



2026年は「はねうま」の勢いを胸に、 未来へ踏み出す1年に



みんなのトキでつコンテスト応募作品
第9回(2024年) 優秀賞 荻原則子さん

ここで「馬」といえば、春の妙高山に現れる雪形「はねうま」を思い浮かべる人も多いのではないのでしょうか。路線名にも使われ、地域に深く根づく象徴でもある、えちごトキめき鉄道の平井社長に、2026年午年への抱負と“踏み出す一年”への想いを伺いました。



えちごトキめき鉄道株式会社
平井 隆志 代表取締役社長

2026年の午年は、とくに丙午(ひのえうま)として「情熱」や「変化を恐れない力」を象徴する一年といわれます。私たちはこの年を“踏み出す一年”と位置づけ、新たな中期計画のもと設備更新を進めながら、将来にわたって安全で安定した鉄道を守ることを目標としています。そのために重要度の低い事業は見直し、将来性のある分野には積極的に投資する“選択と集中”を図っていきます。

また、地域の日常の足を守りながら、観光を通じて地域経済を活性化するという2つの柱をさらに強化していきます。直江津駅ホームのピアガーデンのように、駅をにぎやかにし、その流れで列車に乗っていただく仕掛けを継続し、地元飲食店の参加を通じて地域に利益が還元される取り組みも広がっていきます。さらに、雪月花の小学生向け乗車ツアーなど、子どもたちが「地元の誇り」を感じられる企画も継続していきたいと考えています。

午年らしい前向きなエネルギーを胸に、地域とともに未来へ踏み出す一年にしていきたいと思います。

新年への想いや、妙高はねうまラインの名称の由来、「雪月花」の新展開と地域連携の方向性など、平井社長のインタビュー全文はweb cocolaに掲載



えちごトキめき鉄道株式会社

2015年の北陸新幹線延伸に伴いJRから経営分離された第三セクター鉄道。「妙高はねうまライン」と「日本海ひすいライン」の2路線を運行し、地域交通を支えるとともに「観光急行」や「直江津D51レールパーク」など観光事業も展開中。

雪月花ペア乗車チケット
ほか豪華景品が勢ぞろい! 新春
豪華お年玉プレゼントは
次ページから

← GO TO NEXT PAGE



えちごトキめきリゾート雪月花
お問い合わせセンター

☎ 025-543-8988
🕒 平日10:00～15:00
📅 土日祝

cocola
LINE



上越

Powered by 昭和林業の家
住宅情報亭

☎ 025-545-4800
📍 上越市西本町4-16-6
🕒 9:00～17:30
📅 水曜、隔週火曜



豊富な物件数の中古住宅!
新規リフォーム物件を続々公開♪

昭和林業の家が運営する「住宅情報亭」では、中古住宅を中心に、新築戸建や土地、マンションまで幅広くご紹介しています。きれいな戸建や丁寧に手を加えたリフォーム済みの家も多く、なかでも自社で心を込めて仕上げた「Re-side」シリーズはご好評いただいています。住まい探しが楽しくなるよう、やさしくサポートします。

Information

昭和林業の家がプロデュースする
リフォーム戸建「Re-side」

「綺麗にお洒落に」をコンセプトとし、手に触れる所、目に付く所の細部はもちろん照明にまでこだわったリフォーム戸建です。また、「Re-side」は特許庁による商標登録済です。



「集中力・創造力・論理力」が育つ
プログラミング教室

低学年コースは「パズル」「ロボット」「プログラミング」の3つのカリキュラムで自分で考える力を育みます。高学年コースはスクラッチプログラミングで本格的なプログラミングを学びます。プログラミング教育が必修化された今こそ、基礎から学びませんか? ぜひ無料体験にお越しください♪

Information

【小学校低学年(1～3年生)対象・自学力キッズ】
2/8(日) 9:30～ 新井センター、15:00～ 南センター
2/11(水・祝) 9:30～、15:00～ ユニスタイル直江津
【小学校高学年(4～6年生)対象・エジソンアカデミー】
2/8(日) 13:30～ 南センター
2/11(水・祝) 11:00～ ユニスタイル直江津

上越

二葉楽器

☎ 0120-345-218
📍 上越市北城町3-15-17 高田中央センター
🕒 月～土曜 9:00～18:00 日曜、祝日 9:00～13:00
📅 不定休



上越

買取店わかば 上越モール店

☎ 025-520-5010
📍 上越市とよば239-1
🕒 10:00～18:00
📅 12/28～1/3



ルイヴィトン バッグ限定
状態問わず12,000円保証!

新年あけましておめでとうございます! わかば上越モール店で。ご好評の月替わりのキャンペーン企画。1月は「ルイ・ヴィトン バッグ12,000円保証」です。ハンドル、ショルダーのついたバッグ限定、状態問わず最低金額保証いたします! 新年だけの特別企画、破れたりカビがあってもOK! ぜひご来店お待ちしております。



その他ブランドバッグも
大歓迎! 新年特別価格で
ご案内いたします。

※本紙は12月17日(水)時点の内容です。

アイコンの見方 ☎ 電話番号 📍 所在地 🕒 営業時間 📅 定休日 ※表記価格はすべて税込。



こおろぎ橋・鶴仙溪を臨む湯宿。
電話予約は口頭で、WEB予約は『cocolaを見た』と入力すると、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 2026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。電話予約は口頭で、WEB予約は『cocolaを見た』と入力すると、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 2026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丁目ホ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)



F 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

☎ 0120-345-265
📍 上越市本町5-3-21
🕒 10:00~18:30 📞 水曜



E 1名様 店頭

デロンギ オイルヒーター (RHJ10F1015-DG)

消費電力1500Wモデル。10~13畳の部屋
におすすめ。高さ64×幅24.5×奥行
49.5cm※検品の為、開封済みになりま
すが未使用新品となります。●24,800円相当

ベルライム 鴨島店

☎ 025-523-3051
📍 上越市鴨島3-7-50
🕒 11:00~18:00 📞 日曜



総勢140名様に当たる!

新春豪華お年玉プレゼント

毎年恒例のプレゼント企画! 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! どしどしご応募ください!

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

応募方法は8面へ!



日本海と妙高の山々を一度に楽しめるリゾート列車。車窓に広がる四季折々の景色と地元の旬の食材のお料理をご堪能いただけます。
●59,600円相当

えちごトキめきリゾート雪月花 えちごトキめき鉄道株式会社

☎ 025-546-5520
📍 上越市東町1-1
🕒 本社営業時間
月~金曜8:30~17:30
駅の営業時間は各駅で異なります。

C ペア1組2名様 発送

えちごトキめきリゾート
雪月花乗車券ペア1組様



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



D 1名様 店頭

雪むろ芳醇和牛 開運「赤富士」すき焼き用

あけましておめでとうございます 今年もよろしくお願いします

※順不同

まごころを込めて、皆様のおくる心を大切に...

JAえちご上越

JAセレモニーサービス

虹のホールいなだ/虹のホールあらい
虹のホールなおえつ/虹のホールおおがた
上越市稲田4-5-15
TEL 0120-971-959

セレモニーホールフロア
糸魚川市南押上1-14-8
TEL 0120-972-060

地域に愛され、お客様と共に生きる

おかげさまで創業126年

岡三証券グループ 岡三にいがた証券

岡三にいがた証券 株式会社
上越支店
上越市西城町3丁目5-24
TEL 025-524-0290

快適な住まいづくりのお手伝い

リフォーム たもつ

株式会社 保坂屋
上越市松村新田字大道25-1
TEL 025-543-1323

リフォーム たもつ
TEL 0800-800-0239

お肉博士1級がいる、お肉の専門店

肉のいろは

有限会社 高山精肉店
上越市本町5-3-29
TEL 025-524-1150

お客様の夢をカタチにする

美しい山 新潟精密株式会社

NIIGATA SEIMITSU

上越市三和区下中3335-2
TEL 025-532-4180

ビジネス&プリントサービス

株式会社 ケーナル

あなたの写真で作る
アクリルスタンドが
抽選で当たる!

抽選はQR

妙高市工団町5-6
TEL 0255-72-2397

シンプル&ミニマルな家づくり

okadanoie

おかだの家 岡田土建工業(株)

〒944-0047
妙高市白山町2-11-6
TEL 0120-3231-72

ワークバル上越 指定管理者

サポートします!
中小企業の福利厚生

新規会員 募集中

(公財) 上越勤労者福祉
サービスセンター
上越市下門前477
TEL 025-545-9055

感動・創造・未来へ

北越印刷株式会社

DRAMATIC PRINTING

上越市石橋2-9-42 石橋ビル2F
上越営業所
TEL 025-545-9707

長岡本社
TEL 0258-23-7711

住宅改修・リフォーム・店舗・新築 設計施工

rehome119

リラックス+ECOな住空間の創造

Co-Creation
Design
Organize

株式会社 リフォーム119
上越市寺238-12
TEL 0120-247-119



J 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」
☎ 025-543-0212
📍 上越市西本町3-2-5
🕒 9:00～19:00 📅 日曜、祝日



I 3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 ペア5組 10名様 発送

日帰り入浴券

別名「クレンジングの湯」と称される笹倉温泉。なめらかな泉質でつるつる美肌に。※営業時間はHPまで ●ペア1組 1,700円相当

笹倉温泉 龍雲荘
☎ 025-559-2211
📍 糸魚川市大平5804
🕒 入浴受付時間9:00～17:00(18:00退館)
年末年始9:00～14:00(15:00退館)



G 3名様 店頭

クオカード 10,000円分

おたからやイチコ直江津西店・高田店にて利益還元祭! 日頃の感謝を込めましてクオカードをプレゼント! 新年も買取ならおたからや。

おたからや直江津西店・高田店
☎ 025-542-0210
📍 イチコ直江津西店/上越市五智1-14-35
高田店/上越市飯1107-1
🕒 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 R7-12D 04



N ペア10組 20名様 店頭

七福の湯 ご利用券

バラエティあふれる浴場と炭酸風呂・岩盤浴・ロウリュウが人気のスーパー銭湯。お食事処もあり。 ●ペア1組 1,600円相当

野天風呂 七福の湯 上越店
☎ 025-521-4126
📍 上越市富岡3468
🕒 9:00～24:00(最終入場23:30)
📅 年中無休



M 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バーンで快適な滑走をお楽しみください。2025～26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 13,800円相当

池の平温泉 アルペンブリックススキー場
☎ 0255-86-2370
📍 妙高市池の平温泉2457-1 🕒 8:30～16:30



L 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 4,000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



K 3名様 店頭

本ずわい蟹のアメリカヌソース

2種類の蟹をたっぷり使用。アメリカヌソースが蟹の旨味と甘味を引き立てます。 ●4,100円相当(Lサイズ)

ストロベリーコーンズ ナボリの窯 高田北城店
☎ 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



あけましておめでとうございます 今年もよろしくお願いします ※順不同

安心の地元企業 上越・妙高のお仕事探しは
株式会社 HMSユニテッド
〒943-0145 上越市大字今池97-2
TEL 0120-231-702

わたしにいいコト、暮らしにいいモノ
ダスキン直江津支店
株式会社 いとう商会
〒942-0086 上越市加賀町9-1
TEL 0120-105-165

個室でゆったり和の御膳
百年料亭 宇喜世
〒943-0831 上越市仲町3-5-4
TEL 025-524-2217

エデュケーションの未来形 IDEcation
株式会社 井手塾
上越市本町5-5-9 ランドビル3F(本部)
TEL 025-522-1294

地域の健康をサポートする薬局
・げんき薬局 上越市東雲町1-6-10
・げんき薬局 安塚店 上越市安塚区安塚2557
・げんき薬局 浦川原店 上越市浦川原区有島66

大切な思い出のお手伝いは"ビップ"へ
AFFRANCHIR QUEENSCOURT
アーフランシエル クィーンズコート
〒942-0063 上越市下門前872-1
Costume Salon CRYSTAL GRACE
〒942-0063 上越市下門前881
冠婚葬祭 株式会社 VIP ビップ
上越市西城町2-10-20 TEL 025-526-5617 24時間対応

あなたの夢のお手伝い!!
家族との思い出空間 味菓十食堂 MINATO SHOKUDOU
上越市西本町1-16-1 TEL 070-8913-9858
変化を楽しみ、人生を変えるパーソナルジム SYNERGY FIT STUDIO
シナジーフィットスタジオ 上越市五智1-11-8 2F/3F TEL 090-8716-1183
(株)ミナト不動産部
〒942-0004 上越市西本町1-2-26 TEL 025-544-0635

本物の体験! 本物の感動! こどもが真ん中!
MAHAYANA KINDERGARTEN
マハヤナ幼稚園 TEL 025-545-0881
上越市下門前1817
ミルフィーユ保育園 TEL 025-543-3636

手焙煎の焙じ茶と選りすぐりの緑茶
多賀 茶焙煎所 TAGA TEA ROASTERY
株式会社 越の国
上越市仲町3-1-9
TEL 025-526-7570

お客様の大切なお荷物を心を込めて運びます
SHINKO TRANSPORT EXPRESS
有限会社 新興運輸
上越市大字黒井字谷内2598-7
TEL 025-531-3939

販売から車検、整備までトータルサポート
大島自動車販売 株式会社
〒943-0823 上越市高土町1-8-8
TEL 025-524-0011

お客様の髪先から指先までをキレイに!
毛穴のおそうじでボリュームアップ! ヘッドスパ 3,300円
マツノ美容室
上越市大町2-1-5 ☎ 9:00～18:00
📅 毎週月曜、第1火曜、第3日曜
TEL 025-524-5207

働く女性を応援しています
～トータルケア～
サンクス高田グループ
株式会社 くびき野ライフスタイル研究所
サンクス高田 ☎ 025-521-1230
サンクスたんぼ ☎ 0255-72-2866
ベビーサンクスすくすく寺町 ☎ 025-512-6008
サンクス高田

3



3名様

モスバーガー 上越高田店
商品券 1,000円
モスバーガー上越高田店で使える商品券。バーガーや限定商品にも！
☎ 025-521-5282
📍 上越市西城町1-2-2

2



3名様

Cafe Ing カフェ イング
ランチコース 1,980円
大潟の南部堂併設のカフェ。
前菜、パスタ、ドリンクのコース。
☎ 025-534-4078
📍 上越市大潟区土底浜1032お酒とギフトの南部堂併設

1



5名様

喫茶室／ボルボロン 直江津店
抹茶ラテ&抹茶アフォガートセット
ボルボロンで人気の抹茶メニューをお得に。
ご注文をいただいてから点てて仕上げる抹茶ラテと抹茶アフォガートを楽しめるセット。
📍 上越市国府4-7-36

**新春豪華
お年玉プレゼント**
毎年恒例のプレゼント企画！
グルメなプレゼントが目白押し
応募方法は8面へ

7



2名様

レストラン・ヨーデル金谷
ワンプレートランチ(ハンバーグセット限定)
メイン・サラダなどのワンプレートにパン・デザート・ドリンクバー付。
☎ 025-523-0681
📍 上越市大貫2-17-40

6



20名様

旨唐揚げと居酒屋メシ ミライザカ上越高田店
お食事券 1,000円分
デカくて旨い唐揚げが名物。会社の歓迎会や送別会、飲み会など大歓迎！
☎ 025-521-6061
📍 上越市本町5-4-5 あすとびあ高田1F

5



2名様

大地のぶた 上越店
厳選三元豚食べ放題コース 1名様ご招待
厳選三元豚と、串カツやスイーツ食べ放題の人気コース！全73品食べ放題を120分お楽しみいただけます。
☎ 025-521-4463
📍 上越市飯1392

4



3名様

旬菜居酒屋 農民
加茂錦(荷札酒) 純米大吟醸 4合瓶
加茂錦酒造の代表銘柄である『荷札酒』を食事と一緒にどうぞ。お持ち帰り不可。
☎ 025-530-7038
📍 上越市東雲町2-4-51 直江津駅南口から徒歩3分

※アルコールのため、申込みは20歳以上の方に限らせていただきます

11



4名様

山の家カフェ
アップルパイ アイスクリームのせ
注文が入ってから焼き上げる自家製アップルパイ(1,000円)は人気定番メニュー。
☎ 0255-78-7432
📍 妙高市関川1528-2

10



3名様

ワイン&デリ ラミ デュ ヴァン
ワインとキッシュのペアリングセット
赤・白のハーフサイズのワインを各1本とキッシュ2カット(前日までに要予約)。
☎ 025-512-6288
📍 上越市本町5-1-1 ダイアパレス高田本町1F

※アルコールのため、申込みは20歳以上の方に限らせていただきます

9



1名様

和伊太屋 四季彩
オードブル 5,000円相当
和と伊の融合。大人も子どもも楽しめる創作料理がぎゅっしり！(要事前予約)
☎ 025-545-0431
📍 上越市石橋1-402-2 HOTEL α -1上越2F

8



3名様

大戸屋ごはん処 上越大日店
鶏と野菜の黒酢あん定食
手作りのヘルシーな家庭料理を定食でご提供。素材を活かすためのひと手間くわえたやさしい味が魅力。
☎ 025-530-7301
📍 上越市大字大日31 だいにちスローライフビレッジ

15



1名様

Ricca Myoko -cafe-
Riccaプレート + 妙高矢代米500g
彩り豊かな旬野菜と地元食材満載のRiccaプレートと妙高矢代米500gをプレゼント。
☎ 0255-86-5070
📍 妙高市二俣694-1

14



2名様

すみび焼肉 炭あかり
炭火焼肉 Bランチ 土日祝限定！牛カルビ・豚ロース・鶏もも盛合せで1,500円。Aランチ(牛カルビ・牛ハラミ・豚トロ)1,800円。月替わりCランチも。
☎ 025-520-5006
📍 上越市大潟区下小船津浜1165-3

13



3名様

Boulangier M プーランジェエム
パン1,000円分 引換券
噛むほどに旨みが広がるハード系パンや、サクサクのクロワッサン、季節限定のデニッシュ、モチモチ生地「塩バターあんぱん」も人気。
☎ 025-520-8880
📍 上越市西本町3-8-49

12



10名様

イタリア料理フルット
自家製おすすめドルチェ
当店自慢の自家製おすすめドルチェ580円を店内で。テイクアウトはできません。
☎ 025-523-3060
📍 上越市大豆1-9-15

18



Roots GROUP
グループ全店共通お食事券 3,000円分
グループ全5店、どこのお店でも使えるお食事券をプレゼント。この機会にお好きな店舗でおいしい料理をお楽しみください。
創作居酒屋 かんべえ ☎025-544-6363
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

17



5名様

ビストロ サブリーユ
ディナーお食事券 1,000円分
お陰様で15周年。古民家の灯りの中で、季節の野菜をたっぷり使った料理。心も体もあたたまる時間をぜひ味わいにきてください。
☎ 025-534-3684
📍 上越市大潟区上小船津浜714

16



2名様

アートホテル上越 カフェ&レストラン アレーグロ
フルコースランチ(1,800円コース)
季節に応じて選べるメイン。人気のフルコースランチをプレゼント！※平日限定
☎ 025-526-7611
📍 上越市本町5-1-11 アートホテル上越1F

あけましておめでとうございます 今年もよろしくお祈りします ※順不同

自然と共に生きている木と暮らし続ける高性能住宅



株式会社保坂工務店
本社 上越市中央3-8-6
旧酢屋呉服店 国登録有形文化財
工場 上越市三和区越柳1951
TEL 025-543-1535

「健康」をテーマに創造している企業です。



株式会社 保坂工務店
発酵飲料・発酵食品メーカー
株式会社 ミヤトウ野草研究所
野草野菜 発酵原液 ユアラゼ
〒944-0020 妙高市工団町7-7
TEL 0255-73-7189

「きれいに地球にもどす。」



アイレック新潟 株式会社
〒942-0013 上越市大字黒井字大割2789-1
TEL 025-544-6381

「いま、そして未来のために」



株式会社 アイシン
〒942-0063 上越市下門前1648
TEL 025-543-9055

私たちは地域環境の向上に寄与します



相村建設 株式会社
上越市大字下源入186-6
TEL 025-543-3456



エルマール2026 新春 Information

2026年もよろしくお願ひいたします



1/1

木・祝

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「午」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

**新春 10:00～
甘酒振る舞い**

※なくなり次第終了となります

1/2

金

10:00～
1Fイベント広場

先着200名様

エルマール専門店でのお買上げ
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

**小竹勇生山 社中 14:00～
三味線と替女唄**

1/3

土

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
ほろのステージ!






新しい年に、ちょっといいもの。




～ 心はずむ出会いを、エルマールで ～



illusie300
いちご柄パジャマ 1,980円
ボンチョ 550円
ブランケット (W100×H70cm) 550円



コスメやまとや
オリーブ果汁水(180ml) 1,100円
化粧用オリーブオイル(30ml) 1,210円



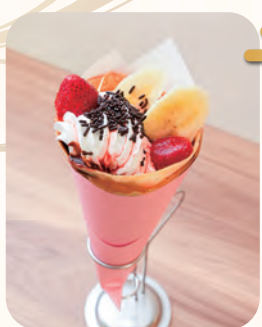
レベール
メッセージパイル
ルームソックス 1,760円



kukka
冬限定SOの焼き菓子 520円～
ジャム 740円
マグカップ 1,650円



カフェ メルカード
ココア 600円
ケーキ各種 580円～



ぱるふえ・坂田屋
クレープ 810円
(チョコバナナ苺クリーム)



インドアグリーン
迎春アレンジメント
4,950円



ラ・ソネ菓寮
寿ロールケーキ
2,200円



ひびの食卓
年末年始オードブル(ミニサイズ) 2人前3,500円



富寿し
上寿し
4人盛 8,458円



**フルーツ
とみざわ**
やよいひめ、紅まどんな、デコボン



**御菓子処
くさのや**
水ようかん 5本入756円
笹だんご 5個入995円



豆福
越の福梅 1個140円
8個入1,340円



三野屋
継続だんご
5本入1,296円～



大杉屋惣兵衛
寿ようかん 1本1,080円
寿ようかん ミニ 1本270円




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

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




上越

LINEクーポン

ネーブルカイロプラクティック CareLine(ケアライン)

今年こそ、疲れない身体へ
新しい一年を、軽やかな身体でスタートしませんか？
姿勢の悪さ・肩こり・腰痛・頭痛は日々の積み重ねで
深まることも。当院のカイロプラクティックは原因か
ら整える施術で「動きやすい身体」「疲れにくい身体」
へ導きます。2026年をもっと健やかに。

☎ 025-546-7212 (担当：外山) 完全予約制
📍 上越市下源492 佐藤ビル源1F B棟
🕒 10:00～最終受付18:00
📅 日曜、祝日
🅑 有



初診通常7,800円→**5,500円**

さらに1月中のご予約で①ドライヘッドスパ②フットケア
③ハンドケアのオプションからどれか1つ無料
●来店時提出 ●予約時申告

有効期限／2026年1月末日まで

cocola

ネーブルカイロプラクティック CareLine

上越

LINEクーポン

ヘアースタジオ LICIA(リシア)

※実際の振袖・袴とは異なります

成人式の振袖、卒業式の袴をおトクに!
成人式・振袖、卒業式・袴はおトクな早期予約がお
すすめ!! 振袖は198,000円→88,000円引、袴は
88,000円→30,000円引に! (ヘアメイク、着付け、
前撮り写真込)。さらに店内で試着後(要予約)ご来
店された方には、親子で使えるカラー・パーマ・カッ
トの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

88,000円引 30,000円引

+ご予約・試着後ご来店で 親子で使えるカラー・
パーマ・カット半額チケットプレゼント
●予約時申告、来店時提出 ●他との併用不可

有効期限／2026年2月末日まで

cocola

ヘアースタジオ LICIA

上越

LINEクーポン

ジャザサイズ新潟県上越市クラス

新春キャンペーン!
お得にはじめるチャンス!
期間中のご入会で月会費が最大2か月0円+サー
モボトルプレゼント。初めての方は体験1回無料。
価格については下記QRからご確認またはお問合
せください。

☎ 080-6621-1115(まつなが)
上越市総合体育館・柔剣道場
🕒 日・月・金曜 10:00～11:00
上越春日謙信交流館・集会室
🕒 月・水・金曜 19:30～20:30 🅑 有



ジャザサイズを体験したことがない方、

1回体験無料

●1枚でグループ様全員有効 ●予約時申告

有効期限／2026年2月10日まで

cocola

ジャザサイズ新潟県上越市クラス

クーポンを持ってお店へGO

オトクーポン
@こころ

美容 飲食 暮らし

クーポンを切取ってお店へGO
LINEでもクーポン配信中

LINEでのオトクーポンの
使いかたは左記の手順を
参考にしてね

アイコンの見方

☎ 電話番号 📍 所在地
🕒 営業時間 📅 定休日 🅑 駐車場

上越

LINEクーポン

美容室かのん 直江津五智店

Information

<カットコース>
カット+シャンプー+ブロー
3,800円～

<カラーコース>
カラー+シャンプー+ブロー
●白髪染め
リタッチ3,800円～
全体4,800円～
●オーガニックカラー
リタッチ4,500円～
全体5,500円～

<輝髪トリートメント>
5,000円～

※全メニュー
ロング料金あり

上質なひとときを、手の届く価格で無理なく
通える、上越のあなたのための美容室

全メニュー50%OFF 好評のため2月末まで延長い
たします! 特におすすめは熱で成分を浸透させる
「輝髪(きらがみ)トリートメント」。加齢によるべつ
たり髪やハリ・コシ・ツヤ不足でお悩みの方に最適で
す。トリートメントを敬遠されていたショートの方も、
この機会にぜひお試しください!

美容室かのん 直江津五智店
☎ 025-520-7377
📍 上越市五智1-4-22
🕒 9:00～16:00
📅 土日祝 🅑 有



全メニュー50%OFF

●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／2026年2月27日まで

cocola

美容室かのん 直江津五智店

上越

LINEクーポン

NAGU-NAGU(ナグナグ)

1月限定! 韓流♪ ご褒美ボディケア
体内の老廃物に働きかけ、健康的な美しさへ。全身
経絡リンパマッサージ60分 通常8,980円→7,980
円。キャビテーションで凝り固まったセルライトに
アプローチ。40分通常5,980円→4,980円。男性の
ご来店可。

☎ 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を見た」で
全身経絡リンパ60分+小顔コルギ40分

通常14,000円→**2,000円OFF**

●来店時提出 ●予約時申告

有効期限／2026年1月末日まで

cocola

NAGU-NAGU

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(日)～2/28(土)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
🕒 8:30～19:00 ※土日祝18:30まで
📅 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**

●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／2026年2月末日まで

cocola

美容室 フレンド

上越

EVENT

1/5月・1/10土・2/4水・2/10火

医療事務講座の
無料体験説明会

【受講料最大30%OFFキャンペーン】説明会開催!
医療事務講座が体験できるプチレッスンでは、病院
やクリニックの受付、診療費計算ルールを講師が説
明。またインターネットだけでは不明な点にもお答
えします。日程が合わない場合は個別相談も可。安
定の「医療事務」資格取得を目指してお得に受講で
きるチャンス! 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) 🅑 無料
📅 不要 ☎ 1/5・2/10 13:30～15:00、1/10・
2/4 10:00～12:00 ☎ ニチイ学館 上越教室
高波 025-531-3124(平日9:00～17:15)



上越

SHOP NEWS

パーソナルカラーとパワーストーンで開運ネイル!
Salon Bijou(サロン ビージュ)

似合う色「パーソナルカ
ラー」で、パワーストーン
を爪に塗る開運ネイルを
しませんか? 石のパワー
があなたを守ります!

📍 上越市春日新田
🕒 10:00～17:00
📅 QRからお申込ください



NEW OPEN

10/1 Synergy Fit Studio
(シナジーフィットスタジオ)

理学療法士と、元プロスポーツ選手が
トレーナーとして在籍するパーソナルジム

10/4 <じらcafé>
稲田商店街にオープン。
ランチは3種の手延べピザを提供。

☎ NEW OPEN情報は
WEB cocolaをチェック!

上越

SHOP NEWS

事前の電話予約がおすすめです
のぐち整骨院

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。

☎ 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



上越

SHOP NEWS

4月開講訓練コースの訓練生募集!
上越テクノスクール

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!

☎ 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



こころの
Information

☎ NEW OPEN情報は
Webで掲載しています

上越

SHOP NEWS

【楽しく】3ヶ月・10kg目指しませんか?
女性のためのダイエットサポートクラブ

春の思い出の写真は【キ
レイなママ】で! 卒・入学
式に向けて頑張る方が
急増中。一足先に成功し
た方の症例はQRより。

📍 上越市三ツ橋新田772-10
ノアズーク11-D
🕒 10:00～18:30(最終受付) 🅑 不定休
LINE ID:@662jvixb



上越

LINEクーポン

おたからや高田北城店



買取金額最大2倍UPキャンペーン
上越市出身 店長の星野です。1月限定でキャンペーンを実施。ブランド時計やバッグ・アクセサリーのご成約で買取金額最大2倍UP(金券・カードは対象外、1/31まで)。当店は地元上越地域で、ダントツNo.1の高額買取を目指します! 査定・出張無料。詳細はスタッフまで。

☎ **090-4722-9607**
📍 上越市東本町3-2-69
🕒 10:00～18:30 休 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 R7-12D 049



おたからや高田北城店 限定

①買取金額**最大2倍UP**キャンペーン
②査定だけでも**芳香剤等プレゼント**
③**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／2026年1月末日まで

cocola

おたからや高田北城店

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月末までのご予約限定! レンジフード・浴室・浴室の追いだし配管・エアコン・キッチン・洗濯機(ドラム式可)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円割引! お気軽にお問合わせください♪

☎ **0120-916-673**
📍 上越市新光町3-5-22
🕒 8:00～18:00
休 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／2026年1月1日～1月末日

cocola

おそうじ本舗 直江津店

上越

レストラン ムーンベアー



雪でも行きたい! 大満足プレート第12弾!
今回だけ物価高支援特価の大サービス! cocolaプレート第12弾は、チキン香味あげカレーにローストビーフサラダ&スープが付いて驚きの890円! 昼も夜も同価格。寒くても雪をかき分けてでも行きたくなるおトク感♪平日限定ランチも大人気です。

☎ **025-525-1906**
📍 上越市寺町16
🕒 11:00～14:00、17:00～20:10
休 木曜
📞 有



クーポン持参の方だけ注文可能

「cocolaプレート第12弾」890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／2026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

まごころサポート 上越こいけ店



100歳にも使えるテクノロジー『マゴコロボタン』で家族と繋がる
シニア向けデバイス! ボタンをおすだけで、離れて暮らす家族とLINEで繋がりが、いざという時の連絡手段としても使えます。お試し希望もお気軽ににご相談ください。右下QRから動画も見られます。

☎ **0120-979-141**「お店コード 19034」
📍 上越市大潟区犀岡253-4
🕒 8:00～17:00
休 日曜



レンタル料

980円・初月無料
●3か月契約が必要 ●他との併用不可 ●予約時申告 ●1枚で1名様まで有効

有効期限／2026年1月末日まで

cocola

まごころサポート 上越こいけ店

上越

LINEクーポン

おたからやイチコ直江津西店・高田店



ブランドバッグ査定額"最大30%UP"
1月はブランドバッグをご成約の方に査定額"最大30%UP"で買取いたします。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。詳細はスタッフまでご確認ください。

☎ **025-542-0210**
📍 イチコ直江津西店/上越市五智1-14-35
高田店/上越市飯1107-1
🕒 10:00～19:00 休 不定休 📞 有
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 R7-12D 04



おたからやイチコ直江津西店・高田店 限定

ブランドバッグの査定額 **最大30%UP**
●来店時提出 ●1枚でグループ様全員有効 ●他との併用不可
●お一人様10万円まで ●ノーブランドは対象外

有効期限／2026年1月末日まで

cocola

おたからやイチコ直江津西店・高田店

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**
📍 上越市五智国分18-2
🕒 10:00～19:00
休 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

有効期限／2026年1月末日まで

cocola

たい夢 国分店

上越

LINEクーポン

total beauty salon KaRiFu(カリフ)



新発想の白髪染めでお悩みを解決! 髪と頭皮をいたわる「輝髪ペインター」

トリートメントベースの「輝髪ペインター」は、頭皮への刺激を抑えて白髪を染めるノンジアミンカラー。ダメージを受けた髪にうるおいを与え、なめらかさ、ツヤ、ハリコシを実感できます。独自のザクロ種子成分配合で、カラーを繰り返すごとに毛髪を保護し、色の持続と染まりを強力にサポート。不快なニオイも気になりません。

☎ **025-526-2880**
📍 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)
休 月曜、第1火曜、第3日曜 📞 有



「cocolaを見た」で輝髪ペインターを体験された方

ホームケア専用シャンプー (1,650円相当) プレゼント
●初回限定 ●来店時提出 ●他との併用可

有効期限／2026年1月末日まで

cocola

total beauty salon KaRiFu

上越

LINEクーポン

ジェイズ英会話 上越校



無料体験レッスン随時実施中
新しい年の始まりと共に英会話を始めたい方! 初心者の方も大歓迎! もちろん中級以上のレベルに合わせたクラスもございます。まずはお気軽にお問合せください。

☎ **025-523-9590**
📍 上越市本町5-2-1 クリタビル3階
🕒 火～金:12:00～21:00
土:9:30～18:30
休 日・月曜、祝日 📞 有



「cocolaを見た」で

テキスト代が3,000円OFF
●予約時申告 ●他との併用不可

有効期限／2026年1月末日まで

cocola

ジェイズ英会話 上越校

妙高

LINEクーポン

買取店clover(クローバー)



掘り出し物がいっぱい! 買取で断捨離も
ご自宅で眠っているお品物、気軽にお持ちください。衣類から貴金属まで幅広く買取します。店頭では掘り出し物の販売もあります。クーポンでおトクにゲット! また、片付けや雪下ろしなど、暮らしのお困りごとにも対応しています。

☎ **0255-75-1374**
📍 妙高市栗原4-7-11
新井ショッピングセンターコア1F
🕒 10:00～18:00
休 木曜 📞 有



1点 1,000円以上の商品お買上げで

合計金額より500円引き
●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／2026年1月末日まで

cocola

買取店clover

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



元旦から楽しめる贅沢ランチビュッフェ
【新春スペシャルランチビュッフェ】
期間:1/1(木)～1/4(日) 価格:大人3,000円
【とろ～りチーズのランチビュッフェ】
期間:1/10(土)～2/28(土)の土日祝(2/11、14、15は除く) 価格:大人2,500円
※ランチビュッフェ共通
価格:小学生1,000円/幼児600円
時間:11:30～14:30(LO14:00)
GoToPass会員様は5%割引

☎ **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)
ディナーは予約のみ
休 無休 📞 有



平日フルコースランチご利用の方

ドリンクバー 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／2026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



【平日フルコースランチ】
3つのランチコース(1,800円～)から選べます。11:30～14:30 (LO14:00)

教えて！

大島クリニック
大島隆史 院長



妊活

vol.150

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 高齢になると卵子の質が低下すると言われましたが、日常でこれを防ぐ方法はありませんか。

A 加齢に伴い卵子の老化は妊娠の妨げになりますが、ニコチンアミドヌクレオチド(NMN)投与により、加齢による卵子の質の低下が軽減されたとの報告がありました(American Journal of Obstetrics & Gynecology 8月号より)。NMNはビタミンB3からつくられる生体物質で、「ニコチンアミドデニンジヌクレオチド(NAD+)」という物質に変わり、エネルギー産生や細胞の若さの維持を助けます。体内生成されますが、加齢とともにNMNの生成が減りNAD+も減少、細胞核の損傷やミトコンドリアの活性低下が進むと考えられています。これまでの研究でもNMN投与により加齢に伴う卵子および胚の質低下が軽減されることが示されてきましたが、高齢マウスでの実験報告でした。今回の報告では、女性の胚胞(GV)期卵子を用いて38歳以上の不妊女性患者における研究を行いました。その結果、38歳以上の女性から得られた未成熟卵子で核成熟能の改善が認められ、加齢の影響を受けた卵子に対しNMNが再生的役割を果たすことが示唆されました。アメリカ食品医薬品局は、安全性への疑問点からNMN配合サプリメントの販売を禁止しましたが、日本では今のところ安全性に問題はないとされ販売されています。(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 女性の生涯をトータルでサポート

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	○	○	—



馬場秀幸弁護士の

vol.158

なんとかなるさあ～法律相談

Q 友人に100万円を貸しましたが、返済してくれなかったので裁判をしました。裁判では、裁判官から70万円の支払いで和解できないかと和解を勧めてきました。100万円を貸したのになんで70万円なのか理由がわかりません。私はどうしたらいいでしょうか。

A 裁判は、裁判官の最終的な判断即ち判決を求める手続きですが、判決ではなく和解(相互に譲り合って合意で解決すること)で終了することが結構多いです。判決になって勝訴した場合でも、相手方が判決に不服で上訴することがあります。その場合、上訴裁判所で逆転敗訴を言い渡される可能性があります。そのリスクを回避するために和解をすることは意味があります。

また、100万円の判決を取得できたとしても、相手方がその判決に応じず支払いをしてくれない場合があります。その場合は、相手の資産を調査して強制執行をすることになりますが、強制執行が成功せずに空振りに終わってしまうこともあります。和解であれば、相手方は和解で決められたことについては約束を実行する可能性が高いので、手間も費用も判決に比べればかかりません。

最近の民事裁判では、双方の主張が出揃った段階で、裁判官が主張や証拠の評価をして裁判官が考える和解案を双方に示します。そこで折り合いがつかなくても、尋問などの証拠調べ手続きが終了した時点でもう一度和解を勧めます。

和解をするかどうかは、裁判にかけた自分の思い、回収の可能性や上訴での逆転判決の可能性などを考慮して弁護士と方針を決めてください。

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)。



美活と美食で満たされる「バレンタインフェスタ」開催

2026

入場無料!

Valentine
バレンタイン フェスタ
Festa 2026

1/31 土

2/1 日

10:00～17:00

2/1は16:00まで

会場

直江津ショッピングセンター
エルマール 1F イベント広場

(上越市西本町3-8-8)

出店者など詳細はこちら▼

※写真は2025年の
美活サミットより



ビューティー体験と
こだわりのグルメが一度に楽しめる2日間

2・3・4ページをご覧ください

新春豪華お年玉プレゼント応募要項

【応募締切】2026年1月20日(火)消印有効

いずれか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→



ハガキ

質問内容をご記入の上
ご応募ください

FAX

025-522-4618

【質問内容】

- ① 希望のプレゼント
- ② 住所・氏名・性別・年齢・
職業・電話・メール
- ③ 今月号の感想をご記入ください

【宛先】〒943-0834

新潟県上越市西城町2-10-25 大島ビル3F
株式会社パ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

※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。

フリーペーパー
cocola

発行 ココラ編集部

●発行人 稲葉 徹一

●編集部 荻谷 優子 / 村本 佳代 / 浅岡 朋子 / 吉田 久美子 / 渡部 智子 / 小林 沙那恵 / 森屋 里紗 / 山岸 愛 / 北島 美和子

※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。

VEGETABLE
OIL INK

