご覧ください。スマートフォンでは、右のコードよりご覧いただけます。



上越市からのお知らせ

◇ 第101回謙信公祭の ふるさと納税型クラウドファンディング実施中！

謙信公祭は昨年第100回目の開催となり、謙信公役に松平健さんをゲストとして迎えたほか、謙信公の愛刀・国宝「山鳥毛」の展示など、様々な関連イベントを実施し、当日は9万人を超える方が訪れる大盛況となりました。

今年は、市内外でイベント等を盛り上げている越後上越上杉おもてなし武将隊の上杉謙信公が、謙信公祭の謙信公役を務めます。ぜひ、皆様も謙信公祭へお越しください。

謙信公祭を今後も継続し、上越市民、そして市外の方々へも謙信公の武勇や「義」の心を広めるほか、上越市の歴史や文化を伝えていくために、昨年に引き続き、クラウドファンディングを通じて寄附を募っています。

ご協力いただける方は右の2次元コードからクラウドファンディングの内容をご確認ください。

■ 第101回謙信公祭 8月22日(土)、23日(日)開催

■ ふるさと納税型クラウドファンディング ふるさとチョイスGCFにて9月20日まで実施

総合政策課ふるさと応援室 (TEL：025-520-5625)



◆「蝶」から学んだ好奇心

栗原 毅(内科医)

昨年のJネット総会で「人生100年時代に立ちはだかる“80歳の壁”とは何か」という講演をさせて頂きました。

めざせ健康長寿！どうすれば自立した生活を続けられるかをテーマにお話致しました。

つくづく感じたことは、Jネットの存在の有難さです。以前、総務省・厚生労働省からの依頼で遠隔医療の実証実験をした折り、「地域のひととの交流が充実している人ほど、幸福実感度が高い。それは、人とのつながり、思いやりから生まれる安心感でもある」ということを体感していました。まさにJネットは、故郷上越と東京を繋ぐ場を我々に与えてくれているのです。

ところで、講演でも触れましたが、ギネス認定、歴代最高齢はフランス人女性、ジャンヌ・カルマンさん122歳です。長生きの秘訣を訪ねると、「好奇心と行動力、それに赤ワインを飲み、チョコレートを沢山食べる」という答え。特に「好奇心」を常に持っていることは、元気で長生きの条件のようです。また、意外かと思われるかもしれませんが、チョコレート、特に高カカオチョコレートは、健康長寿には欠かせないことも種々研究で明らかになっています。

さて、私の「好奇心」をくすぐるものとは？唯一、少年時代から今まで続いているのは、昆虫、特に「蝶」であることは間違いありません。

その原点は、大手町小学校1年生の夏休みに始まります。当時、小学校近辺の畑、青田川辺りの草むらに蝶が乱舞していました。自由研究は、何の迷いもなく蝶の採集に決まります。毎日、他のお家のお庭や畑に勝手に入り込み、子供用の捕虫網を振り回してアゲハチョウ、モンシロチョウ、シジミチョウなどをたくさん捕まえました。お菓子箱にビニールを張り、標本箱を作ったのはいいのですが、標本の作り方は全く分からない。胴体に針を刺し、羽を広げればいいのか、と勝手に考えたものです。自分ながら立派な標本が出き、意気揚々と始業式の日に提出したものです。

初めての担任となる丸山桃枝先生。この出会いがその後の人生に大きな影響を与えて頂くことになります。1年生にしては、よく頑張ったねと褒められることを期待していたのですが、標本箱を見た瞬間、「これではダメだよ。蝶の羽根を伸ばす展翅のやり方を教えるので、明日放課後残りなさい」。

先生は、展翅板という細長い木を用いて綺麗に蝶の羽根を広げ、テープで固定していきます。ご自宅から標本作りに必要なものをわざわざ持参してくださったのです。

蝶の標本は展翅をするものであることも知らなかったので、展翅をしたあとの蝶の美しさには、驚き、感動しました。

「私の家族は虫が好きな」と丸山先生。その意味も理解できないまま小学生時代が過ぎていきます。

蝶って採集するのも楽しいけれど、どのような一生なのか調べてみたい。卵をどんな植物に産んで、幼虫は何を食べてるのだろうか。蛹はどこに張り付くのか、羽化の瞬間も観察してみたい。今思えば、この時初めて「好奇心」が芽生えたのです。

高田城本丸跡の附属中学に入学と同時に、教頭として丸山吉夫先生が赴任、その御挨拶で、自然を大切に、その素晴らしさを学んでいまいしょうと、心に響くお言葉を頂きました。のちに、話す機会があり小学1年生の担任で蝶の標本の作り方を習った丸山桃枝先生の御主人であることが、判明。帰宅したのち、父にこの偶然を話すと何と、旧制高田中学校の親しい同級生といわれ、再度びっくり。先生からも蝶の採集や飼育のノウハウを伝授されたものです。更に、インパクトがあったのは、中学2年生全員、丸山先生をリーダーに、3003メートルの北アルプス立山に連れて行って頂きました。

初めての高山蝶や雷鳥に感激を覚えるのは当然、その凜凜しい山々の虜にもなっていました。

高校に進学すると、生物部に所属することになります。ここで、また、びっくりが続きます。丸山先生ご夫妻のご長男が生物部におられたのです。前述の「虫が好きな家族」の皆さまが理解出来ました。こ



んな御縁で、その後も長いお付き合いをさせて頂きました。「人の生き方」を教えて頂いた私の人生の最大の恩人がお二人です。

高校時代、勉強はさておき、金谷山、大糸線姫川温泉、笹ヶ峰、春日山などで、蝶を追いかけてきました。蝶を通じ自然科学の一端を学べたことは医師として、今でもとても役に立っています。

大学ではワンダーフォーゲル部に所属したのですが、山はゆっくり味わいながら歩きたいので、すぐ退部し一人で妙高山・火打山、南アルプス、北アルプス、北海道の大雪山、知床の山々などで、高山蝶や高山植物と戯れていました。

そして今、日曜日は、晴れていれば必ず杉並の自宅の近くの柏の宮公園・塚山公園・神田川辺りに蝶と花の写真を撮りに散歩がてら出かけます。捕虫網など持たず、もっぱら見ることで十分楽しめます。早春のツマキチョウから始まり、11月のツマグロヒョウモンまで毎週、違ったチョウに出会うことができます。蝶の面白いところは、活動する季節が、はっきり決まっていることです。写真のツマキチョウは今年3月29日から4月12日の2週間しか観察することが出来ませんでした。春の訪れとともに羽化をし、短い一生を終わるのです。

以前は、アゲハの卵・幼虫がミカンなどの柑橘類の葉で容易に見つかり飼育し、脱皮後放したのですが、最近はかなり減ってしまいました。それでも、有り難いことに東京では、かなりの種類の蝶をそれなりに観察出来る環境にあります。

因みに、わが国には約260種類の蝶が棲息しています。

東京23区では、一番多い区が杉並区の61種であることが、調査で判明致しました。他の区でも50種類は気をつければ見つけることができます。

蝶の宝庫とされるマレーシアのボルネオ、タイ、台湾、ベトナム、パプアニューギアを訪ねた折りにも、期待したほど、蝶は多くなく、「杉並も負けていないな」と思ったほどです。

最近、散歩に出かけても、蝶や他の昆虫、花、樹木などに感心を寄せている子供が極めて少ないこと、とても心配です。昆虫を通じ命の大切さを学ぶことができます。捕虫網を振る瞬間の高揚感と身近な自然との対話、小さな命が教えてくれる生物多様性の世界、昆虫はわれわれのすぐそばにいる「科学の先生」ともいえます。

子供のみならず、大人の皆さまもしばし、スマホを置いて身近な自然を楽しんでください。上越ほどではありませんが、東京でも大丈夫。「好奇心」を持って、東京の自然に触れてみませんか。

昨年、夏、5年振りに北海道最高峰の大雪山旭岳登山を試みました。何回も難なく登っていた旭岳。足が重く以前の倍の時間で何とか登頂したのですが、下山も足がもつれスムーズには行きません。足の筋肉量の減少に伴い体力の低下を実感したものです。そんな時、疲れを癒やしてくれたのは、孔雀の羽模様にもルリ色の大きな目玉模様が4つの、名前もクジャクチョウでした(写真)。

そうだ、人間が元気に生きるためには「好奇心」だけではダメだ。筋力を増やすことも思いの他、大切であることを痛感したものです。筋肉の材料となる「肉」と「卵」など積極的に食べ、スクワット、もも上げ、片足立ちなど軽い筋トレを隙間時間だけでもいいので、1日5分程やってみましょう。

今からでも遅くありません。「好奇心」と「軽い筋トレ」これが80歳を超えるヒントかもしれません。Jネットの会員の皆さま。元気で長生きしましょう！



◎次号「たより」は令和8年8月25日の発行です。