

ここらへんの情報をお届けする

フリーペーパー ココラ

cocola

上越・妙高・糸魚川

1

2025
月号

vol.196
TAKE FREE

Happy
New
Year!



エルさん

2~3面

総勢100名に当たる! 新春 豪華お年玉プレゼント

応募して福を呼ぼう!

4面

新春初売り福袋SALE

5面

エルマール2025新春Information

6面

佐野オートの乗るだけパック

7面

ここら日和～
浄興寺大門通りスクエア周辺編

6・7面

ここらのInformation

8面

cocola部 お酒飲みますか?

9・10面

オトクーポン

11面

プレゼント応募要項、オタクイズ

妙高山の
雲海を照らす冬暁

写真提供:堀川政利(妙高市)

オトクーポンの
LINE配信スタート!



ID @cocolove.joetsu

cocola公式LINEを登録して
クーポンを使おう!

web

豪華プレゼント勢ぞろい







上越「不動産買取センター上越」買取・売却専門店



「不動産買取センター上越」(昭和林業の家に併設)

「不動産買取センター上越」
高く・早く売りたいにお答えします

「不動産買取センター上越」は、“住宅情報亭”の(株)昭和林業の家と併設していますので「売る」のも「買う」のもまとめてお任せできます。不動産の買取・売却の専門店ならではのスピード査定と高価買取が特徴です。通常売却もワンストップにて売却のお手伝いをさせていただきます。まずは、お気軽に無料査定から。



「売る」のも「買う」のも、
まとめてお任せください

「不動産買取センター上越」買取・売却専門店
☎ 025-546-7806
㊤ 上越市西本町4-16-6 B1 (昭和林業の家隣)
🕒 9:00～17:30
🏠 水曜・隔週火曜



不動産買取センター上越

上越 よもぎ蒸し専門店 よもぎや



よもぎやの黄土漢方よもぎ蒸しは本格的なよもぎ蒸しです

よもぎやは皆様のお陰で
オープンして1年が経ちました

自立神経の乱れに直面する若い世代から更年期でお悩みの世代まで幅広くご来店。「疲れや浮腫みが取れる」「肌が白くなった」「やる気が出る」等の声をいただきます。経験を積んだスタッフが対応するのでご安心ください。黄土漢方よもぎ蒸し(足蒸し付)50分4,800円、ペア9,000円、受験生応援割(高校生まで、他の割引との併用不可) 3,000円。タオル持参割あり。座器5台、団体様OK!



ピソソイルセラピー
30分3,700円～。黄土漢方よもぎ蒸しとセットがおトク

よもぎ蒸し専門店 よもぎや
☎ 025-512-9525
㊤ 上越市西城町3-10-29 オフィスミナトⅡ 2F
🕒 10:00～18:00(最終受付18:00)
🏠 不定休



上越 二葉楽器 パティオ店



中古楽器が最大30%OFF!

新春中古楽器フェア開催!!
楽器買取・修理もお任せください!

新年、明けましておめでとうございます! 昨年も多くのご愛顧を賜り、誠にありがとうございました。2025年も皆さまにとって素晴らしい音楽の年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。
二葉楽器では新年1/4から中古楽器フェアを開催いたします。最大30%OFFの商品もあります! 皆さまのお越しをお待ちしております。



楽器購入のご相談、ピアノ調律、鍵盤・管楽器・ギター修理、iPhone修理、楽器買取りも!

二葉楽器
☎ 025-523-5655
㊤ 上越市富岡539-2 PATIO 2F
🕒 10:00～18:30
🏠 水曜



二葉楽器



こおろぎ橋・鶴仙溪を臨む湯宿。web予約で「cocolaを見た」と記載、または予約後に電話連絡で館内利用券1,000円分をプレゼント。●1組 45,000円相当(税込)
●有効期限 2025年3月末日までのご宿泊対象

かがり吉祥亭

☎ 0761-78-0233 (予約・お問合せ 9:00~18:00)
📍 石川県加賀市山中温泉 こおろぎ町二1番地1



A 1組2名様 発送

石川県山中温泉「かがり吉祥亭」
宿泊招待券(1泊2食付/平日限定)



鶴仙溪を臨む湯宿。web予約で「cocolaを見た」と記載、または予約後に電話連絡で館内利用券1,000円分をプレゼント。●1組 55,000円相当(税込)
●有効期限 2025年3月末日までのご宿泊対象

吉祥やまなか

☎ 0761-78-0233 (予約・お問合せ 9:00~18:00)
📍 石川県加賀市山中温泉 東町1丁目14番地3



B 1組2名様 発送

石川県山中温泉「吉祥やまなか」
宿泊招待券(1泊2食付/平日限定)



総勢100名様に当たる!

新春豪華お年玉プレゼント

今年も各お店・企業様からステキな商品をご協賛いただきました! cocolaからのプレゼントもあり! どんどん応募ください!

引換方法

- 店頭 店頭でハガキと引換え
- 発送 ご自宅へ発送します
- cocola cocola編集部(上越市西城町)にてハガキと引換え

応募詳細は11面へ!

E 1名様 店頭

ダイソン コードレスクリーナー (Dyson Micro SV33 FF)

パワフルで軽量。ダイソンのテクノロジーを搭載。1.5kg。フィルター:カートリッジ式。メーカー展示品・外箱無し。
●33,000円相当

ベルライム上越店

☎ 025-520-7306
📍 上越市飯1107-1
🕒 11:00~18:00



D 3名様 店頭

老舗料亭の職人が焼いたうなぎ蒲焼1尾

身がふっくらでやわらかあっさりいただけるます。発酵食品が豊富な街、上越市産の醤油で造るタレは絶品。『ESSEふるさとグランプリ2024』《魚介・水産加工品部門》金賞第1位受賞。●4,500円相当

百年料亭 宇喜世

☎ 025-524-2217 📍 上越市仲町3-5-4
🕒 11:30~14:00、17:30~22:00 (※月曜(2025年2月より))



C 1名様 店頭

雪むろ芳醇和牛 開運「赤富士」すきやき用

当店自慢の和牛肉を縁起の良い「赤富士」に見立てて盛り付け、金粉をちらした豪華なすき焼き肉。新年の開運吉祥に!
●16,200円相当

肉のいろは 五番街本店

☎ 025-524-1150 📍 上越市本町5-3-29
🕒 9:45~17:00(1月中) (※火・水曜)



I 4名様 店頭

自家製 漬魚ギフト

自然に育つ厳選した魚を使用し、魚屋ならではの技法で熟成度を高め、新潟の醸造文化と相まって、とても味わい深い逸品に仕上げました。
●5,500円相当

鮮魚センター あるるんの海

☎ 025-520-8018 📍 上越市大道福田637
🕒 9:30~18:00 (※無休)



H 5名様 店頭

夜のお食事券3,000円分

夜の店内飲食で使えるお食事券です。(2名様以上の来店、前日までに要予約)

割烹 西和喜

☎ 050-8883-0386
📍 妙高市東雲町7-5
🕒 昼(月・金以外)、11:30~14:00
夜17:30~22:00
(※日曜夜、月曜、他不定休)



G 3名様 店頭

【ハーフ&ハーフ】本ずわい蟹のアメリカヌフォンデュ&牛カルビとカマンベールチーズ

大人気! 蟹と牛のハーフ&ハーフ。華やかなイベントに花を添えるピザです。
●4,100円相当(Lサイズ)

ストロベリーコーンズ・ナポリの窯上越高田店

☎ 025-526-9211
📍 上越市北城町3-6-7(コスモシティ内)
🕒 11:00~22:00 (※無休)



F 4名様 店頭

グループ全店共通お食事券 3,000円分

くつろぎ居酒屋 かんべえ ☎ 025-530-7071
焼肉NIKU蔵 ☎ 025-530-7229
炭火焼鳥 鳥々 ☎ 025-530-7735
炭火焼鳥 串幸 ☎ 025-530-7799
焼肉NIKUYOSHI ☎ 025-520-7667
焼肉 蔵よし ☎ 025-530-7929
※営業時間、定休日などは各店舗にお問合せください



プレゼント応募
詳細は11面!



どしどし
応募してね♪



M 3名様 店頭

雪の香プリン 8個セット

雪室熟成したお茶など地元の素材をプリンにしました。定番5種と期間限定プリン2種を加えたバラエティ豊かなセットです。

●1セット 3,715円相当

雪の香テラス 直江津店

☎ 025-530-7410

㊤ 上越市春日新田5-16-20

🕒 10:00～18:00 ㊟ 水曜



L 4名様 店頭

焼菓子3種詰合せ

米粉のさっくりした食感が人気の花びらサブレをはじめ、人気の焼菓子3種類の詰合せ。イオン上越店内にも出店中。

●3,100円相当

笹川菓子店

☎ 025-523-3206

㊤ 上越市西城町3-1-16

🕒 8:00～18:30

㊟ 木曜



K 3名様 店頭

プラリネケーキと
ぱんぶきんパイ

知る人ぞ知る、当店人気商品のプラリネケーキと地場産のかぼちゃをペーストに使用しているぱんぶきんパイを詰め合わせにしました。 ●3,500円相当

さかつめ菓子本店

☎ 025-543-2792 ㊤ 上越市黒井1805

🕒 7:00～18:00 ㊟ 不定休



J 3名様 店頭

ほうじ茶しること
ほうじ茶のセット

多賀特製ほうじ茶風味のおしこと栗餡もなか、わらび餅に、きりり茶とほうじ茶の2種類のお茶をお付けします。喫茶でのご提供です。 ●3,080円相当

多賀茶焙煎所

☎ 025-526-7570 ㊤ 上越市仲町3-1-9

🕒 ショップ10:00～17:00(冬期)、茶室11:00～16:30(LO16:00) ㊟ 火曜



Q 5名様 店頭

カイロプラクティック&エステ
全身矯正(60～90分程度)

骨格の歪みは、自律神経の乱れや、スタイルの崩れに繋がることがあります。素敵な1年を過ごせるようColoreがお手伝いします。 ●8,800円相当

health&beauty Colore(コロレ)

☎ 025-542-0633

㊤ 上越市新光町2-9-26

🕒 10:00～20:00 ㊟ 金曜



P 5名様 店頭

ビソンテラピー
ヘッドデコルテ30分

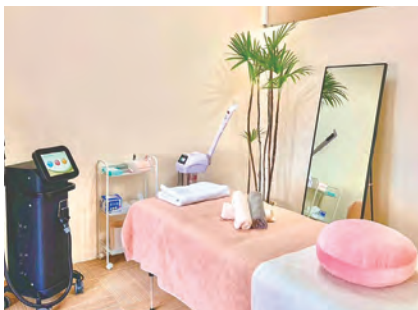
ビソンとはマグネシウム・亜鉛・銅・クロムなどP型半導体が入ったセラピー。擦るだけで細胞に働きかけ体液の流れをスムーズに。要事前予約。 ●3,700円相当

よもぎ蒸し専門店 よもぎや

☎ 025-512-9525

㊤ 上越市西城町3-10-29オフィスミナトⅡ2F

🕒 10:00～18:00 ㊟ 不定休



O 10名様 店頭

光脱毛3か所体験

ハイブリッド脱毛器による脱毛体験。口周り・うなじ・脇・肘上・肘下・膝上・膝下・手の甲+指より3か所お選びください! 要事前予約。 ●7,500円相当

privatesalon 縁～ENISHI～

☎ 070-2439-4505

㊤ 上越市大学前57 ピーチハウス103

🕒 10:00～19:00 ㊟ 不定休



N 3名様 店頭

フェイシャルリンパマッサージ
(お顔のケア30分)

リンパマッサージでお顔のリフトアップ、オールハンドでツボ押しをして保湿をしていきます♪ 要事前予約。 ●3,500円相当

リラクゼーションサロンSakura

☎ 090-9326-9262

㊤ 上越市藤新田906-11レセーナ1-103号室

🕒 平日9:30～19:00(最終受付16:30)、土日祝9:30～19:30 ㊟ 不定休

Wチャンス!!
抽選に外れた人の
中から再抽選!!

5名様 cocola

ここら日和まとめ本3冊セット

上越・妙高・柏崎のまちあるきガイド vol.1～3を各1冊ずつ3冊セットに。

20名様 発送

cocolaのキャラクターたちがプリントされたかわいいオリジナルエコバッグ。



T ペア5組 10名様 発送

リフト1日券(ペア)

妙高山をバックに野尻湖を眺望する開放的なワイドパーンで快適な滑走をお楽しみください。2024～25シーズン営業期間有効。※別途ICカード保証金500円が必要(カード返却時に返金) ●1組 11,200円相当

池の平温泉
アルペンリックススキー場

☎ 0255-86-2370

㊤ 妙高市池の平温泉2457-1 🕒 8:30～16:30



S 3名様 店頭

和漢ハーブ配合・薬用入浴剤
浴・夢香(ゆあみ・ゆめか)

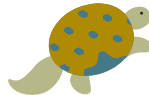
液体の入浴剤。お肌に触れた瞬間、とろみが生まれ、全身を包み込むラッピング効果で、入浴による温感とうるおいをキープします。 ●4,180円相当

坂田薬局「オタテ」

☎ 025-543-5212

㊤ 上越市西本町3-2-5

🕒 9:00～19:00 ㊟ 日曜、祝日



R 1名様 店頭

セミオーダー枕(プレミアム)

たくさんのお喜びの声が届くオーダー枕。毎日の眠りが楽になります♪ 詳しくは紺太のWebサイトをご覧ください。 ●19,800円相当

上越 紺太 高田本店

☎ 025-525-0026

㊤ 上越市本町5-3-21

🕒 10:00～18:30 ㊟ 水曜



cocola | 04 | 2025 January

エルマール2025 新春Information

elmar エルマール 本年もよろしく
お願いいたします

1/1 元日 10:00～
エルマール各店

エルマール各店で
お買上げの方に先着で
干支「巳」土鈴
をプレゼント!



※数に限りがございます。なくなり次第終了
※プレゼント対象お買上げ額は店舗ごとに異なります
※一部対象外の店舗あり

こと
お箏の生演奏
でお出迎え 奏者/高倉 七虹
華やかな音色をお楽しみください



※演奏時間は
不規則になります

1/2 木 10:00～
1Fイベント広場

エルマール専門店でお買上げ
レシート合計2,500円以上で進呈

干支のオリジナル
タオルプレゼント!



※お一人様1枚まで
※当日のみのお買上げレシートが対象です
※一部対象外の店舗あり

新春 10:30～
甘酒振る舞い



※なくなり次第終了となります

1/3 金 11:00～
14:00～
1Fイベント広場

福を呼ぶ 新春祝い太鼓
「新潟万代太鼓 華龍」
パフォーマンス



新年の幕開けに
ふさわしい
圧巻のステージ!

※ 上記イベントは天候等の理由により、時間の変更や中止の場合がございます。予めご了承ください

エルマールであったまーる

冬を乗り切る、イチオシの
あったか商品をご紹介♪



fika
TAIONダウンベスト
4,950円
プbra カットソー
16,500円
スヌード 10,890円



お茶の小酒井園
ゆきのあさつゆ80g 1,080円



北野屋スポーツ
ウレタン層で暖かい長靴 4,290円



ひびの食卓
本格フランス風ポトフ 1人前 1,080円～
※1月中旬発売



りそら整体院
血行促進で
足元から暖かく
「足裏コース(ショート)」
3,080円



レベール
ほっこり冬の靴下 1,408円
おうちソックス 1,650円

LI-NA 21
アウター 21,780円
ニット 17,490円
ニット帽 4,290円
ティベット 4,290円



ぐっすり上越紺太
中面がウールで暖かい
西川 インナー
ブランケット 14,800円

kukka
アームウォーマー
3,850円
チェックストール
(箱入) 4,950円
スリムポット
Lサイズ 5,280円
Sサイズ 4,620円
オーナメント 1,100円



UCCカフェ
メルカード
ウイナー
コーヒー 620円



illusive300
アニマルブランケット
1,100円
パジャマ 2,200円
ムートン風ルームスリッパ 440円

エルマールの

HOTな
NEWS

お年玉企画 「ぐんまでいちご狩りと
イタリアン食べ放題の
新春特別バスツアー」開催



春を満喫



エルマールでお買物をして、超おトクな日帰り
バスツアーへ♪ 詳細は1/6(月)から各店設置の
チラシをご覧ください。

コスメやまとや、
ドコモショップサテライト
直江津が移転オープン!



各店、装いも新たに開放的な空間へ
リニューアル! 新店舗を覗きに
ぜひお越しください!

ガシャポンバンダイ
オフィシャルショップ
がオープン!



バンダイ公式ガシャポン(R)
の専門店。目移りする程の
カプセルトイがズラリ!



直江津ショッピングセンター・エルマール専門店街

年始営業時間

1/1(元日) 10:00～18:00 1/2(木)・3(金) 10:00～19:00 1/4(土)以降 通常営業 10:00～20:00

〒942-0004 上越市西本町3-8-8 TEL 025-544-6433



駆け込みでは間に合わない!? 新生活に向けてお急ぎを! 佐野オートの乗るだけパック

掲載している車種のほかにも全車種・全メーカーOK

1頭金なしでOK ボーナス4.4万円(年2回)~ 1.1(税込)万円~

コロナ禍からの新車納期の遅れが緩和されつつありますが、お気に入りの車種を納期までに手に入れたなら早めのオーダーがおすすめ。佐野オートの乗るだけパックのメリットをおさらいしつつ、人気の車種もチェックしてみましょう!



HONDA N BOX [4WD]



SUZUKI ジムニー[4WD/XL]



SUZUKI ハスラー[4WD/G]



DAIHATSU ムーヴキャンパス[4WD/G]



DAIHATSU タント[4WD/X]



SUZUKI スペースシア[4WD/G]

1 まだまだ物価が高止まりな現在... フラットなお支払いで家計も安心!

カーリースなら車検代や自動車税などの維持費もコミコミで定額にできるのがカーローンにはない大きなメリット。まとまった出費が不要な分、家計も安定。

実際に払う車両価格 残価(リース終了後の売却予想価格) 全てリース費にコミコミ!

登録諸費用 自動車税 自賠責保険 車検

契約終了後は残価の支払いで買取もOK! リース中にじっくり検討できる♪

2 メンテナンスパックを組込めば、値上がりの心配無用!

メンテナンスパック リース料に+月々3,300円

あらゆるものが値上がりする今、タイヤやパーツなども例外ではありません。そこで愛車の維持に必要なメンテナンスを7年間保証したおトクなパックがおすすめ。契約期間中の価格は一定なので値上がりに左右されません! 都度メンテナンスより約17.2万円もおトク!

なんと! 夏タイヤ+冬タイヤ各4本 バッテリー交換が付きます!

タイヤ、バッテリー、その他メンテナンスも付いて 7年間心配なし!

メンテナンスパック(7年間)の内訳●基本車検整備(2回)●法定点検(4回)●6か月点検(6回)●エンジンオイル交換(13回)●オイルエレメント交換(6回)●夏・冬タイヤ各4本●バッテリー交換(1回)●ブレーキフルード交換(1回)●LLC交換(1回)●ワイパーゴム交換(6回)

※2024.12月現在 ※上記以外にもメンテナンス項目があります

3 愛車が届くまでの間も万全のフォロー!

佐野オートでご成約いただいたお客様なら、納車までのお客様の足となる代車を1か月間無料でお出しします! ※1か月を過ぎる場合はご相談ください。

さらに! 「cocolaを見た」でご成約の方 全員にスタッドレスタイヤ4本セット プレゼント!

SANO AUTO 4x4 & Classic Car

ご来店の際は必ずお電話でご予約ください!

025-520-2030

住 上越市下吉野965 日 10:00~18:00 休 月曜、祝日、第1・3・5日曜、12/27~1/6

佐野オート商会

NEW OPEN 妙高

WEST妙高RESORT店(ウエスト)

2024/10/12 OPEN

アウトドア用品のアウトレット品をはじめ、妙高のフィールドに合うMTBやガイド向け商品も取揃えています。

0255-75-5040

妙高市原通86

9:00~18:00

月・火曜(祝日の場合は営業)

NEW OPEN 妙高

三井住友海上エージェンシー・サービス(株)上越支店

2024/9/17 OPEN

損害保険・生命保険を通して、私たちは、数々のリスクからお客様を守り、いつもお客様の笑顔のそばにいます。

0255-75-1057

妙高市栗原4-7-76

9:00~17:00

土日祝

NEW OPEN 上越

みんなでヨガ

2024/11/1 OPEN

【女性限定】初心者向け少人数制ヨガ教室。瞑想、呼吸法からしっかり60分間のレッスン! お試し体験1,000円♪

025-542-0522

上越市大町3-3-24

11:30~14:30(L014:00)

17:30~21:00(L020:00)

月・火曜

NEW OPEN 上越

ハンバーグ&グリル YUKI MI (ユキミ)

2024/11/1 OPEN

国産牛にこだわる自家製ハンバーグ、ステーキが売りの洋食店。熟成ガーリック、わさび醤油など8種の手作りソースからお好みで。

025-542-0522

上越市大町3-3-24

11:30~14:30(L014:00)

17:30~21:00(L020:00)

月・火曜

行ってみよう!

ここの Information

アイコンの見方

会場 住所 開催時間・営業時間

料金 対象 事前申込 定員 営業日

休日 問合せ 電話番号 メール

NEW OPEN 上越

wohl(ヴォール)

2024/10/26 OPEN

ピラティスで「幸せ・健康・心と体を整える」完全プライベートスタジオ。個々に最適なプランで美しくなるためのお手伝い。1回 4,000円〜。

025-542-0522

上越市大町3-3-24

11:30~14:30(L014:00)

17:30~21:00(L020:00)

月・火曜

FLOWFUSHI

見つかった!

FLOWFUSHI

クオン チョコレート アンド デミセック

② QUON CHOCOLATE & DEMI-SEC 新潟上越店

2024年9月にオープンしたチョコレート&焼き菓子専門店。おしゃれな店内にはこだわりのピュアチョコレートや焼き菓子がずらり。味や見た目はもちろん、企業方針もこだわっており、障がいのある人たちの雇用促進などに取り組んでいるのが特徴。新潟上越店は井手塾が運営する福祉事業所「また明日Labo」の利用者と職員がスタッフとして働いている。

☎ 025-530-6020

㊤ 上越市仲町3-1-13
㊦ 10:30~19:30
12/30、1/3は~17:00
㊦ 火曜、12/31~1/2



ソフトクリーム
やチョコレート
ドリンクも販売
している



店長の千葉深彩都さん

フレーバーは約
150種類あり店頭
には約30種類ほ
どが並ぶ。順次入
れ替わる人気の
QUONテリーヌ
303円~

しょうこうじ

③ 浄興寺

1224年、親鸞聖人によって創建された上越市最大規模の寺院で、敷地面積は1万坪。本堂は国の重要文化財に指定されている。境内は四季折々の自然に彩られ、美しい景観が楽しめる。また、定期的にコンサートやイベントが開催され、歴史と文化を身近に感じられる場所として地域の方から親しまれている。

☎ 025-524-5970

㊤ 上越市寺町2-6-45
㊦ 9:00~16:00
㊦ 無休



◀ 浄興寺
Instagramは
こちら



国重要文化財に指定されて
いる浄興寺本堂



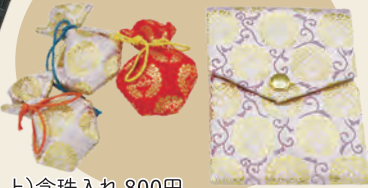
豪華な内装と彫刻が施された
圧巻の本堂内



事務員の田中華湖さん



御朱印帳
各3,500円。浄興寺の
御朱印入りは4,000円



上)念珠入れ 800円
右)小物入れ 500円
左)香袋1個 200円、3個セット 500円



チョコレートの濃厚さが
味わえるドリンクメニュー
ホットショコラショー
430円(アイスは410円)

① 多賀茶焙煎所

芸者置屋だった古い雁木町家を全面リノベーションし2023年にオープンした日本茶カフェ。こだわりの茶葉を目の前で焙煎。香り高い日本茶を「あん味堂」の手作り和菓子とともに楽しむことができる。その年最初に摘み取られる一番摘みの茶葉をほうじて提供するほうじ茶と、日本各地の生産者による多賀特撰シングルオリジン緑茶はどれも絶品。

☎ 025-526-7570

㊤ 上越市仲町3-1-9
㊦ 茶室11:00~16:30(LO16:00)
買い物10:00~17:00
(3月以降は~17:30)
㊦ 火曜、12/31~1/2



プレゼントあり
詳しくは
3面へ



スタッフのMAKOさん



6種類の茶葉から
好みの物を選んで
飲める



だるまの練り切りなどの
上生菓子も店内で食べ
られる



店内で売っている「いろいろ庵」のおせん
べい・おかき。贈答品としても人気



歴史を感じる「つぎはぎトタン壁」



ほうじ茶アイスもなか
660円



体温まる冬季限定
メニューの多賀特
製ほうじ茶汁粉。
(テイクアウト)
800円

イベント情報 上越

1/10(金)・30(木)・2/8(土)

医療事務講座の無料体験説明会



病院やクリニックでの受付、診療費の計算ルールを学ぶ医療事務講座について、講師がプチレッスンをしながら説明します。インターネットだけではわからない点にもお答えします。日程が合わない方は個別相談可能。安定の「医療事務」資格取得を目指すなら、料金改定後プラス【受講料20%OFFキャンペーン】でお得に受講できるチャンスです！講座日程は「まなびネット」で検索！

㊤ ニチイ学館 上越教室
(上越市五智新町1-24 ニチイケアセンター
直江津2F) ㊦ 両日10:00~12:00 ㊦ 無料
㊦ 不要 ㊦ ニチイ学館上越教室 高波
☎ 025-531-3124(平日9:00~17:15)



SHOP NEWS 上越

4月開講訓練コースの訓練生募集! 上越テクノスクール



☎ 025-545-2190
㊤ 上越市大字藤野新田333-2
㊦ 電話受付 8:30~17:15
㊦ 土日祝



国家資格を取得し、安定した就職へつなげる長期訓練の受講生を募集します。訓練受講中の生活支援制度あり。訓練説明会開催中!

SHOP NEWS 上越

のぐち整骨院 電話予約も始めました のぐち整骨院



☎ 025-526-6572
㊤ 上越市寺町2-11-25 ㊦ 受付 月~金曜
8:30~12:30、15:00~19:00、土曜
8:30~12:30 ㊦ 土曜午後、日曜、祝日



国家資格保有、柔道整復師在中。電話予約も始めました。ホームページより定休日を確認できます。駐車場8台完備。

RENEWAL OPEN 糸魚川

studio フォルテシモ

2024/10/21 リニューアル OPEN



㊤ 糸魚川市蓮台寺2-9-30
㊦ 9:00~18:00(火曜のみ19:00まで)
㊦ 月曜



美容に特化した複合サロン(eyelash、エステ、痩身、脱毛)。エクパー10,450円~、効果絶大ダイエット10回コース 67,100円。

NEW OPEN 上越

小顔矯正とよもぎ蒸し URU.(ウル)

2024/11/11 OPEN



☎ 080-8504-3687
㊤ 上越市中央2-10-8 2F
駐車場2台あり
㊦ 9:30~17:00 ㊦ 日曜、不定休



オールハンドの小顔矯正と和漢ブレンドよもぎ蒸しのお店です！身体の内側と外側から綺麗を叶えます。アロマ診断あり☆

RENEWAL OPEN 糸魚川

ネイルサロン メゾンアトリエ

2024/10/21 リニューアル OPEN



㊤ 糸魚川市蓮台寺2-9-30
㊦ 平日10:00~21:00(LO18:00)
土日祝10:00~20:30(LO17:30)
㊦ 月・木曜



上越地方には少ないニュアンスネイルを得意とするネイルサロン！ワンカラー 8,000円、アート 9,000円~。

NEW OPEN 上越

Raja kitchen(ラザキッチン)

2024/11/6 OPEN



☎ 025-520-5140
㊤ 上越市飯2536-1
㊦ 昼11:00~LO14:45、夜17:00~LO21:45
㊦ 第1・3火曜



スーパードリンクバー付のセットがおトクなインド・ネパールの各種料理を取り揃えています！おすすめは写真のランチ1,300円。



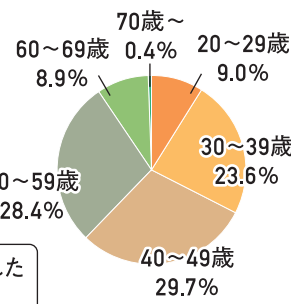
cocola部員約1300人に聞きました！

お酒飲みますか？

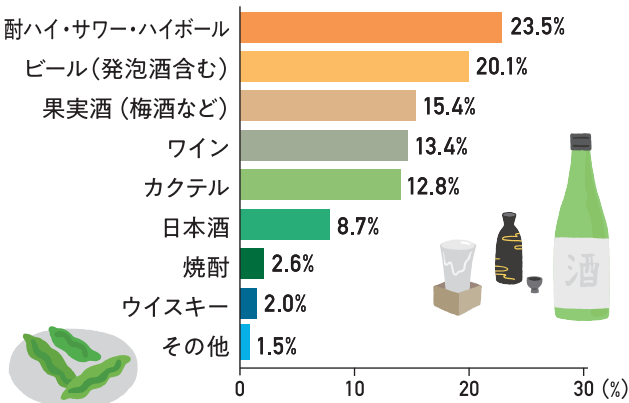
忘年会や新年会などお酒を楽しむ機会が増える季節となりました。
お酒の楽しみ方や飲み方は人それぞれ。ココラ部員のみなさんは、
どんなふうにお酒を楽しんでいるのでしょうか？



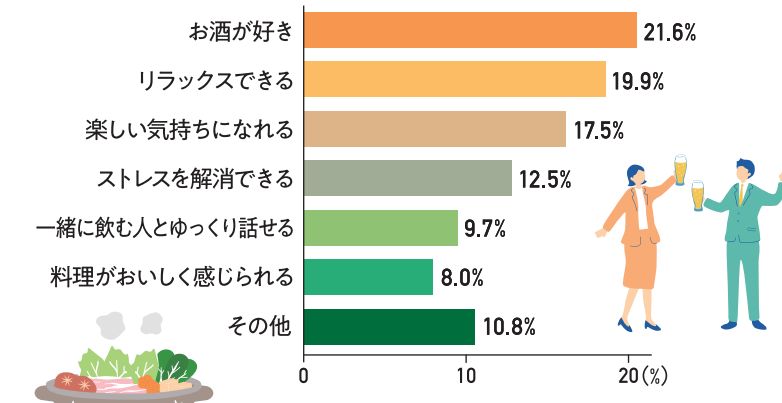
回答してくれた
年代の割合



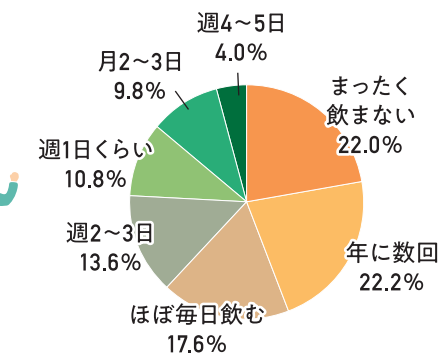
Q3 好きなお酒は何ですか？ 特に好きなものを2つお選びください



Q2 お酒を飲む方に質問です。お酒を飲む理由で 一番近いものを1つお選びください



Q1 どのくらいの頻度で お酒を飲みますか？



Q5 お酒と料理の組み合わせで、お気に入りや オススメしたいものを教えてください

名立のゲンギョ干しを炙ったものを
日本酒と合わせると旨み的大渋滞！
(糸魚川市・50代・女性)



市田柿ミルフィーユはど
のお酒にも合います。
(上越市・50代・女性)

「岩の原ワイン漬けのえいひれ」「南蛮エ
ビせんべい」がビールでもワインでも合
います。(妙高市・40代・女性)

三幸のサーモン塩辛と、ブルーチーズ、
クジラのお刺身が日本酒と合うので
お気に入り。(上越市・30代・女性)

Boulanger Mさんのドライフルーツやナッツの
ハード系のパンとキリッと冷やしたスパーク
リングワインがご褒美。(妙高市・40代・女性)



シュボンヌという日本酒
と、ビスコッティ。
(上越市・50代・女性)

シュボンヌは糸魚川市に
ある猪俣酒造さんの日本酒！
パッケージにはかわいい猫ちゃんが
デザインされているよ！



家族、親戚一同お酒が大好きでお盆やお正月に集まると
酒瓶がたくさん並び、楽しい話題で盛り上がります！
(上越市・60代・女性)

Q6 お酒にまつわる楽しい思い出・おもしろ エピソードなど教えてください

20代の頃は、毎週仲町に飲みに出ました。居酒屋で飲
み、二次会はカラオケが定番。酔っ払って騒いで、恋バナ
して楽しかったあの頃に戻りたい！(上越市・40代・女性)

いつも緊張してた義実家で、お酒をたくさ
ん飲み、酔いつぶれてから心の距離が縮
まったこと。(上越市・40代・女性)



新婚旅行で飲んだカルーアミルクは、あ
ま〜くほろ苦くとてもおいしかったです。
(上越市・40代・女性)

仲間とウイスキーを1本ずつ持ち寄り、
ゲームなどをしながらウイスキーについ
て語り合ったこと。(上越市・30代・男性)

お休みの日は、旦那さんと自分が食べたいお
つまみを各々作ります。少し早い時間から乾
杯をして、韓国ドラマを見ておしゃべり。毎週、
家飲みが楽しみです！(妙高市・50代・女性)

結婚式をワイナリーでしたので
すが、みんなでワインを飲み祝
福されて幸せな時間を過ごせま
した。(上越市・40代・女性)

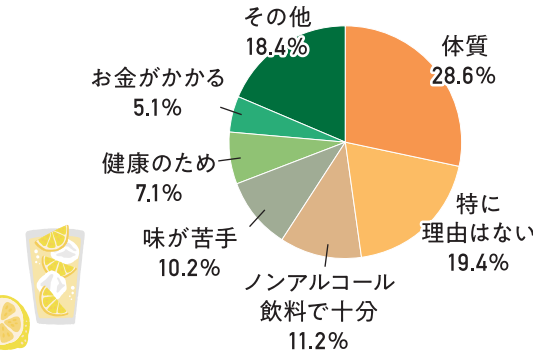
私の還暦のお祝いで、娘が東京の高
層階のレストランに招待してくれて、家
族でスパークリングワインで乾杯した
こと！(上越市・60代・女性)



朝、目が覚めたら両手が傷だらけで
びっくり。砂壁のマンションの階段をフ
ラフラで手を擦りながら上がったもよう。
飲み過ぎですね。(上越市・50代・女性)



Q4 お酒を飲まない方に質問です。 お酒を飲まない理由はなんですか？



cocola公式LINE 友だち募集中

月1のリサーチにご協力ください。
プレゼントが当たるかも!?

オトククーポン
LINEで
配信開始!



1月のcocola部リサーチは
“いろいろ庵のせんべい1個と
cocolaノベルティセット”が
抽選で5名様に当たります!

※写真とは内容が異なる場合があります
多賀茶焙煎所(いろいろ庵)のせんべいを1個お選びいただけます。



ID @cocolove.joetsu

【冬のごちそう&スイーツ特集】

SUDAのエンガトルテが気になり
ました。次のお休みに行っ
てみようと思います。
(妙高市Aさん)

どれもおいしそうでクリスマス年末
年始の参考にさせていただきます！
特にGitaの全部のセラメンは、
贅沢で食べたい！(上越市Kさん)

年末年始に毎年オードブルを頼むの で、とても参考になりました！今年は、 今まで頼んだことのないお店にしてみ ようと思います！(上越市Oさん)【あなたのお金どう使う？】 ポナスを貯蓄に回す人が1番多く なんだがさみしいなあ…。ポナスク らいパアツと使いたいのもの物価高騰

【上越のうんまい！ オンラインシヨップ】

最近、日本酒がおいしい
と感じる年代になり、越後
集ありがたかったです。今なら送料無
料のサービス付き！最高です！
(上越市Yさん)

【ココラ部リサーチ】

お気に入りのスーパースタースか？
季節限定のお酒をいっぱい買ってし
まうというコメントに私も！って
なりました！(上越市Oさん)

おたよりコーナー

12月号の感想・おたよりありがとうございます！

やら老後の蓄えやら不安でしかない。
とはいえ貯蓄節約でバタンと死んでし
まえばそれも悔しい。自分なりにバラ
ンスのとれた使い方をしたい！と考
えました。(糸魚川市Sさん)

ヒートショック予防とガス暖房のすすめ

交通事故死の約2倍?! 冬の入浴中の事故に要注意!

入浴など急激な温度の変化で血圧が大きく変動し、身体にダメージを受けることを「ヒートショック」と言い、時には入浴中に意識を失うなどの事故につながる場合があります。
令和4年の高齢者の浴槽での不慮の溺死等の死者数は5,824人で、交通事故死者数2,154人の2倍以上です。
冬こそ脱衣場や浴室を暖かく保ち、ヒートショックに気をつけましょう。

ヒートショックを防ぐにはガス暖房がおすすめ!

ガス浴室暖房乾燥機なら温めたお湯を循環しパワフルに浴室を暖房。衣類乾燥機能も便利です。詳しくは、動画「ヒートショック予防とガス暖房のすすめ」をご覧ください。

ガス温水暖房で浴室も寒さ知らず

YouTube 上越市公式チャンネル「ヒートショック予防とガス暖房のすすめ」

上越市ガス水道局 ショールーム「ガステラス」

上越市春日山町3-1-63 TEL:025-512-0016
営業時間: 平日 10:00~18:00、土日祝 10:00~17:00 休館日: 毎月第1・第3土曜日・年末年始

ホームページはこちら

上越 LINEクーポン

おたからやイチコ直江津西店



買取額"最大2倍"キャンペーン

1月はアクセサリ・ジュエリー・ブランド時計をご成約の方に買取額"最大2倍"プレゼントいたします。当店は上越で1番高い買取を目指します。出張買取にも適用できますので、お電話にてお問合せください。

☎025-542-0210

㊤上越市五智1-14-35

㊥10:00～19:00 ㊦不定休

古物商 新潟県公安委員会
第461170001399号 株式会社FazerAgora
広告管理番号 R6-9S 038



アクセサリ・ジュエリー・ブランド時計をご成約の方
買取額"最大2倍"
●他との併用不可 ●来店時提出 ●1枚でグループ様全員有効
有効期限/2025年1月末日まで cocola
おたからやイチコ直江津西店

上越 LINEクーポン

おそうじ本舗 直江津店



新春! おトク割引キャンペーン!!

1月末までにレンジフード・浴室・浴室追い炊き配管・エアコン・キッチン・洗濯機(ドラム式も可)など、お見積り合計11,000円以上のクリーニングをご予約の方に1か所につき2,200円引きを開催中。お問合せはお気軽に♪

☎0120-916-673

㊤上越市新光町3-5-22

㊥8:00～18:00

㊦無休



おそうじ本舗 直江津店限定
クリーニングお見積り合計金額11,000円(税別)
以上ご予約で1か所につき2,200円引き
●予約時申告 ●おそうじ本舗ほかキャンペーンとの併用不可
有効期限/2025年1月1日～1月末日 cocola
おそうじ本舗 直江津店

妙高 LINEクーポン

買取店clover 妙高新井店(クローバー)



買取店が妙高・新井に新規オープン

ご来店されたお客様にウェットティッシュプレゼント! どんなものでも買い取ります。衣類から貴金属まで、あなたの大切な品々をお引き受けします。お客様一人ひとりに寄り添い、ていねいに対応いたします。

☎070-3205-3868

㊤妙高市栗原4-7-11

新井ショッピングセンターコア

㊥10:00～18:00

㊦不定休 ㊧有



ご来店のお客様
「ウェットティッシュ」プレゼント!
●1枚で1名様まで有効 ●来店時提出
有効期限/2025年1月末日まで cocola
買取店clover

上越 LINEクーポン

和ごころ 愉快



女性のお客様から人気爆発中!

「ごちそうカゴ盛りランチ 2,200円」

新年のご会食は当店の自慢のお料理がギュッと詰まったカゴ盛りで華やかに! 混み合いますのでご予約をおススメします。お車は乗り合わせでお願いします。

☎025-543-8581

㊤上越市五智3-9-20

㊥11:30～13:30(LO13:00)

17:30～20:30(LO20:00 予約制)

㊦月曜、他不定休あり ㊧有



生ビール半額(何杯でもOK)
●注文時提出
有効期限/2025年2月末日まで cocola
和ごころ 愉快

上越 LINEクーポン

total beauty salon KaRiFu(カリフ)



Information

●ハーフウィッグ
(4分、7分、9分)
..... 59,400円～

●他店購入ウィッグ カット
..... 4,400円～

●人毛パーツウィッグ
..... 10,000円～

●フルウィッグ
14,980～99,800円
有効期限 2025年1月末日まで

地毛を活かしたハーフウィッグ 髪全体をふんわりボリュームアップ

医療用だけでなく、本来の髪を活かし普段使いができるハーフウィッグが人気です。サイド(もみあげ)と襟足の地毛を活かせるので前髪とトップのお悩みをカバーしながら、お顔に自然に馴染みます。また、男性用や年代に合わせた白髪混合カラー30～80%もご用意しています。急な冠婚葬祭や白髪染めができない間の白髪隠しにも便利。

☎0120-82-5650

㊤上越市南本町3-14-12

㊥平日 9:00～18:00(受付終了)

土日祝 9:00～17:00(受付終了)

㊦月曜、第1火曜、第3日曜

㊧有



脱毛期の皮膚の炎症を抑える
オゾン水パック無料
●他との併用可 ●来店時提出
有効期限/2025年1月末日まで cocola
total beauty salon KaRiFu

上越

たい夢 国分店



北海道十勝産小豆100%使用

北海道産小豆を100%使用した甘さ控えめ「小倉あん」のバリバリ薄皮たいやき! 卵たっぷり「うふクリーム」も人気。限定あんの中でも一番人気の「チョコクリーム」が販売中。続々販売される限定あんをお楽しみください。

☎025-544-2838

㊤上越市五智分18-2

㊥10:00～19:00

㊦不定休

㊧有



たいやき5個 (一部対象外商品あり) お買上げにつき
小倉あんを1個サービス
●来店時提出 ●webクーポンの場合は印刷してご持参ください
有効期限/2025年1月末日まで cocola
たい夢 国分店

上越 LINEクーポン

レストラン ムーンベアー



新春cocolaプレート第8弾 登場!

第8弾はビーフステーキ、ローストビーフサラダに若鶏の香揚げ、スープまで付いて通常1,380円相当がお馴染みの980円! 肉肉肉のわんぱくプレートです! どんなに雪が降っても食べに来ないとソソソソ! 売切の際はご容赦ください。

☎025-525-1906

㊤上越市寺町16

㊥11:00～14:00、17:00～20:10

㊦木曜、12/31～1/2 ㊧有



クーポン持参の方だけ注文可能
「cocolaプレート第8弾」980円
必ず切り離してご持参ください
●クーポン1枚につき2名様まで利用可 ●1グループ1枚まで有効
●他との併用不可 ●注文時提出
有効期限/2025年1月末日まで cocola
レストラン ムーンベアー

上越 LINEクーポン

アートホテル上越 カフェ&レストラン アレーグロ



『とろ〜りチーズのランチビュッフェ』1/11(土)～2/24(月・祝)
土日祝限定、11:30～LO14:00
大人2,200円(LINE会員様 2,000円)※写真はイメージです

元旦から楽しめる! 2025年の幕開けも アレーグロでハッピーに♪

新年の始まり、ご家族・お仲間と楽しいひとときを!

【新春スペシャルランチビュッフェ】

期間: 1/1(元旦)～1/6(月)

時間: 11:30～14:30(LO14:00)

価格: 大人2,800円/小学生1,000円/幼児600円

(LINE会員様は大人料金2,600円)

上記期間以降、平日はフルコースランチも開催♪

☎025-526-7611

㊤上越市本町5-1-11 アートホテル 上越1F

㊥ランチタイム 11:30～14:30(LO14:00)

ディナーは貸切予約のみ

17:00～21:00(LO20:30)

㊦無休 ㊧有

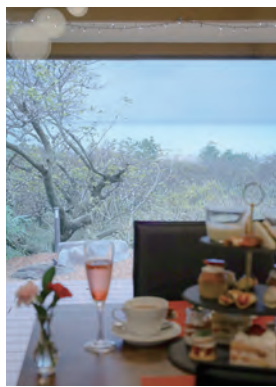
web予約は
こちら↓



平日フルコースランチご利用の方
ドリンクバー(200円)無料
●他との併用不可 ●会計時提出、グループ全員有効
有効期限/2025年1月末日まで cocola
アートホテル上越 カフェ&レストラン アレーグロ

上越

カジュアルフレンチレストラン FORBLE(フォーブル)



両店人気商品を含む全8～10品をご用意。コーヒー、紅茶、フルーツティー各種飲み放題。ウェルカムドリンク付き。お1人様4,400円

FORBLE × un Sourire(アンスリール) アフタヌーンティー コラボ企画 第3弾!

フォーブル(柿崎区)とアンスリール(三和区)によるアフタヌーンティーコラボ企画第3弾。1・2月はみんな大好き「苺」をお届けします! 開催日は1月18日(土)・2月14日(金)・2月27日(木)15時スタート。各日限定18名様まで。全回とも、1月4日(土)9時からフォーブルにてご予約受付開始いたします。締切は各回開催日1週間前まで。

☎025-512-0744

㊤上越市柿崎区上下浜388-3

㊥ランチ11:00～15:00(LO13:30)

カフェ14:30～17:00

ディナー18:00～21:00

㊦月・火曜、不定休 ㊧有



アフタヌーンティー企画お申込の方に限り、次回FORBLEお食事時
ソフトドリンク1杯サービス
●他との併用不可 ●予約時申告、来店時提出
有効期限/2025年3月末日まで cocola
カジュアルフレンチレストラン FORBLE



上越 LINEクーポン

おたからや高田北城店



1月限定買取り30%UPキャンペーン

上越市出身 店長の星野です。1月限定で様々なキャンペーンをご用意。ブランド時計やバッグ・アクセサリーのご成約で最大30%UP(金券・カードは対象外、1/31まで)他。当店は地元上越地域で、No.1の高額買取りを目指します! 査定・出張無料。

☎090-4722-9607

㊤上越市東本町3-2-69

㊥10:00~18:30

㊦日曜、12/31~1/3 ㊰有

古物番号 新潟県公安委員会許可 第46135000552号

広告管理番号 R6-12D 011



① 査定だけでも生活雑貨(芳香消臭剤等)プレゼント
② 1万円以上のご成約で、BOXティッシュ5箱プレゼント

●他との併用不可 ●来店時申告 ●1枚でグループ様全員有効

有効期限/2025年1月31日まで

cocola

おたからや高田北城店

上越 LINEクーポン

ジェイムス英会話上越校



2025新春キャンペーン☆

新年からネイティブ講師の英会話レッスンを始めてみませんか? 初心者の方大歓迎、もちろん中級以上のクラスもございます! 無料体験レッスン随時受付中です。今だけの新春キャンペーンも実施中☆

☎025-523-9590

㊤上越市本町5-2-1 クリタビル3F

㊥火~金曜 12:00~21:00

土曜 9:30~18:30

㊦日・月曜、祝日 ㊰有



cocolaを見たでテキスト代

→50%OFF

●他との併用不可 ●予約時申告

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

ジェイムス英会話上越校

上越 LINEクーポン

買取店わかば 上越モール店



大好評! 月替りキャンペーン

1月限定「スマートフォン」買取イベント! どんなスマートフォンでも1台200円で買い取ります。動かなくても、画面が割れていてもOK! おひとり1回5台まで。お電話1本で出張買取にお伺いいたします。出張無料。

☎025-520-5010

㊤上越市とよば239-1

㊥10:00~18:00

㊦12/29(日)~1/4(土)

㊰有



スマートフォン 買取
1個200円 最低保証

●お1人様5個まで ●来店時提出

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

買取店わかば 上越モール店

上越 LINEクーポン

くわどり湯ったり村



1/8(水) 13:00~湯ったり村落語会

毎月第2水曜に落語会を開催。テレビでお馴染みの春風亭昇太郎師匠が会長を務める落語芸術協会から毎回違った噺家さんがやってくる! 観覧は無料! 入浴料(大人700円)のみでどなたでもご覧いただけるお得な企画です。1月は桂 米福(かつら よねふく)師匠。

☎025-541-2611

㊤上越市皆口601

㊥10:00~20:00

㊦木曜 ㊰約100台



大人入浴料 半額

●1枚につき2名まで ●来店時提出 ●他との併用不可

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

くわどり湯ったり村

上越 LINEクーポン

美(び)Healthy Beauty



ソウル江南式 新春割引セール!

乾燥の季節、冬になってきました。肌の水分補給や弾力などを管理して、トーンアップされた爽やかな肌で新年を迎えましょう! 3D小顔コルギ90分通常12,000円→9,000円 ハーピーリング90分 通常32,000円→27,000円

☎080-5171-8624

㊤上越市東雲町2-11-31

メゾングリーンペール402

㊥10:00~21:00

㊦不定休 ㊰有(7、8番)



3D小顔コルギ90分 通常12,000円→9,000円
ハーピーリング90分 通常32,000円→27,000円

●平日限定 ●他との併用不可 ●予約時申告、来店時提出 ●1枚で1名様まで有効

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

美(び)Healthy Beauty

上越 LINEクーポン

NAGU-NAGU(ナグナグ)



冬の韓流ご褒美キャンペーン♪

よもぎ蒸し40分+足裏マッサージ30分。通常8,500円が8,000円。よもぎ蒸し40分+全身経絡リンパ60分+小顔コルギ60分。韓流贅沢フルコースは通常22,000円→18,000円。男性のご来店もOK♪

☎090-4139-2879

㊤上越市中央1-11-4 エルやまざき1F

㊥9:00~20:30(LO20:00)

※予約優先

㊦不定休 ㊰有



「cocola見た」で
よもぎ蒸し40分+足裏マッサージ 30分 8,500円
→500円OFF

●来店時提出 ●予約時申告

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

NAGU-NAGU

上越

リラクゼーション HoneyCool(ハニークール)本店



素敵な年齢を迎えたい女子男子へ

痩せないお正月太り撃退! メリハリ引き締め! 健康、美容はいくつになっても育めます。体の内側から健康で美しい身体と一緒に取り戻しましょう! 完全個室プライベートエステサロン、男性も可。

☎025-545-2555 ☎080-1230-9157

㊤上越市下門前1827 アメニティタウン

きらめきB棟3号室

㊥9:00~20:00(予約優先)

㊦水曜 ㊰有



【お正月限定価格】
キャビテーション60分(上半身or下半身)
11,000円→5,000円

●電話予約時申請・来店時提出 ●1枚で1名様まで有効 ●他との併用不可

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

リラクゼーション HoneyCool 本店

上越 LINEクーポン

パーソナルトレーニングジムReLiFE(リライフ)



年末年始ダイエットキャンペーン

パーソナルトレーニングジム高評価口コミ多数! 初心者や中高年の方も安心のマンツーマン指導で、経験豊富なトレーナーが担当します。無理な食事制限をせず、リバウンドしにくいお身体づくりをサポートしていきます。

☎080-2079-3802

㊤上越市下門前1923

㊥9:00~22:00

㊦無休

㊰店舗向かって左奥4台分



80分体験料金 通常14,000円

→3,000円

●他との併用不可 ●来店時提出 ●1枚でグループ様全員有効

有効期限/2025年1月23日まで

cocola

パーソナルトレーニングジムReLiFE

上越 LINEクーポン

ジャザサイズ新潟県上越市クラス



寒さに負けない身体作り!

1月14日よりスタート! 入会金0円! 1ヶ月分会費0円! 初めてのの方は体験1回無料! お得な新春セールはじまります。詳細はQRより。インスタグラムでもクラスの様子が見られます♪ まずは体験!

☎080-6621-1115(まつなか)

㊤日・月・木曜 10:00~11:00 上越市

総合体育館・柔剣道場、水・金曜 19:30

~20:30 上越春日謙信交流館・集会所

㊰有



通常都度利用 1,980円
→初回体験 0円

●1枚でグループ様全員有効 ●来店時提出 ●ジャザサイズの参加が初めての方

有効期限/2025年2月14日まで

cocola

ジャザサイズ新潟県上越市クラス

上越 LINEクーポン

ヘアースタジオ LICIA(リシア)



早期予約で割引+半額チケット付

成人式・振袖・卒業式・袴の早期予約(ヘアメイク、着付け、前撮り写真込)を8名様限定で受付中。振袖は198,000円→最大88,000円引、袴は88,000円→30,000円引に! さらに店内で試着後(要予約)ご来店された方には、カット・カラー・パーマ・縮毛矯正半額チケットをプレゼント!(数量限定)

☎025-526-1765

㊤上越市本町3-1-10

㊥9:00~19:00(最終受付/18:00)

㊦月曜、第1火曜、第3日曜 ㊰有



成人式・振袖 卒業式・袴
最大88,000円引 30,000円引
+ご予約・試着後ご来店で
カット・カラー・パーマ・縮毛矯正半額チケットプレゼント

●予約時申告、来店時提出 ●他との割引と併用不可

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

ヘアースタジオ LICIA

上越 LINEクーポン

美容室 フレンド



新春ストレートキャンペーン!!

1/4(土)~2/28(金)まで、毎年恒例のストレートキャンペーンを実施!! G-UPストレート(縮毛矯正)24,200円(ミディアム料金)が平日は19,000円(※長さ関係なし)。さらに+2,000円でカットもできます。(※すべて税込)土日祝は通常料金より10%OFF!

☎025-526-0509

㊤上越市新光町2-11-17

㊥9:00~19:00

㊦月曜、第1月・火曜、第3日曜 ㊰有



G-UPストレート(縮毛矯正) 24,200円
→19,000円(平日) 土日祝は
プラス2,000円でカットもできます 10%OFF

●ストレートのお客さま限定 ●予約時申告、来店時提出

有効期限/2025年2月末日まで

cocola

美容室 フレンド

上越 LINEクーポン

Healing Salon Aqua Moon(アクアムーン)



40代以上の方必見! たるみ・シワ・小顔・シミに!

熟練のハンドトリートメントと99.99%高純度水素ガスを使ったフェイシャルエステ。筋肉に働きかけるトリートメントでしぶといリンパの滞りも改善へ。同時にハリ・ツヤ・リフトアップ感をアップ!

☎025-522-3319

㊤上越市子安1218

㊥13:00~19:00 ※完全予約制

㊦水・木曜

㊰有



電話予約の際「cocolaを見た」で
ハンドトリートメント・リフトアップエステ
70分 38,000円 →10,000円

●初回限定 ●予約時申告、来店時提出

有効期限/2025年1月末日まで

cocola

Healing Salon Aqua Moon



🎁 新春お年玉プレゼント応募用紙

①希望のプレゼント番号 **A**～**T** のいずれかをご記入ください

第1希望

第2希望

② 今月号の感想

③ web cocolaを見たことがありますか？

☐ よく見る ☐ たまに見る ☐ 見ない ☐ わからない

④ cocolaの公式LINE(cocola部)を登録していますか？

☐ 登録している ☐ 知っているが登録していない ☐ 登録していない

⑤ cocolaのクーポン(紙面・LINE)を使ったことがありますか？

☐ よく使う ☐ 時々使う ☐ 使ったことがない

⑥ ⑤でクーポンを使うと答えた方にお聞きます。

紙面とLINEどちらのクーポンが使いやすいですか

☐ 紙面 ☐ LINE ☐ どちらも使いやすい ☐ どちらも使いにくい

⑦ あったらうれしいクーポンを教えてください

⑧ 今までのcocolaで面白かった・印象に残っている特集を教えてください



総勢100名様に当たる!



新春豪華お年玉プレゼント

※プレゼントの詳細は2～3面をご覧ください

〒943-0834

新潟県上越市西城町2-10-25 大島ビル3F

株式会社バーツプロダクション内

「ココラ編集部 1月号 新春お年玉プレゼント」行

ご住所	〒 -				
お名前					
性別	女性・男性	年代		ご職業	
電話番号					
メールアドレス					

応募要項

下記の応募方法でご応募ください

ケータイ・スマホから

応募フォームにとびます→



cocola公式LINEから

←友だち追加はこちら

【ハガキ】左の用紙に記入の上、切り取ってハガキに貼りご応募ください。

【FAX】025-522-4618

【応募締切】

2025年1月20日(月)消印有効

※当選者は厳正なる抽選の上、決定いたします。
発表は当選ハガキが発送をもってかえさせていただきます。
※フリーペーパーcocolaは、個人情報保護に関する法令および規範を順守いたします。

■ cocola お持ち帰りスポット

その他設置店や詳細はこちら→



【上越市】うみてらす名立/糸しんの里記念館/浦川原体育館/浦川原物産館/エルマール/大潟体操アリーナ/オーレンプラザ/柿崎総合体育館/清里コミュニティプラザ/頸城自動車/頸北観光バス/謙信公武道館/五智歴史の里会館/小林古径記念美術館/三和区コミュニティプラザ/佐渡汽船/上越あるん村/上越観光物産センター/上越教育大学/上越体操ジムリーナ/上越市役所生協売店/上越総合体育館/上越文化会館/上越モール/正善寺工房/新柳/セブン-イレブン(大潟・五智1丁目・浦川原・子安・名立・東雲町店)/全日食チェーンやまざくら店/大光銀行(高田・直江津支店)/高田駅前観光案内所/高田世界館/高田図書館/高田文化協会/デイリーヤマザキ上越中郷店/東頸バス/直江津駅前観光案内所/中郷区さとまる学校/なかごうさとまる一む/長峰温泉ゆつたりの郷/名立区総合事務所/パティオ/はーとぴあ中郷/フルサット/ほっとステーション五番館/ホワイトウェーブ/まえかわ大潟店/森の駅大島青空市場/門前の湯/ユートピアくびき希望館/よしかわ杜氏の郷/ろうきん高田支店/ローソン(中郷店)/ワークパル上越 【妙高市】赤倉ホテル/アルペンリックスパ/新井ショッピングセンター/いきいきプラザ/ウチダスポーツ/大鹿簡易郵便局/かわら亭/願生寺/頸南バス/国立妙高自然の家/志保屋書店/関山駅舎サロン/セブン-イレブン(学校町・関山・長森・妙高高原・妙高姫川原店)/日本海鮮魚センター/フィールド妙高/ホテル花文/道の駅あらいくびき野情報館/妙高高原観光案内所/妙高山麓直売センターとまと/妙高市文化ホール/妙高高原メッセ/MYOKO BASE CAMP/ライムリゾート妙高/ローソン(道の駅あらいくびき)/わくわくランドあらいくびき 【糸魚川市】糸魚川バス/糸魚川市観光協会観光案内所/糸魚川市民会館/親不知ピアパークふるさと体験館共場糸魚川 commons/玉翠園・谷村美術館/笹倉温泉 龍雲荘/大光銀行糸魚川支店/セブン-イレブン糸魚川能生インター店/翡翠園/フォッサマグナミュージアム/ブックスステーションサイカ東寺町店/マリンドリーム能生/大和屋クリーニング/吉直書店 【柏崎市】かしわざき市民活動センターまちから/柏崎夢の森公園/木村茶道美術館/珈琲創房 自由人/コメリ書房柏崎店/わたじん書店 【長岡市】大光銀行 長岡支店 【十日町市】越後妻有交流館キナーレ/十日町駅/道の駅まつだいいふるさと会館 【新潟市】新潟県立図書館 【県外】飯綱高原観光協会/飯山駅観光交流センター/いいやま湯滝温泉/小布施ハイウェイオアシス/なべくら高原/森の家/斑尾高原観光協会/道の駅しなの/道の駅花の駅千曲川/はっち事務所(大阪) その他広告・取材協力店

これであなたも
ここの達人!

ここらオタクイズ



ここの歴史、文化、自然を知って、もっとここの好きになっちゃおう!

vol. 46 高田まちかど交流館って知ってる?

市民の交流の場として利用されている本町3丁目にある「高田まちかど交流館」にまつわるクイズです。

出題協力:
上越市役所文化振興課

Q1 上越市文化財にも指定されている洋風建築物ですが、
貸館として利用される前はどんな用途だった?

① 銀行 ② デパート ③ 図書館

Q2 1階のホールに置かれている鐘(写真下)は
もともとどこにあったものでしょうか?

① 旧高田市役所 ② 高田駅 ③ 大和デパート

Q3 2階には彫刻家・峯田敏郎氏の作品が展示されています。
上越市にある峯田敏郎氏の作品といえば?

① 金谷山にあるレルヒ像 ② 上越妙高駅にある謙信公像
③ 直江津にあるライオン像



◀答えと解説はこのQRから(今月号の答えは次号紙面にも掲載します)
先月号「百年料亭 宇喜世って知ってる?」の答えは、Q1.①仕出し屋/
Q2.②1体/Q3.③153帖でした!

「郵送での購読」がご利用いただけます!

発送手数料(送料含む)1部200円で郵送にてお送りします。右記のQRよりお申込みください。cocolaのInstagramからも申込可能です。1部のみ、半年分、1年分からお選びいただけます。



◀ショップ
サイト
(BASE内)

「まち歩きガイドブック」も販売中!

表紙のこぼれ話



新年号ということで、ご利益のありそうな写真を探していたところ、妙高市役所さんが快くご協力くださいました。撮影者の堀川さんによると「2022年11月に妙高杉ノ原スキー場で撮影しました。雲の下には野尻湖があり、志賀高原の方向から昇ってくる太陽。誰もいない場所で妙高戸隠連山国立公園の朝を迎える至福の時間です」とのこと。スキー場営業期間中も運がよければ眼下に広がる壮大な雲海を見ることができるそうです。

ここらへんの情報をお届けする

フリーペーパー ココラ

cocola

2月号

「観桜会100年の歴史 これからの100年特集」

「美容・健康特集」ほかを予定

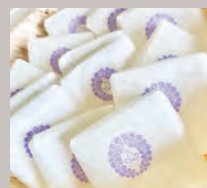


発行 ココラ編集部
(株式会社 バーツプロダクション)
〒943-0834
新潟県上越市西城町2-10-25 大島ビル3F
TEL.025-527-3330
FAX.025-522-4618
https://cocola.jp/



編集後記

ここら日中で紹介した浄興寺では、年またぎにさまざまな催しが行われます。大みそかは11時半頃から除夜の鐘撞きが行われ、一般の方々に開放。鐘撞きをする高橋孫左衛門商店さんの翁船がもらえるとのこと。また、午前0時には献盃式が、その後は修正会(しゅしょうえ)といわれる新年のお勤め(お経)が1時間程度行われます。この機会に浄興寺で「ゆく年くる年」を過ごしてみたいいかがですか? (山岸)



発行人 稲葉 徹一
編集部 山岸 愛 / 浅岡 朋子 / 渡邊 和貴 / 吉田 久美子 / 渡部 智子 / 飯田 孝浩 / 村本 佳代 / 荻谷 優子 / 石田 愛 / 森屋 里紗 / 北島 美和子
イラスト あっぺ☆(ここら日和)

※このフリーペーパーは上越、妙高、糸魚川地域にお住まいの方に無料で配布しています。配布停止をご希望される方は、お名前とご住所をココラ編集部までご連絡ください。個人情報は配布停止のみに利用します。※本誌の記事・写真を無断転載・複製複製禁じます。※一部のQRコードはアクセス解析のためにCookieを使用しています。アクセス解析は匿名で収集されており、個人を特定するものではありません。

女性のお悩み解決 教えて！

大島クリニック
大島隆史 院長



妊活

vol. 138

自治医科大学卒業、
日本生殖医学会認定 生殖医療専門医、
日本産婦人科学会認定 産婦人科専門医、
医学博士、母体保護法指定医

Q 妊娠に気づかないで、インフルエンザワクチンを接種してしまいました。
妊娠5週だそうです。胎児に影響は出ますか？

A インフルエンザワクチンを妊娠中誤接種しても、妊娠を諦めなければいけないことはありません。ワクチンには、弱毒生ワクチンと不活化ワクチンがあります。風疹や麻疹(はしか)などの弱毒生ワクチンは、接種された病原体が体内で繁殖して、血液内で増殖し胎児に感染する可能性があるため妊娠中は禁忌です。インフルエンザワクチンなどのような死菌不活化ワクチンは体内で増殖せず、胎児には感染しないので妊婦でも使用可能と考えられます。妊娠中の使用については、「妊娠初期ではワクチン接種の有益性が危険性を上回る場合のみ接種可能」となっています。具体的には、感染リスクが高い場合や、感染により重症化する合併症がある場合が対象となります。妊娠4週4日から7週6日までの器官形成期(薬剤に対して絶対過敏感)には接種しないほうが良いという考えもありますが、実際に接種しても胎児に異常は認められていません。欧米では、20年以上前からインフルエンザワクチン接種は、利益が危険性を上回ると結論を出しており、妊娠中のインフルエンザワクチン接種を推奨しております。このように、妊娠初期でもインフルエンザワクチン接種の危険性はかなり少ないと考えられます(詳細は、HP cocola妊活プラスで)。

妊活や更年期に関する質問がある方は編集部まで

女性のためのクリニック 女性の生涯をサポート

Oshima Clinic 医療法人社団
大島クリニック

産婦人科・生殖医療 特定不妊治療助成制度指定医療施設
〒943-0153 上越市鶴島1100 ☎ 025-522-2000



診察時間
※土曜午後・日曜・祝日は休
診です。その他、臨時休診時
はクリニック内およびHP上
でお知らせします。

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:00	○	○	○	○	○	○ 予約制
午後3:00～ 6:30	○	○	○ 予約制 (5:00から)	○	○	—



馬場秀幸弁護士の

vol.146

なんとかなるさあ～法律相談

Q 親がつけた名前を変えたいです。どうしたらいいでしょうか？

A 名前は、個人を特定あるいは識別するためのものです。自分のことは自分で決めるという自己決定権的な考えによれば、自分の名前は自分で名付けることができるはずですが。

ところが、出生届けは子が生まれてから14日以内にしなければなりません。生まれたばかりの本人が自分の名前を決めることは事実上できません。そのため、実際は親が名づけることになります。

法律は、「正当な事由」があれば、家庭裁判所の許可により、名を変更することができますと定めています。

「正当な事由」とは、最高裁の示した例によれば、①営業上の目的から改名する必要があること、②同姓同名の者がいて、社会生活上甚だしい支障があること、③神官・僧侶となるため改名の必要があること、④珍奇な名、外国人とまぎらわしい名、あるいは難解、難読な文字を用いた名等で社会生活上甚だしく支障があること、⑤帰化した者で日本風の名に改める必要のあること、などです。永年使用してきた通称についても、それが社会的に定着したものと評価できれば、「正当な事由」と認められます。

私の事務所にも、名前を変えたいと相談にくる方はいますが、実際には親がつけてくれた名前だからとか、日常生活で定着してしまったから変更すると面倒だと考えて、変更することには躊躇するようです。

1/7(火)
10:00～

今月の無料相談

内容／法律に関する
ことならなんでも！
場所／馬場秀幸法律事務所
事前に電話または、ホーム
ページでご予約ください。

馬場秀幸 法律事務所

上越市大手町7-1

☎ 025-521-0533

1964年生まれ。2004年に上越市で開業。債務整理・自己破産や離婚・男女間トラブルから民事事件・刑事事件まで取扱い分野は多岐にわたる。著書に『商工ファンドを斬る』(共著)。



111th
TANABATA REVIEW

宝塚歌劇月組全国ツアー
新潟公演

《主演》 鳳月杏、天紫珠李

王朝ロマン
『花の業平』～忍ぶの乱れ～
作／柴田侑宏 演出／大野拓史

Takarazuka Spectacular
フェニックス・ライジング
『PHOENIX RISING』
～IN THE MOONLIGHT～
作・演出／野口幸作

©宝塚歌劇団 ※写真は公演内容とは異なります。

5/13 日帰り 火

申込み〆切
1/23 木

ランチプラン(交通費なし)

お一人様 **17,700円** (税込)
(昼の部S席チケット代、昼食代込)

上越発着 バスプラン

お一人様 **22,700円** (税込)
(昼の部S席チケット代、往復交通費、昼食代込)

昼夜2公演プラン(交通費なし)

お一人様 **26,900円** (税込)
(昼の部・夜の部S席チケット代、昼食代込)

■定員:30人 ■最少催行人数:35名
■添乗員・cocolaスタッフ同行

ホテル日航新潟
中国料理【桃李】の
飲茶ランチ付き

バス
ツアー
行程表

百年料亭 宇喜世(8:20) 直江津駅南口(8:40) 柿崎IC入口(9:10)
北陸自動車道 新潟県民会館(12:50着 13:30～16:30 観劇約3時間 17:00発) 北陸自動車道
柿崎IC入口(18:40頃) 直江津駅南口(19:10頃) 百年料亭 宇喜世(19:30頃)

※新型コロナウイルス感染拡大状況により変更または中止となる場合があります ※ツアー内容は変更になる場合がございます
●お申込みの際には、詳しい旅行条件書をお渡しいたしますので、事前にご確認の上、お申込みください●

新潟県知事登録旅行業第2-404号 (一社)全国旅行業協会正会員 総合旅行業務取扱管理者:川上久雄
㈱パーツプロダクション旅行事業部

申込み
問合せ

かなえる旅行社 ☎ 025-512-5888
営 9:30～17:30(月～金) 休 土・日・祝日

第100回
Anniversary

cocolaプレゼンツ
観桜会応援企画 第4弾

高田城址公園観桜会は
来春(2025年)100回を迎えます！
フリーペーパー「cocola」では地元に着する
情報紙として第100回の節目を迎える
高田城址公園観桜会を盛り上げるべく
さまざまな企画を予定しています

首都圏に観桜会PR!!
オリジナルポスター掲示

第100回を記念する観桜会ですが、首都圏へのPR不足を受け、協賛企業名入りの「観桜会オリジナルポスター」を作成します。首都圏の主要駅や近隣の駅に掲示し、都民やインバウンド客へ広く告知します。ポスターは15種類！

協賛金メニュー

B2サイズ、企業名入り10枚作成
1口 **165,000円** (税込)

掲示

観桜会期間中の7日間
東京Aランク(新宿、上野、池袋等)の駅構内 1枚
関東圏の駅 1枚
新幹線沿線の主要駅と近隣の駅 7枚
自社掲示用 1枚

15社限定
残りわずか



※ロゴ・社名・会社のキャッチフレーズが入ります

第100回高田城址公園観桜会と一緒に
盛り上げてくれる企業・店舗様を募集中！

詳しくはこちら▶

詳しくは(株)パーツプロダクションcocola編集部まで TEL 025-527-3330

