

「板倉区だより」は、市HPでカラー版をご覧ください。



【編集・発行】板倉区総合事務所 〒944-0192 上越市板倉区針722番地1 ☎0255-78-2141

10月9日開催!!

前々回の第12回大会は台風のため、前回の第13回大会は新型コロナウイルス感染症拡大のためと、2大会連続で中止となったえちご・くびき野100kmマラソン。

今年はウェーブ（時間差）スタート方式を取るなどの感染症対策を講じながら、6年ぶりの開催となります。

板倉区は、長塚給水所（長塚公民館）→宮島レスト（旧宮嶋小学校）→田屋エイド（田屋農村公園）の間を走ります。

※7時30分から8時45分（予定）の間にランナーが通過します。



溜めていた想いを

吐き出せ!

第14回
えちご・くびき野
謙信公の郷
100km
マラソン

板倉ふれあいまつり開催のご案内

板倉ふれあいまつり実行委員会では、地域の人たちに笑顔・元気を届けたい!との想いを込めて、昨年よりさらに楽しんでいただけるよう準備を進めています。詳細は次号の板倉区だよりにて紹介を予定しています。皆様のご来場、お待ちしております。

と き：11月6日① 第1部 9：00～15：00【ふれあいまつり】

第2部 17：00～21：00【ギャラクシーナイト】

ところ：板倉コミュニティプラザ、板倉農村環境改善センター 他

問合せ：板倉ふれあいまつり実行委員会

（事務局：板倉まちづくり振興会） ☎78-4905

いいなっ♥板倉



いたくらけいと

教育・文化グループからのお知らせ

○「第64回板倉駅伝大会&健康マラソン大会」参加募集

板倉ふれあいまつりに合わせて、3年ぶりに開催される板倉駅伝大会です。今年は内容を新たに、駅伝大会と健康マラソン大会を実施します。

多くの皆さんの参加をお待ちしております！

●健康マラソン大会

1.7kmのコースを家族で、友達と一緒に、もちろんお一人で、楽しんで走ってみませんか！着順判定や計測は行いません。

●駅伝大会は、1区間2.3kmを3区間3人でリレーします。

と き：11月6日⑩ 健康マラソン大会 9：30招集 9：45スタート
板倉駅伝大会 10：00招集 10：15スタート

コース：板倉運動広場横～いたくら保育園～総合事務所～板倉運動広場横

対象者：板倉区在住または出身の方

(駅伝大会は板倉区内の事業所に勤務する方を含む)

参加費：無料(参加者全員に参加賞があります。)

申込み：10月17日⑩までに下記問合せ先に参加申込書を提出してください。後日、詳細なご案内をお届けします。

問合せ：教育・文化グループ ☎78-2141



○板倉地区公民館講座「ふるさとの魅力発見講座」参加者再募集

自然豊かな光ヶ原高原で散策しながら、宝物(?)を探して、ものづくりをしてみませんか。全3回シリーズの講座で、1回目は終了しましたが、定員に余裕があることから参加者を再募集しています。秋の光ヶ原高原を楽しみましょう。

【2回目】と き：10月2日⑩ 9:30～14:30 【3回目】と き：10月15日⑩ 10:00～14:00
場 所：光ヶ原高原 場 所：ゑしんの里記念館

対象者：小学校1年生～6年生 定 員：6名(再募集定員) 参加費：120円(保険料)

申込み：下記問合せ先に電話でお申し込みください。

問合せ：教育・文化グループ ☎78-2141

○「有恒学舎創設 増村朴斎展」視察参加者募集

郷土の偉人である教育者・増村朴斎と有恒学舎について学ぶ展示展の視察を実施します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

と き：10月18日⑩ 8:30～16:30(予定)

視察先：にいがた文化の記憶館(新潟日報メディアシップ内)

参加費：無料※昼食代は自己負担となります。

定 員：20名(先着順)

申込み：下記問合せ先に電話でお申し込みください。

問合せ：教育・文化グループ ☎78-2141



○秋の夜長に読書はいかが？

板倉地区公民館図書室（板倉コミュニティプラザ2階）では、約4,000冊の本を貸し出しています。お気に入りの一冊を探してみませんか？

借 り 方：借りたい本を選び、「図書貸出票」に名前、連絡先などを記入し、専用ボックスに投函してください。

貸出期間：2週間（1回1人10冊まで）

返却方法：図書室内に備え付けた返却ボックスに返却してください。

問 合 せ：教育・文化グループ ☎78-2141

《新刊のご案内》



本の名前	著者	種類
老い力	佐藤 愛子	一般
九十八歳。戦いやまず日は暮れず	佐藤 愛子	
九十歳。何がめでたい	佐藤 愛子	
佐藤愛子の役に立たない人生相談	佐藤 愛子	
人間の煩惱	佐藤 愛子	
70歳が老化の分かれ道	和田 秀樹	
同志少女よ、敵を撃て	逢坂 冬馬	
黒牢城	米澤 穂信	
こどもSDGs	バウンド	児童
こども気候変動アクション30	高橋 真樹	
かいじゅうたちはこうやってピンチをのりきった	新井 洋行	
ポリポリ村のみんなしゅしゅぎ	蒔田 純	
けんぼう絵本 おりとライオン	椋 大樹	
かいけつゾロリにんじゃおばけあらわる！	原 ゆたか	
もりのおとぶくろ	わたり むつこ	

○こころと体の元気教室（もの忘れ相談会）

認知症の早期発見、早期対応のための取組として、もの忘れなどの気になる症状がある方を対象に専門医による個別相談会を実施します。

日 時：10月24日(月) 14:00～16:00

会 場：板倉コミュニティプラザ

定 員：10人（先着順）

料 金：無料

申込み：10月11日(水)までにすこやかなくらし包括支援センター
(☎025-526-5623)へお申し込みください。

その他：お申し込みいただいた方には事前に地域包括支援センターの職員がお宅を訪問し、気になる症状等について聴き取りをさせていただきます。



板倉区くらしのカレンダー 10月

※新型コロナウイルス感染症の影響により、変更になる場合があります。

日	曜	内容	時間	場所
5日	水	すこやかサロン（介護）【針・宮島・筒方地区】	10：00～11：00	板倉保健センター
7日	金	すこやかサロン（介護）【山部地区】	10：00～11：00	
9日	日	第14回えちご・くびき野100kmマラソン		市内全域
12日	水	すこやかサロン（介護）【豊原地区】	10：00～11：00	板倉保健センター
		1歳児、2歳児、2歳6か月児健診		
14日	金	すこやかサロン【針・宮島・筒方地区】	10：00～11：00	
17日	月	行政相談週間（～23日㊤まで）		
18日	火	すこやかカフェ（介護者家族の集い）	10：00～11：00	板倉保健センター
19日	水	すこやかサロン【山部地区】	10：00～11：00	
		無印良品の移動販売	12：30～	板倉区総合事務所
			13：20～	ふしんの里記念館
			14：00～	やすらぎ荘
		14：45～	しみず屋板倉店	
21日	金	すこやかサロン【豊原地区】	10：00～11：00	板倉保健センター
22日	土	いたくら特産品販売	11：00～13：00	ふしんの里記念館
24日	月	介護予防教室	10：00～11：00	板倉保健センター
		こころと体の元気教室（もの忘れ相談会）	14：00～16：00	板倉コミュニティプラザ
27日	木	オレンジカフェ（認知症カフェ）	14：00～15：00	板倉保健センター

○光ヶ原高原キャンプ場営業終了

光ヶ原高原キャンプ場の営業は10月23日㊤までの予定です。

来年の利用再開時期は決まり次第お知らせします。

ご利用ありがとうございます。



☆板倉区の人口・世帯数

※令和4年9月1日現在、（ ）は前月との比較、数字は住民基本台帳に基づくもの

人口…6,166人 (-9)
 男性…3,013人 (-5)
 女性…3,153人 (-4)
 世帯数…2,165世帯 (-3)



税・保険料の納期限

- ≪9月30日(金)≫
- 国民健康保険税（3期）
- 後期高齢者医療保険料（3期）
- 介護保険料（6期）
- ≪10月31日(月)≫
- 市・県民税（3期）
- 国民健康保険税（4期）
- 後期高齢者医療保険料（4期）
- 介護保険料（7期）

