



高島公民館だより

Email takashimakouminkan@city.okayama.jp

第187号 2026年3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→



中高生ボランティア高島地域づくり隊

令和7年度

活動報告会



高島公民館出張講座

旭竜地区の歴史

～河原の中から生まれた旭竜地区～

申込
必要

高島地域づくり隊の一年間の活動内容や、活動を通じて感じたこと、学んだことなどを報告します。報告会の企画や運営も高島地域づくり隊の中高生が自ら行います。ぜひ足を運んでいただき、中高生の思いを聞いていただけたら幸いです。

◆日時：3月29日(日)10時～11時

◆場所：高島公民館

◆申込：3/23(月)までに公民館窓口か電話



2026年度 新加入隊員を募集します！

希望する新中学生～高校生は、活動報告会終了後、新加入説明会を行います。詳しくはお問い合わせください

かつて旭竜学区は旭川の河原の中でした。戦国時代には、県下屈指の一大合戦もありました。私たちが住んでいる町は、どんな歴史を辿って今日の姿になったのでしょうか。

◆日時 4月19日(日)10時～11時30分

◆場所 旭竜学区コミュニティハウス

◆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 ◆受講料 無料

◆申込 4/12(日)までに公民館窓口か電話

旭竜コミュニティハウスには駐車場はありません。できるだけ徒歩または自転車でお越しください。お車でお越しの方は、旭竜認定こども園の駐車場をご利用ください。

【共催】旭竜学区連合町内会・旭竜小学校区学校運営協議会
旭竜学区老人クラブ 連合会

㊸＝吉備王国滅亡の発端…浦間茶白山古墳

東区平島の近くに浦間茶白山古墳という注目すべき古墳がある。吉備国内では最古の前方後円墳で、全長は138m。日本遺産にも登録されていて、大和王権の象徴とも言うべき箸墓古墳の丁度1/2の相似形になっていることから、同古墳との関係の深さが指摘されており、この古墳の出現を機に吉備王国が滅亡の道を辿る発端となったと、推測されるのである。

弥生時代の後半、当地方は他国が羨む程の繁栄を遂げ、吉備王国とまで言われる存在になっていた。それを裏付けるのが、倉敷市矢部の楯築墳丘墓である。当時としては全国最大規模の埋葬施設で全長は83m、双方中円形という独特の形をしていた。吉備王国と肩を並べる大和王権は、同墳丘墓の形状に強く惹かれ、これに改良を重ねた末、楯築築造から約百年後の3世紀後半、遂に全長280mの箸墓古墳を築き上げた。日本初の本格的な前方後円墳である。この古墳の出現を機に、それ以後の時代を学術的には古墳時代と呼び、それまで長く続いた弥生時代は幕を閉じたのだった。

やがて大和王権は、その築造ノウハウを同王権と同盟、或いは臣従する一族にのみに伝授する仕組みを作り上げた。すなわち、前方後円型という墳形は大和王権の会員証的役割を果たすようになったのだった(考古学者で元岡山大学教授、故松木武彦氏の言)。その形状の古墳が、箸墓古墳築造から間もなく、突如吉備王国に出現した。それが浦間茶白山古墳だった。按ずるに、浦間一族が大和王権の甘い誘いに乗って、この古墳が造られたと見るのである。

それを発端として、同王権は吉備王国に対し執拗に触手を伸ばし、浦間一族と同じ手口、或いは婚姻政策(兄媛・黒媛伝承)、又は同盟関係をちらつかせ、果ては武力を駆使して、次々と吉備王国を切り崩していった。かくして我が王国は、造山古墳を築いた5世紀前半を絶頂期として、その後急速に大和王権の手中に落ちていったのだった。

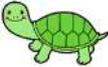
日本書紀は、吉備王国の有力支配者を温羅という悪事を働く鬼に仕立て上げ、それを大和王権の皇子とされる吉備津彦命が討伐して吉備国に平和をもたらしたとしている。これは、正に同王権が偽善的意図を持って、自らの侵略行為を正当化したものと見るべきなのである。

参考文献＝高見茂著「吉備王国残照」、白石太一郎著「古墳とヤマト政権」他

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

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。
 - ◇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

初めての方でも大歓迎です。男女・年齢問わず、楽しく歩いています。 *3/20 休み

- ◆日時/行先 毎月第1・3金曜日9時30分～11時頃
 - ① 3月6日 今在家天満宮他 約4.0 km
 - ② 4月3日 せせらぎ広場他 約6.0 km
 - ③ 4月17日 雄町米特産地の碑他 約7.0 km
- *5月の詳細は後日お知らせします。

5/1・5/15開催

*雨天中止、高島公民館発着

- ◆受講料 無料
- ◆申込 当日申込



高島いきいき教室(年間) 申込必要

【共催】 高島学区老人クラブ連合会
 介護老人保健施設 古都の森

健康づくりのための軽い運動や講話などを行う教室です。令和8年度4月～3月分の新規参加者を募集します。

- ◆日にち
- A班(偶数月第2火曜日)
- ① 4/14、② 6/9、③ 8/28(金)、④ 10/13
- ⑤ 12/8、⑥ 2/26(金)

- B班(奇数月第2火曜日)
- ① 5/12、② 7/14、③ 9/8、④ 11/10
- ⑤ 1/12、⑥ 3/9

- ◆時間 14時～16時
- ◆対象 おおむね65歳以上の岡山市民
- ◆定員 各50人 ◆受講料 無料
- ◆持参品 飲み物(水分補給のため)
- ◆申込 3/12(木)9:30～公民館窓口か電話
- *A・Bどちらかにお申し込みください

◆その他
 今年度A班(偶数月)で受講されていた方は、来年度はB班(奇数月)で申し込まれると内容に重複がない構成になっています。Bも同様です。



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
- ① 3月13日(金) 10時～11時30分
「生活習慣を今一度考えてみましょう」
- ② 4月17日(金) 10時～11時30分
「介護保険のことならお任せを！
ベテランマネージャーが教えちゃいます♪」
- ③ 5月15日(金) 10時～11時30分
「毎年あります！旭竜大運動会パート①」
- ◆対象 旭竜学区に在住の65歳以上の方
- ◆定員 30人程度 ◆受講料 無料
- ◆持参品 上靴、筆記用具、水分補給できるもの、タオル
*運動のしやすい服装
- ◆申込 公民館窓口か電話

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
- ① 3月16日(月) 10時～12時
「足をケアして元気に歩ける足づくり」
申込：公民館窓口か電話
- ② 4月20日(月) 10時～12時
「フレイルチェックとゴム体操で猫背改善！」
申込：3/16(月)9:30～公民館窓口か電話
- ③ 5月18日(月) 10時～12時
「しゃがむのがつらい「膝痛」対処法教えます！」
申込：4/20(月)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 各50人程度 ◆受講料 無料
- ◆持参品 筆記用具、水分補給ができるもの
*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！！～
- 高島地域に住むスタッフが、おいしいコーヒーを準備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 3月6日(金)、4月3日(金)
5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



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

① 3月22日(日)

申込：3/14(土)9:30～公民館窓口か電話

② 4月26日(日)

申込：4/11(土)9:30～公民館窓口か電話

◆定員 各50人

◆食事代 高校生以下無料 大人300円

*時間・メニュー・行事等の詳細はちらしでご確認ください。

野菜などの食材提供や当日のボランティアも募集しています！詳しくは高島公民館まで！

シルバー大学【拡大版】

**申込
必要**



5月のシルバー大学は、どなたでも
申込ができます。

◆日時/内容

5月8日(金)13時30分～15時30分

「食のなるほど発見セミナー

命を守る水～見直そう！水分補給～」

講和&健康チェック（骨密度などの測定）

◆講師 (株)明治と岡山市(地域包括ケア推進課)

◆定員 30人

◆申込 4/7(火)9:30～公民館窓口か電話

ひよこ文庫 春のおはなし会

**申込
必要**

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 4月21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

◆受講料 無料

◆申込 4/11(土)9:30～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。

◆日時・内容

3月13日(金)、4月10日(金)、5月8日(金)

各10時～12時

「カフェ&トーク」

◆対象 どなたでも ◆受講料 無料

◆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。

※おもちゃの病院はお子さんとドクターさんのふれあい等を通し
て、ものを大事にする気持ちを育む場所です。お子さんの前で
修理します。お子さんと一緒にお越しください

◆日時 3月14日(土)、4月11日(土)

5月9日(土)

各9時30分～11時30分

*原則お一人2個まででお願いします。



ふたばトーク (哲学トーク)

**申込
必要**

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

3月23日(月)10時～12時

「わかりあえないけど尊重するとは？」

◆進行 松川 絵里さん (哲学者)

◆受講料 無料 ◆定員 20人

◆申込 公民館窓口か電話



旭竜シネマ

**申込
必要**

◆日時/内容

3月27日(金)13時30分～15時40分

「そして父になる」(2013年日本映画)

出演：福山雅治、尾野真千子、リリー・フランキー 他

◆会場 旭竜コミュニティハウス [P]なし

◆定員 30人 ◆受講料 無料

◆申込 公民館窓口か電話



◆日時

3月9日(月)、4月13日(月)、5月11日(月)

各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)

◆受講料 無料 ◆定員 17人

◆持ち物 水分補給のための飲み物

◆申込 右記を読み込んでメールか
公民館窓口または電話

*保護者氏名・子どもの名前と年齢・住所・電話番号をお知らせください

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。

①万年カレンダー (Excel) 全2回

3月9日(月)、3月16日(月)各13:30~15:30

費用:1,500円(テキスト代他必要経費)

対象・定員 ローマ字入力ができる方5人

申込:公民館窓口か電話

②パソコン相談室 全1回

4月6日(月)13:30~15:30

費用:無料 定員:5人



申込:3/16(月)9:30~公民館窓口か電話

*申込時に相談内容をお知らせください。

*機器の故障修理は不可、内容によっては対応できない場合があります。

*パソコン持ち込み可能

③「Windows11 パソコンの基本操作」 全1回

4月13日(月)13時30分~15時30分

費用:無料 定員:5人

持ち物:パソコン

申込:4/6(月)9:30~公民館窓口か電話

④「スマホの基礎(電話のかけ方・文字入力など)」 全1回

4月20日(月)13時30分~15時30分

費用:500円(テキスト代他必要経費)

定員:5人 持ち物:スマートフォン

申込:4/13(月)9:30~公民館窓口か電話

⑤「様々な入力枠のある申込書を Excel で作ろう」 全2回

5月11日(月)・18日(月)13時30分~15時30分

費用:1,500円(テキスト代他必要経費)

対象・定員 ローマ字入力ができる方5人

申込:4/20(月)9:30~公民館窓口か電話

すぎなの会

申込
必要

【主催】ボランティアたかしま

【共催】高島公民館



◆日時/内容

①3月24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」

定員:50人 申込:公民館窓口か電話

②4月28日(火)13時30分~15時

「みんなで楽しく歌おう!懐かしい唱歌」

定員:60人

申込:3/24(火)9:30~公民館窓口か電話

◆対象 地域に住む65歳以上の方

◆参加費 1回100円(運営費等)

たかしまシネマ

申込
必要

◆日時/内容

4月24日(金) 13時30分~15時10分頃

「そして誰もいなくなった」(1947年アメリカ映画)

出演:リヴァー・リード、エルク・ソマー 他

◆定員 40人

◆受講料 無料

◆申込 公民館窓口か電話



あなたのアイデアが公民館講座になる♪

小学生向け☆夏休み講座

持ち込み企画募集!!

小学生を対象とした夏休み講座の企画を募集しています。
「自分の得意を生かした講座」や、「こんなこと、やってみたい!」を公民館の職員と一緒に実現させてみませんか?

【募集期間】4月6日(月)~28日(火)

【募集講座条件等】

夏休み期間中に小学生を対象とした講座を高島公民館
または高島中学校区内で実施。目的や予算などを記入した
企画書を公民館提出。審査の上、結果を連絡します。
詳細はお問い合わせください。



ロビー展のご案内

★岡山 ESD 推進協議会 20 周年及び

グローバル RCE 会議開催記念パネル展

3月6日(金)~3月15日(日)

高島公民館クラブ

「懐かしい唱歌」・「思い出のメロディ」を卒業された方へ
歌の教本提供のお願い!!

私たちのクラブは、現在40人余りが歌を楽しんでいます。最近、講座の教本「学園愛唱歌集〔ピアノ伴奏編〕ドレミ出版」の発行販売がなくなりました。新規入会者用の教本探しに苦労していますので、皆さまが使っておられた教本を譲ってくださるようお願いいたします。お譲りくださる方は、高島公民館または、クラブ講師(平田 090-3172-7892)までご連絡願います。

図書コーナーの貸出・返却受付時間の変更

図書館システム更新に伴い令和8年3月3日(火)から、図書館システムによるサービス(貸出・返却受付)は閉館の30分前までになります。ご注意ください。

平日 9:30~21:00 → 9:30~20:30

日曜日 9:30~17:00 → 9:30~16:30