

「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

## 祝 全国大会出場 みんなで応援しましょう!!

6月25～26日に開催された「第42回全日本バレーボール小学生大会新潟県大会」において、グリーンファイターズが6年ぶり3度目の優勝を果たし、全国大会への出場権を獲得しました。

全国大会でのチーム目標は「7人が心をひとつに、つなげるバレーで勝利を目指す!」です。

全国大会は、8月9～12日に東京体育館他で開催されます。



写真左から、野崎 奏和さん（豊原小：4年）、樋浦 侃士さん（妙高小：6年）、清水 結己さん（豊原小：6年）、小林 耕太郎さん（新井中央小：6年）、保坂 楓雅さん（豊原小：6年）、石川 琥太郎さん（中郷小：6年）、小林 大輝さん（豊原小：4年）

7月2日に開催された「令和4年度新潟県ヤングバレーボールクラブ男女優勝大会 兼 第25回全国ヤングバレーボールクラブ男女優勝大会新潟県予選会」において、下鳥漣大さんが所属する上越クラブがU14部門で優勝し、全国大会出場を決めました。

全国大会は、9月24～25日に大阪府門真市（東和薬品RACTABドーム）で開催されます。

キャプテンらしく、みんなに声をかけてプレーすることを心掛けています。  
初の全国大会出場となりますが、緊張せずに自分たちのいつもどおりのプレーで優勝を目指します!!



板倉中学校:3年 下鳥 漣大さん

## 地域を守るため～消防団頑張ってます!!

去る6月12日に、上越市消防団板倉方面隊の総合訓練が3年ぶりに開催されました。新型コロナウイルス感染症対策として、分散・規模縮小型による開催となりました。

総合訓練に先立ち、駆け付け放水訓練を行いました。その後、「人員・姿勢・服装の点検」「操法披露」などが行われました。

また6月26日には、上越市消防点検が開催され、豊原第一部が板倉方面隊の代表として参加しました。この点検に向け、団員は日々訓練を行ってきました。結果は1位には届きませんでしたが、方面隊の代表としてこれまでの訓練の成果を十分に発揮してくれました。

消防団に興味のある方は、板倉方面隊の各消防部または板倉方面隊事務局（総務・地域振興グループ ☎78-2141）までご連絡ください。



## ○光ヶ原高原でキャンプしませんか？



◇利用可能期間：6月25日(金)から10月23日(日)（予定）

◇料金：【宿泊（午後0時～翌日午前10時）】

テント1張…1,000円／タープ1張…1,000円／車中泊1,000円

協力費…大人1人（中学生以上）1,000円／子ども1人（小学生以上）800円／  
未就学児…無料

【日帰り（午前10時～午後4時）】

協力費…大人1人（中学生以上）1,000円／子ども1人（小学生以上）800円／  
未就学児…無料

◇利用申込先

・平日は、キャンプ場に管理人がいないため、ゑしんの里記念館（営業時間：午前10時～午後4時(火曜定休日)）で受付をしてください。

・土曜日、日曜日、祝日（いずれも午前8時～午後5時）は、キャンプ場に管理人がいるので、キャンプ場で受付が可能です。

また、ゑしんの里記念館でも受付は可能です。

◇問合せ：ゑしんの里記念館 ☎81-4541



## ○教育・文化グループからのお知らせ～板倉公民館講座のご案内～

### ◆板倉地区公民館講座 「楽しいたいそう」参加者募集

「みんなで楽しく続けられる運動」をテーマに7回シリーズの講座です。

脳トレ、筋トレ、姿勢で困っていることの相談などいろいろなメニューを用意してお待ちしています。

と き：①8月5日(金)、②8月19日(金)、③9月2日(金)、④9月16日(金)、⑤10月5日(水)、  
⑥11月16日(水)、⑦12月2日(金)（全7回講座）

時 間：午後1時30分～3時

場 所：板倉農村環境改善センター 多目的ホール

対 象 者：18歳以上の方ならどなたでも

参 加 費：1,680円（7回分）

募集人数：先着10人

申 込 み：7月29日(金)までに電話でお申し込みください。後日、詳細なご案内をお届けします。また、締め切りを過ぎても定員に達していない場合は、随時募集を受け付けます。



### ◆板倉地区公民館講座 「夏休み☆子どもつどいのひろば」遊びに来て！！

公民館を身近に感じてもらうために、板倉農村環境改善センター（板倉地区公民館）の多目的ホールと視聴覚室を開放し、子どもたちが自由に活動できる場所を提供します。

と き：8月16日(水)、17日(水)、18日(木)

時 間：午後1時～3時30分

場 所：板倉農村環境改善センター 多目的ホール 視聴覚室

対 象 者：小学生

※申込み、料金は必要ありません。気軽に来てください。



★いずれの講座も教育・文化グループ ☎78-2141 へお問い合わせください。

## 市民生活・福祉グループからのお知らせ

### ○熱中症にご注意ください

熱中症とは、体温調節がうまくできなくなることで、体に熱がたまりさらに体温が上昇することによっておこります。症状は、めまいや立ちくらみ、頭痛、吐き気等で重症になると意識障害を起こすこともあります。

屋外にいる時に熱中症かもしれない、と思ったときは、涼しい日陰やエアコンの効いた室内へ移動し、体を冷やし、水分、塩分を補給しましょう。

室内にいても熱中症になることがあります。エアコンや除湿器を使用して快適な環境を保ちましょう。自分で水分、塩分がとれなければ、すぐ病院に行きましょう。意識障害が疑われるときは、救急車を呼び、体を冷やしながらか待ちましょう。



マスクの着用は熱中症のリスクが高くなるおそれがあるので、屋外で人と十分な距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合にはマスクをはずすようにしましょう。マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけ、マスクを一時的にはずして休憩することも必要です。

### ○サロンボランティア研修会

高齢者の交流の場として地域の集会所等で開催する「ふれあい・いきいきサロン」などで、ボランティアとしてご協力いただく皆様のための研修会を開催します。ボランティアの経験がない方も興味や関心がある方はぜひご参加ください。

と き：8月2日(☎)14：00～15：00（受付：13：30～）

場 所：板倉保健センター1階 旧在宅介護支援センター室  
（所在地：板倉区針941番地）

※駐車場はスペースに限りがありますので、車でお越しの場合は乗り合わせてください。

内 容：県立看護大学から講師を招き、「人生会議」のテーマで分かりやすくお話ししていただきます。

参加費：無料（水分補給用の飲みものを各自、持参してください）

募集人数：先着20人

申込み：7月28日(☎)までに下記問合せ先に電話でお申し込みください。

問合せ：上越市社会福祉協議会板倉支所 ☎78-2220

ご注意：コロナウイルスの感染予防のため当日は、参加される前に自宅で検温し、37.5℃以上の熱や風邪などの症状がある場合は参加を控えていただくようお願いいたします。また、会場ではマスクを着用し、消毒液で手指消毒をお願いいたします。

### ○汚泥肥料エコプンの販売

汚泥リサイクルパークでは、し尿・浄化槽汚泥を原料とした汚泥肥料エコプンを販売しています。

1袋15キログラム入りで150円です。花や畑の肥料にご利用ください。（町内会・老人会・小中学校等は無料です。）

販売・問合せ：汚泥リサイクルパーク（上越市大字小泉947）

☎025-520-2088



# 板倉区くらしのカレンダー 8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
3日	水	すこやかサロン【針・宮島・筒方地区】	10:00~11:00	板倉保健センター
5日	金	すこやかサロン(介護)【山部地区】	10:00~11:00	
8日	月	介護予防教室	10:00~11:00	
9日	火	1歳児・2歳児・2歳6か月児健診		
16日	火	すこやかカフェ(介護者家族の集い)	10:00~11:00	
17日	水	すこやかサロン(介護)【豊原地区】	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			
18日	木	レディース検診		板倉保健センター
19日	金	すこやかサロン(介護)【針・宮島・筒方地区】	10:00~11:00	
22日	月	介護予防教室	10:00~11:00	
24日	水	すこやかサロン【山部地区】	10:00~11:00	
25日	木	オレンジカフェ(認知症カフェ)	14:00~15:00	
26日	金	すこやかサロン【豊原地区】	10:00~11:00	
27日	土	防災イベント	9:00~13:00	旧宮嶋小学校
		いたくら特産品販売	11:00~13:00	ふしんの里記念館

## \*夏休みバス乗車体験キャンペーン\*

上越市内の路線バス全線が割引になります。

ぜひこの機会に、夏の思い出としてバスに乗ってみませんか？

- ❖ 期 間：7月23日㊤から8月28日㊤まで
- ❖ 対 象 者：小・中・高校生(幼児含む)
- ❖ 割引運賃：1乗車につき 小学生以下50円(市営バスは幼児無料)  
中学生・高校生100円



- ❖ 利用方法 降車時に「小学生です」等とお申し出ください。取り扱いは現金のみです。
- ❖ 問 合 せ：市営バスについて 市交通政策課 ☎025-520-5633  
路線バスについて 頸城自動車バス営業所 ☎025-543-3178
- ❖ お 願 い 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用をお願いいたします。  
また、発熱がある方や体調がすぐれない方のご乗車はご遠慮いただきますようお願いいたします。

### 税・保険料の納期限

≪8月1日㊤≫

- 固定資産税(2期)
- 国民健康保険税(1期・全期前納)
- 後期高齢者医療保険料(1期)
- 介護保険料(4期)

≪8月31日㊤≫

- 市・県民税(2期)
- 国民健康保険税(2期)
- 後期高齢者医療保険料(2期)
- 介護保険料(5期)

### ☆板倉区の人口・世帯数

※令和4年7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	…6,185人	(-3)
男 性	…3,021人	(+2)
女 性	…3,164人	(-5)
世帯数	…2,168世帯	(+1)