



【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

○健康診査・がん検診のご案内

自分のために家族のために、年に1回は健(検)診を受けて体の状態を確認しましょう！

「市民健康診査」「特定健康診査」「後期高齢者健康診査」
「がん検診(胃・大腸・肺・前立腺・肝炎ウイルス)」

日 程	会 場
7 月 15 日㊤午前・午後	板倉農村環境改善センター
7 月 16 日㊤午前・午後	
7 月 17 日㊤午前・午後	

- ・令和6年度に市が実施した健康診査を受けた人には、3月下旬に日時と会場が指定された案内はがきが送付されています。受診券は、健(検)診指定日の2週間前頃に届きます。
- ・次に該当する人は受診希望日の 3 週間前までに連絡をください。

初めて健(検)診を受ける人、案内はがきが届いていない人

指定された日時や会場の変更を希望する人

■予約申込・問合せ：市民生活・福祉グループ(内線131)

○レディース検診(子宮頸がん・乳がん)のご案内

日 程	会 場
7 月 17 日㊤午前・午後	板倉農村環境改善センター

- ・案内はがきのレディース検診欄が「○」の人は、上記の日程、会場で受診できます。
- ・次に該当する人は受診希望日の 3 週間前までに連絡をください。

案内はがきのレディース検診欄が「○」でない人、案内はがきが届いていない人
指定された日時や会場の変更を希望する人

■予約申込・問合せ：市民生活・福祉グループ(内線131)



○献血を実施します

献血は、病気の治療や手術などで輸血を必要としている患者さんの尊いいのちを救うために、健康な人が自らの血液を提供するボランティアです。

■日 時：6月6日㊤10：00～11：15

■場 所：板倉区総合事務所

■対象者：16～69歳までの健康な方

- ・65歳以上の方は健康を考慮し、60歳から64歳までの間に献血経験がある方に限ります。
- ・当日の健康状態等により、献血をご遠慮いただく場合がございます。予めご了承ください。

■問合せ：市民生活・福祉グループ(内線133)



板倉区トピックス



◆今年も満開！いたくら芝桜まつり

～ゑしんの里やすらぎ荘～◆

今年は寒い日が続き咲き始めが遅かった芝桜ですが、GWから気温が上がり、一気に見ごろに。こいのぼりとの共演を見に、区内外から多くの人を訪れました。

また、「芝桜まつり」に併せ5月11日⑩に開催された「てらの春まつり」では、山菜販売や名物ウド汁が振舞われるなど、大きく盛り上がっていました。

現在、芝桜エリアは増設を計画中です。

来年もぜひお越しください。



◆山寺薬師例大祭◆

5月8日(木)、東山寺で山寺薬師の例大祭が行われ、ご開帳された仏像に多くの参拝客が手を合わせていました。また、例大祭に併せ地元寺野地区のいろいろばたグループによる山菜おこわやみょうが団子などの出張販売が行われたほか、今年は「よろずやCacco」さんによる舞も披露され、参拝客を魅了していました。

山寺薬師境内にある休憩所では、毎月8日に参拝者向けのお茶飲み会が開かれています。この日は、寺野玉手箱グループによる紙芝居が行われ、集落内外のみなさんが集まり交流を深めていました。





板倉区内停留所 63か所！

板倉区コミュニティバス

好評運行中！



1 毎日(元日を除く)、予約に応じて板倉区内の停留所間を運行します

(1) 板倉区コミュニティバスには決められたルートはありません。

予約に応じて板倉区内の停留所間を自由に運行します。

毎日、午前6時30分から午後7時30分まで運行します。



(2) 決められた時刻表はありません。

利用したい時間の1時間前までに予約をして、ご希望に近い時間に運行します。



(3) 運賃(1乗車)

大人300円、中学生・高校生200円、小学生100円、未就学児無料

障害者手帳などをお持ちの方には割引があります。手帳を運転手に見せてください。

※ 元日は運行しません。

※ 島田線、新井・板倉線、三針(清里)線との乗り継ぎを考慮して、運行時間が調整される場合があります。

※ 予約状況によって、希望どおりの時間に予約できない場合があります。

2 予約方法(利用したい時間の1時間前までに予約が必要です)

(1) パソコンやスマートフォンでの予約はこちら →
(午前7時～午後7時)



(2) 電話 025-524-2525 ※通話料金は発信者負担となります。
(平日の午前7時～午後7時)



電話予約のときは、オペレーターの指示に従い、

「●●(住所)、○○(名前)、▲▲人(乗車人数)で、△△時(乗車時間)に、■●●●停留所から□□停留所に行きたい。」と伝えます。

※ 土曜日、日曜日、祝日、8月13日～16日、12月29日～1月3日の利用は、その前の平日の午後7時までに予約をしてください。

※ 利用を希望する日の10日前から予約ができます。

※ 一人当たり10件まで一度に予約することができます。

【予約型コミュニティバスの運行・予約に係るお問合せ先】 ※通話料金は発信者負担となります。

頸城ハイヤー(株)(☎025-524-2525)

詳しくは、令和7年3月に配布したチラシ(オレンジ)をご覧ください！

板倉区くらしのカレンダー 6月

日	曜	内容	時間	場所
1日	日	第29回ふきんとまつり	10:00～12:30	旧筒方小学校
4日	水	すこやかサロン【針・宮島・筒方地区】	10:00～13:30	板倉保健センター
6日	金	すこやかサロン【豊原地区】	10:00～13:30	
		献血	10:00～11:15	板倉区総合事務所
9日	月	介護予防教室	10:00～11:00	板倉保健センター
11日	水	すこやかサロン(介護)【山部地区】	10:00～11:00	
12日	木	1歳児・2歳児・2歳6か月児健診		
13日	金	すこやかサロン(介護)【針・宮島・筒方地区】	10:00～11:00	
17日	火	すこやかカフェ(介護者家族の集い)	10:00～11:00	
18日	水	すこやかサロン【山部地区】	10:00～13:30	
		ぷちベビー健康プラザ	10:30～12:00	
		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
20日	金	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
23日	月	介護予防教室	10:00～11:00	
26日	木	オレンジカフェ(認知症予防カフェ)	14:00～15:00	
28日	土	いたくら特産品販売	10:00～13:00	ふしんの里記念館

○ぷちベビー健康プラザ

ぷちベビー健康プラザは、妊婦さん、2か月から5か月の赤ちゃんとそのご家族のための集いです。申し込みは不要で、費用は無料です。お気軽にご利用ください。

■日 時：6月18日㊥、8月6日㊥、10月15日㊥、12月3日㊥、
令和8年2月4日㊥ 10:30～12:00

■場 所：板倉保健センター2階 計測集団指導室

■内 容：赤ちゃんの体重測定、おしゃべり情報
交換、助産師に個別相談（希望者のみ。
赤ちゃんの発育、自分の心身の健康など）

■参加費：無料

■持ち物：母子健康手帳、バスタオル

■問合せ：オーレンプラザ
こどもセンター（025-525-0355）

第29回 どうがたの里 ふきんとまつり

■日 時：6月1日㊥ 10:00～12:30

■会 場：旧筒方小学校グラウンド

■内 容：山菜・農産物加工販売、
手打ちそば食堂(限定200食)
エバーグリーン コンサート

※各販売品は売り切れ次第終了

税・保険料の納期限

- 市・県民税
（1期・全期前納）
（6月30日㊥）
- 介護保険料（3期）
- 介護保険料（2期）
（随時期）
- 後期高齢者医療保険料
（随時期）
- 軽自動車税（全期）
（6月2日㊥）



☆板倉区の人口・世帯数

人 口…5,775人 (-17)
男 性…2,827人 (-9)
女 性…2,948人 (-8)
世帯数…2,128世帯 (-2)

※令和7年5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

