



高島公民館だより

第173号 2023年11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

ホームページはこちら→



Email takashimakouminkan@city.okayama.lg.jp

新規クラブ講座 受付スタート

令和6年度4月から活動するクラブ講座開設申請書の受付をします。公民館のクラブ講座は、住民の皆さんが自主的に企画運営するもので、活動を通して地域の文化向上を図ることを目指しています。設置要件がありますので、詳細については公民館へお問い合わせください。新規と、現在活動中のクラブの継続申請は、期間が違いますのでご注意ください。

<新規> 申請受付期間 **11月4日(土)~10日(金)**

<継続> 申請受付期間 **11月11日(土)~30日(木)**

次号(1月号)の公民館だよりに、令和6年度開設クラブ一覧を掲載します。令和6年4月から新しくクラブ講座に入会したい人の優先申込受付期間は、**1月5日(金)~16日(火)**です。



高島中学校吹奏楽部
クリスマスロビーコンサート
12月23日(土)
10:30~11:10
高島公民館ロビー

吹奏楽部員 24 名によるコンサートです。クリスマスメドレーやポップス、アンサンブルなどみなさんも知っている曲を演奏します。どうぞお楽しみに!!

② = 段原の紙漉き =

江戸時代、中区祇園の段原で岡山藩が使用する御用紙が漉かれていたことは、ご存知の方々も多いと思う。岡山藩主池田光政は、諸々の藩政改革を推進する一環として、藩内で使用する御用紙を自前で調達することを目指し、段原へ紙漉き職人を招き寄せた。寛文3年(1663)のことだった。

招かれたのは丹波国立原の住人で市左衛門と言い、五人扶持を与えられて、藩の御用職人として代々御用紙を漉き続けて来たそうである。現代では、紙は使い捨てるの代名詞になり下がっているが、いにしえより紙は高価な貴重品であり続けて来たものだった。光政は、その高価な紙を他藩から購入することの愚に我慢ならなかったのではないだろうか。段原以外に、四日市村という所へも、備中松山から職人を招き入れている。

当時、段原はすぐ目の前に段原川(旭川主流の一本)が流れていて、紙の原料を晒すには好条件が整っていたため、この地が選ばれたものと推測する。以来、明治維新で岡山藩が消滅するまで約200年間、段原での紙漉きは営々と続けられて来たのだった。

初代市左衛門のご子孫が今も同地にご在住と聞き、当時の逸話とか使っていた道具類とか残っていないか、現地をお訪ねして御当主に伺って見たが、残念ながら今は何も残っていないとのこと。唯ひとつ、屋敷の一角に今も古井戸があり、当時は龍ノ口山から流れ下った伏流水が豊富に湧き出していたらしく、その水で紙を漉いていたという言い伝えだけは聞いたことがあり、今となってはその古井戸だけが、唯一の遺物となっているとのことであった。

この段原の紙漉きについては、岡山藩が発行した「撮要録」という書物にその由緒を伝える先祖書が収録されている。それによると、淡々と続けられて来たかに見える同地の紙漉き業ではあったが、その道程は必ずしも平坦ではなかったようである。

連載歴史コラム
歴史の散歩道
高島公民館歴史グループ
代表 横山 洋一

参考文献=岡山県史第七巻

©「高島公民館だより」次号は、1月1日発行を予定しています。

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
 - ◇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。

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 11月11日(土)、12月9日(土)
- 受付：9時30分～11時
- *原則お1人2個まででお願いします。

たかしま介護予防教室



【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
健康づくりのための軽い運動や講話を医療・福祉の専門職がお伝えします。

- ◆日時/内容/申込
- ①12月18日(月) 10時～12時
「これでバッチリ!ストレス・不眠を和らげる食事」
申込：11/21(火)9:30～公民館窓口か電話
- ②1月15日(月) 10時～12時
「知っておこう!脳卒中のこと」
申込：12/19(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

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
- ①11月17日 中井井戸～幡多廃寺 約5km
- ②12月1日 安養寺・高島神社 約3.5km
- ④12月15日 頭高山公園 約6km
- *雨天中止 *高島公民館発着
- ◆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
- ①11月17日(金) 13時30分～15時
「元気ハツラツ～心も元気に認知症予防～」
- ②12月15日(金) 13時30分～15時
「ウィズ感染症 みんなでやればこわくない～感染予防～」
- ◆対象 旭竜学区に在住の65歳以上の方
- ◆定員 30人(先着順) ◆費用 無料
- ◆持参品 上靴、筆記用具、タオル *運動のしやすい服装
- ◆申込 公民館窓口か電話

いっしょにたのしみ わらべうた



昔懐かしい旋律に包まれて、やさしい時間を過ごしましょう!素朴な歌や遊びは、私たちにやさしさと潤いを与えてくれます。

- ◆日にち 11月13日(月)、12月11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
- ◆申込 右記を読み込んでメールか公民館窓口または電話
*メールで申込の場合
件名「わらべうた申込」、本文下記①～④を記入して送付してください。①子どもの名前・ふりがな・年齢、②参加する保護者の名前、③住所、④電話番号



ひよこ文庫 ストーリーが 冬のおはなし会

遠い昔から世界中でたくさんの方がおはなしを楽しんで、語り伝えてきました。日本の昔話や外国の昔話など、耳で聴いたのしいおはなしの世界を一緒に楽しみましょう!

- ◆日時 12月26日(火)18:30～19:30
- ◆対象 5歳～大人(幼児は保護者同伴)
*小学生以上は子どもだけの参加もできますが、送迎は必ず保護者の方でお願いします
- ◆定員 30人 ◆費用 無料
- ◆申込 12/9(土)9:30～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 11月27日(月)10時～12時「テーマは当日募集」
- ◆進行 松川 絵里さん(哲学者)
- ◆費用 無料
- ◆申込 公民館窓口か電話

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。



「PowerPointで作る スマホで送る動く年賀状」 全2回

11月27日(月)・12月4日(月)

費用：1,500円(テキスト代他必要経費として)

申込：11/13(月)9:30～公民館窓口か電話

「Excelで作る 万年カレンダー」 全2回

12月18日(月)・25日(月)

費用：1,500円(テキスト代他必要経費として)

申込：12/4(月)9:30～公民館窓口か電話

◆時間 いずれも13:30～15:30

◆対象・定員 ローマ字入力ができる方 各6人

◆その他 公民館のパソコンを使用(持込不可)
OSはWindows10、Office2016を使用

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

①11月28日(火) 13時30分～15時

「美しいツラ/井上さんと一緒に歌いましょう」

定員：30人 費用：無料

②12月12日(火) 10時～11時30分

「楽しい物作り お正月飾り・龍の置物」

定員：30人 費用：300円

持物：木工ボンド、カッターナイフ、ピンセット(あれば)、はさみ、鉛筆、ものさし

◆対象 地域に住む65歳以上の方

◆申込 公民館窓口か電話



はなみずきの会

申込
必要

発達障害について、いろいろな話ができる場を開いています。*費用無料

◆日時 時間：10時～12時

11月10日(金)、12月8日(金)

◆内容 勉強会や施設見学会等を予定

*場所の変更もあるので事前に問合せをお願いします！

◆対象 どなたでも ◆定員 20人

◆申込 公民館窓口か電話



高島みんなのカフェ

～公民館のロビーで楽しい時間を！！～

◎毎月第1金曜日 10時30分～12時30分

◆実施日 11月17日(金)、12月1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

たかしまシネマ

申込
必要

◆日時/内容 *12月休み

11月24日(金)13時30分～15時30分

「グレン・ミラー物語」(1953年7月か映画・115分)

監督：アンソニー・マン 出演：ジェームズ・ステュアート 他

◆定員 40人(先着順) ◆費用 無料

◆申込 公民館窓口か電話

子どもの居場所づくり事業

みんなの食堂たかしま

申込
必要

みんなで楽しく♪お昼ごはんを食べよう！

◆日時 *詳細は11月初旬頃に小学校等にちらしを配布予定

①11月26日(日)10:45～12:30頃

申込：11/11(土)9:30～公民館窓口か電話

②12月24日(日)10:00～12:30頃 別双会をするよ！

申込：12/9(土)9:30～公民館窓口か電話

◆定員 各40人

ボランティア募集中！

受付や調理、子どもたちの誘導など当日の運営を手伝ってくれる人を募集しています。実施日の9:15～14:00頃までですが、可能な範囲でOKです！野菜、果物、米等を提供いただける方も募集しています♪



シルバー大学

申込
必要

◆日時・内容

12月4日(月)13時30分～15時

「安心して老後を過ごすために、備えましょう！

～遺言・相続・成年後見など身近なことについて～

*15:00～15:30頃 遺言・相続などの相談会を実施します。

◆講師 川上 幸江さん(晴ればれ岡山がトラス)

◆対象 おおむね65歳以上の方

◆定員 30人 ◆費用 無料

◆申込 11/10(金)9:30～公民館窓口か電話



いまとこれから

申込
必要

◆日時/内容

①11月16日(木)10時～12時

「自分も相手も大切に作るコミュニケーションのために

～自分をどう伝えるか・アサーショントレーニング～」

講師：石垣 明美さん(臨床心理士) 定員：20人

②12月22日(金)13時～15時

朗読劇&トーク

「NHK大河ドラマ『光る君へ』を100倍楽しむ！

紫式部と源氏物語」

講師：中山 美保さん(元RSKアナウンサー)

琴奏者：木口 和枝さん

定員：40人

◆費用 無料

◆申込 公民館窓口か電話

山ガキ 山を楽しむ 山を守ろう

**申込
必要**

◆日時/内容

①12月2日(土)8時45分～12時 雨天中止
「つる切り・リースづくり」

集合場所：グリーンシャワーの森駐車場
参加費：無料
定員：20人*小学3年生以下は保護者同伴
主催：龍ノ口グリーンシャワーの森を守る会

②1月13日(土)13時～15時

「木の実のクラフト～どんぐりのオブジェ作り」
講師：自然体験リーダーズクラブ
参加費：100円(申込時)
対象・定員：小学生以上20人

◆申込 11/25(土)9:30～公民館窓口
*持ち物等詳細は、チラシ等でご確認ください

第4回 ええとこ発見図<ウォーキング大会>

歴史と清流の郷「旭竜学区」をウォーキング

【主催】高島・旭竜けんこう21

【協賛】旭竜学区体育協会・旭竜学区連合町内会



◆日時 11月26日(日)9時30分集合
12時30分頃まで(雨天中止)

- ◆集合場所 備前八幡宮(中区八幡東1-1)
*車：旭竜子ども園駐車場、自転車：高島グランド
- ◆講師 横山洋一さん(高島公民館歴史グループ代表)
- ◆定員 50人 *小学3年生以下は保護者同伴
- ◆費用 保険代 一人につき24円
*申込締切後のキャンセル・中止の場合は、返金できません
- ◆持参品 飲み物(水分補給)
- ◆服装 歩きやすい服装・靴
- ◆申込 保険代を添えて高島公民館窓口
*11/19(日)締切 詳細はチラシでご確認ください

主催：岡山市中区役所・山陽学園大学

健康チェックをしてみませんか？

山陽学園大学看護学部の教員と学生による健康チェックを行います。*参加無料

●主な測定内容

認知機能、運動能力、骨密度、体内水分量、肌年齢 等

●測定日

1月30日(火)①10:30～12:30、②13:30～15:30

1月31日(水)③10:30～12:30、④13:30～15:30

※①～④のご都合の良い日時をお選びください。

●結果説明日 2月9日(金)

1/30測定⇒10:30～12:30、1/31測定⇒13:30～15:30

●場所 高島公民館

●対象 中区在住の65歳以上の方で、両日参加できる方

●定員 各回とも10名程度(抽選)

●申込 中区役所総務・地域振興課 (Tel.901-1602)

●締切 1月15日(月)必着

ロビー展のご案内

★けんこう啓発パネル展示(高島・旭竜けんこう21)
11月10日(金)～11月17日(金)

*計測コーナー:11月17日(金)10:00～12:00
(血管年齢、体組成計、骨健康度測定)

★おかやまっ子作品展

旭竜・高島小学校の児童の
図画工作进行を展示します

11月24日(金)～12月4日(月)



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！

行政保健師としての経験から、地域の親子にとって近い存在の保健師を目指し「くまの森」を設立した森廣美郷さんのお話。

お母さんたちの集まりを開くとき、丁寧にしつこく参加者同士の関係作りに力を入れているそう。会を重ねるごとに「○○ちゃんのお母さん」という肩書きではない、ありのままの表情を見せてくれるようになるのが嬉しいと語る。妊娠出産をきっかけに自分自身を諦めない社会を目指しての活動は、育児のロールモデルがSNS上の人になりがちな現代だからこそ必要なリアルコミュニティではないでしょうか。

また、育児のトレンドはSNSだけでなく、雑誌の表紙やテレビ番組から情報を得ると偏りにくいと、支援者へのアドバイスをいただきました。

※子育てお悩み項目ランキング(日テレ「すくすく子育て」2019年内でのアンケート)

- 1位 子どもの食事
- 2位 きょうだい育て
- 3位 ワンオペ育児!

箏曲三上社 藍夢絃の会ミニコンサート

(藍夢絃の会より)

秋も深まり、紅葉の美しい季節となりました。今年も日本の伝統音楽を幅広く共に親しみ、地域の皆様に少しでもお伝えしたいと思い企画しました。心のやすらぎを琴三絃の音色と共に楽しんでください。2時間少々ですが皆様お誘いあわせておいでください。

◆日時 12月10日(日) *申込不要

開場 12時10分、12時30分開演

☆☆クラブ生募集中☆☆

・藍三絃クラブ(三味線) 毎月第1・3(木)15:30～17:30

・藍琴クラブ(琴) 毎月第2・4(木)15:00～17:00

*講師：三上 歌藍さん・三上 歌舞さん

*どちらも受講料月1,000円

小学生以上どなたでも!!体験もできます。気軽にお越しください。