



高島公民館だより

第170号 2023年5月1日

発行：岡山市立高島公民館

岡山市中区国府市場99-5

086-275-1341

Email takashimakouminkan@city.okayama.lg.jp ホームページはこちら→



公民館をご利用の皆様へ

令和5年3月13日以降の岡山市立公民館に おける新型コロナウイルス感染症対策について

引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

①部屋の利用者数は、人と人が接触しない程度の距離が確保できる人数とします。

②「密閉」「密集」「密接」を回避するための対応を行ってください。集団感染防止に必要な活動（大声を出す・呼気が激しくなる・飲食・密接が必須な活動）については、特に配慮をお願いします。

③体調不良の方の活動自粛をお願いします。

④手洗いや手指の消毒・換気などにより活動中の感染リスクの低減をはかってください。

*マスクの着脱については、各自の判断で行ってください。

*詳細についてはお問い合わせください。

高島公民館歴史グループ共催

百間川遺跡群の 発掘成果と築造の歴史

申込
必要

弥生の世界が眠る県下屈指の百間川遺跡群。百間川遺跡とは！その築造の歴史は？

同遺跡群の発掘調査に責任者として深く関わって来られた方を講師に迎えての講演会。乞うご期待！！

◆日時 7月9日(日)10:00~12:00

◆講師 高田恭一郎さん

(岡山県古代吉備文化財センター統括参事)

◆定員 50名

◆受講料 無料

◆申込 公民館窓口か電話

⑱ =唐人塚(かろうどづか)古墳=

岡山県は、全国屈指の古墳大国と言われている。現在1万1千基余りが見つかっていて、その数は奈良県、大阪府に次いで第三位を誇る。天皇陵以外では全国第一位の規模となる造山古墳を筆頭に、全長100m以上の巨大古墳が実に20基以上もあって、弥生時代から古墳時代前期にかけて、吉備国が如何に輝きを放っていたかの証となっている。

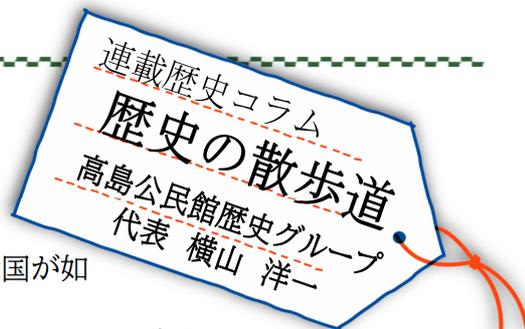
今回は、その中でちょっとユニークなご当地の唐人塚古墳を取り上げて見ます。この古墳は6世紀末頃築造の「横穴式円墳」というタイプ。古墳も時代と共に変化が見られ、初期のものは墳丘上部から棺を埋葬するタイプの竪穴式であったが、5世紀末以降になると、側面に羨道(せんどう)という石室への通路を設けて、埋葬する横穴式が主流となる。

この唐人塚古墳は、旭川東岸一帯の支配者であった上道(かみつみち)氏の首長クラスの墳墓と推定されているが、残念なことに徹底的に盗掘されて、副葬品のかけらも残っていない。しかも個人の所有だそうだが、その所有者の所在も判らず、県や市も手が出せないまま、ほとんど野放し状態という一風変わった古墳である。

しかし、石室の中は両袖式という格調高い構造になっていて、奥壁・天井など全体が巨石によって築かれていて、その重厚さを見る者を圧倒する迫力さえ感じさせてくれる。石室内部には、立派な石棺が据えられているが、蓋は誰かに持ち去られ、身の方しか残っていないのは、残念と言う他はない。その石棺の身は、くり抜き型と言って巨大な一つの石材をくり抜く技法で作られており、その石材は兵庫県高砂市で産出する竜山石(たつやまいし)とのこと、どのようにして運んで来たのか驚くばかりである。

この古墳が更にユニークなのは、何時でも誰でも勝手に中に入ることが出来るという点であり、古墳の実態を知るには実に貴重な遺跡であって、是非とも行政の保護の手が及ぶことを願うばかりである。一方で、近頃密かに除草作業などをして下さる奇特な方々がおられて、頭の下がる思いである。 参考文献=上道郡誌、高島村史

お詫び 前号の掲載 NO.⑱を手違いで⑲としてしまい、皆さまに大変ご迷惑をお掛けしましたこと、心よりお詫び申し上げます。連番性の観点から、前号は変更せず今号を⑱とさせていただきますので、何卒ご容赦ください。



高島公民館 主催講座のご案内

- ◇定員について 記載がない場合は先着順で受付します
- ◇来館前には検温し、熱がある時や体調の悪い時には参加を控えましょう。
- ◇換気のため 窓や扉を開けます。温度調節しやすい服装でお越しください。
- ◇水分補給のための飲み物をご持参ください。
- ◇場所について 記載がない場合は高島公民館で実施します。

※状況によっては延期や中止になることがあります。



このマークは
65歳以上対象 講座です。

元気に歩こう

- ◆日時/行先 毎月第1・3金曜日9時30分～11時頃
- ①5月19日 備前車塚古墳登山口 約7.0km
- ②6月2日 池田光政公御涼所他 約7.0km
- ③6月16日 中世山陽道(土田方面) 約6.0km
- *雨天中止、高島公民館発着 *5/5休み
- ◆費用 無料
- ◆申込 公民館窓口か電話 *当日可

旭竜いきいき教室

【共催】 旭竜学区老人クラブ連合会
たくふう会グループ

※会場 旭竜コミュニティハウス

- ◆日時/内容
- ①5月19日(金)13時30分～15時
「時はきた!!旭竜大運動会パート①」
- ②6月16日(金)13時30分～15時
「家でも取り組もう!! 対人体操でフレイル予防」
- ◆対象 旭竜学区に在住の65歳以上の方
- ◆定員 30人 ◆費用 無料
- ◆持参品 上靴、筆記用具*運動のしやすい服装
- ◆申込 公民館窓口か電話

高島おもちゃ病院

大好きなおもちゃ..もうダメなのかな..って思う前に。おもちゃのお医者さんに診てもらいましょう。

- ◆日時 5月13日(土)、6月10日(土)
9時30分～11時30分
- *原則お1人2個まででお願いします。

◎休館日 (毎週水曜日・祝日) 【5月】3(水)、4(木)、5(金)、10(水)、17(水)、24(水)、31(水)

たかしま介護予防教室

申込
必要

【共催】 岡山市ふれあい介護予防センター
高島学区老人クラブ連合会

- ◆日時/内容/申込
- ①6月19日(月) 10時～12時
「食品ロスを減らしながら、しっかり食べる食生活」
申込：5/16(火)9:30～公民館窓口か電話
- ②7月31日(月) 10時～12時
「60代からのLet'sチャレンジ!メンタル」
申込：6/20(火)9:30～公民館窓口か電話
- ◆対象 おおむね65歳以上の岡山市民
- ◆定員 50人程度 ◆費用 無料
- ◆持参品 筆記用具 *運動のしやすい服装

高島みんなのカフェ

～公民館のロビーで楽しい時間を!!～

平成28年6月からオープンしたカフェが久しぶりに再開します。地域の方々がスタッフとしておいしいコーヒーを用意してみなさまのお越しをお待ちしています。

- ◎毎月第1金曜日 10時30分～12時30分
- ◆実施日 6月2日(金)、7月7日(金)
- ◆メニュー コーヒー・緑茶・紅茶
すべて100円 *おかわり自由



山ガキ2023

申込
必要

【共催】 龍ノ口グリーンシャワーの森を守る会

- ①「ホタルの観察会」
日時：5月13日(土)18時30分～20時頃
講師：大橋 弘司さん
集合：中消防署駐車場 保険代：24円
- ②「野鳥観察会」
日時：6月3日(土)10時～12時
講師：森本 章男さん(日本野鳥の会岡山県支部)
集合：龍ノ口グリーンシャワーの森の駐車場
持参品：双眼鏡(あれば) 保険代：24円
- ◆対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)
- ◆定員 各30人
- ◆申込 4/27(木)9:30～保険代を添えて公民館窓口
*詳細はチラシで確認してください。

子どもの居場所づくり事業

みんなの食堂たかしま

みんなで楽しく♪お昼ごはんを食べよう!

- ◆日時 5月28日(日)、6月25日(日)
- *詳細は5月初旬頃に小学校にちらしを配布します!
- *野菜、果物、たまねぎ、じゃがいも等を提供いただけると嬉しいです。
- *当日運営をお手伝いいただけるボランティアも募集中!

夜のおしゃべり会

申込
必要

夜ですが・・・ちょっと公民館へ出てきませんか。
子育て・親子関係のことなど、話してみませんか。気楽な気持ちで来てください。



- ◆日時 6月30日(金) 18時30分～20時
- ◆ゲスト 石垣 明美さん(臨床心理士)
- ◆定員 中学生以上のお子さんを育てている方15人
- ◆費用 無料 ◆申込 公民館窓口か電話

ふたばトーク(哲学トーク)

暮らしのなかで生まれる素朴な疑問など、対話しながらゆっくりと考えてみませんか。

- ◆日時/内容
5月22日(月)10時～12時
「旅行に行ったらなぜ買い物をしたくなるのか?」
6月29日(木)10時～12時
「究極の男女平等って?」*さんかく Week 参加行事
- ◆進行 松川 絵里さん(哲学者)
- ◆費用 無料
- ◆申込 当日も受け付けますが人数によってはお部屋に入れない場合もあります。

すぎなの会

申込
必要

【共催】ボランティアたかしま

- ◆日時/内容
①5月23日(火) 13時30分～15時
「みんなで楽しく歌おう なつかしい唱歌」
講師：平田八千代さん、竹原晶子さん
申込：4/25(火)9:30～公民館窓口か電話
- ②6月27日(火)13時30分～15時
「健康講座 生き生き元気アップ 体操と脳トレ」
講師：梶谷啓太郎さん
申込：5/23(火)9:30～公民館窓口か電話
- ◆対象 地域に住む65歳以上の方
- ◆定員 30人

いっしょにたのしみ わらべうた

申込
必要

- ◆日時 5月8日(月)、6月12日(月)
*10時30分～11時30分
- ◆講師 脇本幸子さん(岡山わらべうたの会)
- ◆費用 無料 ◆定員 17人
- ◆持ち物 飲み物(水分補給のため)
- ◆申込 開催日の1週間前までに
右記を読み込んでメールか
公民館窓口または電話



楽しくはじめるパソコン教室

申込
必要

公民館 IT ボランティアグループ
「TPC」が開催します。

- ①表を使った書類作成
5月29日(月)、6月5日(月) (全2回)
- ②費目で選ぶ家計簿
6月19日(月)、26日(月) (全2回)
- ③二つ折りパンフレット作成
7月10日(月)、24日(月) (全2回)

- ◆時間 13時30分～15時30分
- ◆対象 ローマ字入力ができる方
- ◆定員 各6人
- ◆費用 各1,000円(テキスト代他必要経費)
- ◆申込
①5/15(月)9:30～、②6/5(月)9:30～
③6/26(月)9:30～ 公民館窓口か電話
- ◆その他 公民館のパソコンを使用
OSはWindows10、Office2016を使用

シルバー大学

申込
必要

- ◆日時/内容/講師
①5月12日(金)13時30分～15時30分
「災害時の生活再建」
講師：佐藤香名さん(金融広報アドバイザー)
- ②6月9日(金)13時30分～15時30分
「きこえがどんどん悪くなる?」
野山 和廉さん(岡山済生会総合病院医師)
- ③7月14日(金)13時30分～15時30分
「上手に食べて元気に長生き!」
講和&健康チェック(骨密度などの測定)
- ◆対象 おおむね65歳以上の岡山市民
- ◆定員 30人 ◆費用 無料
- ◆申込 ①:申込受付中、②・③:5/12(金)9:30～
公民館窓口か電話

たかしまシネマ

申込
必要

- ◆日時/内容
①5月26日(金)13時30分～15時50分
「アンナ・カレニナ」(2012年イギリス映画)
出演：キーラ・ナイトレイ、ジュード・ロウ 他
- ②6月23日(金)13時30分～15時45分
「おくりびと」(2008年日本映画)
出演：本木雅弘、広末涼子、山崎努 他
- ◆定員 40人
- ◆費用 無料
- ◆申込 公民館窓口か電話

ゴミ0講座

捨てるからはじめない お片づけ講座

申込
必要

日々の家事が楽になる片付けのヒントを学びます。

自分に合った暮らしの片付けポイントと一緒に探しましょう！

◆日時 5月30日(火)10時～11時30分

◆講師 OKAYAMA お片づけチーム momo 防災部

◆費用 無料 ◆定員 20人

◆申込 公民館窓口か電話

図書貸出ご利用の方へのお願い

図書貸出(図書コーナーの図書、インターネット予約図書)について、令和5年5月から以下のようになっています。ご理解・ご協力をよろしくお願いたします。

①図書貸出の際には、岡山市立図書館利用者カードが必要です。※カードをお忘れの場合、原則として貸出はできません。

②返却期限を過ぎている図書がある場合、貸出ができない場合があります。※返却期限の延長をご希望の場合、中央図書館(電話223-3373)までお電話ください。

③岡山市立図書館利用者カードを紛失されて再発行する場合、申込後1週間程度お時間をいただきます。



こんにちは。岡山子育てネットワーク『つながる子育て』です。子育て支援をしている人達や団体のネットワークづくりを行っている任意団体で、勉強会や講座も開催しています。このコーナーでは、みなさんに子育てで役立つことを発信していきます！

幼児との関わりで大切にしたいことをくんぺるこどものへや保育園の洲脇美智子さんにうかがいました。

例えばお店で、『子どもがどうしてもおもちゃが欲しい！』と泣き叫んで途方に暮れた経験をお持ちの方は多いでしょう。

そんな時、『お金がないの』、『この前買ったでしょ』と繰り返すよりも、『おもちゃが欲しいんだね』、『かっこいいおもちゃだね』とまずその子の気持ちを受け止めてみてあげましょう。子どもは相手が自分のメッセージを受け止めてくれたということを第一歩に、自分の感情を見つめます。そして、その感情を外に出します。このプロセスを意識してみると、新たな発見がありますよ！

忙しい毎日の中、頭の片隅に置いておいてみてはどうでしょうか。

地域
情報

①高島音楽祭2023

岡山市区づくり推進事業(小雨決行)

★日時 5月27日(土)11時15分～16時

★場所 百間川せせらぎ広場(中消防署南側)

★内容 ギター演奏・弾き語り、うらじゃ演舞、高島中学校吹奏楽部、和太鼓の演奏など

★その他 屋台出店します

②健康フェスタ

☆日時 6月30日(金) 受付9:30～9:55

☆場所 高島公民館

☆対象 高島中学校区の65歳以上の方

*事前申し込み者で、定員を超えた場合は抽選になります

*内容や申込方法など詳細は、各町内会の回覧(愛育委員会発行)をご覧ください。

職員の異動がありました

.....お世話になりました!!.....

★この度、京山公民館に異動することになりました。高島公民館での6年間、史跡が多く自然豊かなこの地域で、たくさんの皆さまと出会い、一緒に活動できたことは私の宝物です。その経験を活かし、これからも頑張っていきたいと思います。今後とも、皆さまのご健勝とご活躍をお祈り申し上げます。

公民館主事 西谷 美紀

★高島公民館で10年間夜間職員として勤務させていただきました。在職中は大変お世話になり、ありがとうございました。皆様との楽しかった思い出を胸に今後も頑張っていきたいと思います。

夜間事務 和気 乃里

.....よろしくお祈りします!.....

☆4月から高島公民館にお世話になります。明るく楽しくがモットーで頑張ります。よろしくお祈りします。

公民館主事 永井 雅子

☆早く顔を覚えていただき、皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお祈りします。

夜間事務 松浦 麻由

ロビー展のご案内

★ヒロシマの高校生が描いた「原爆の絵」展2023
5/8(月)～5/9(火)各日9:30～15:30