



高島公民館だより

Email takashimakouminkan@city.okayama.jp

第191号 2026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

HPはこちら⇒



シルバー大学 12月は拡大版！

申込必要

12月のシルバー大学は、どなたでも
申し込みができます。

◆日時/内容

12月12日(土)

13時～15時

「やさしい日本語で多文化共生の地域づくり
～優しい気持ちで 易しく伝える～」

講師：岡山大学学術研究院社会文化科学学域
准教授 中東 靖恵さん

◆定員：20人

◆受講料：無料

◆申込：11/13(金)9:30～公民館窓口か電話



「やさしい日本語」とは

文法や言葉の表現を工夫したり、文章を短くしたりして、わかりやすく伝わりやすくした日本語表現のことです。

阪神・淡路大震災の時に、地震の緊急速報や避難指示がわからず多くの外国人が逃げ遅れたことがきっかけとなって取り組みが始まりました。

だれにでも伝わりやすい話し方や言葉の工夫を学ぶ講座です。外国の方だけでなく、子どもや高齢者の方とのやりとりにも役立ちます。「やさしい日本語」のコツを学んで、日本語で外国人ゲストの方とおしゃべりしてみましょう！

③7＝元の備前一宮…安仁神社＝

西大寺から牛窓に向かう途中に「一宮」という地名がある。そこに鎮座している安仁神社が、かつて備前国の一宮だったことに因む地名である。この安仁神社について、平安時代に発行された「延喜式」という書物には、備前国唯一の名神大社と記載され、備前国の一宮に列せられていた。

この神社は、かんやまといわれ彦命ひこのみこと（後の神武天皇）が、倭国を統一するため日向国から東征の途上、吉備国の高島宮に一時滞陣した際、同行した兄の五瀬命いつせのみことが弟の大願成就を祈願するために創建したと伝わり、元は神武天皇の兄に因んで「兄神社」と呼ばれていたとか。1344年に火災で社殿が焼失してしまったが、江戸時代に池田綱政によって再建され、今日に至っている。明治維新においては国幣中社こくへいちゅうしゃに列せられ、大正15年には裕仁親王（後の昭和天皇）が行幸されるなど、輝かしい経歴を持つ神社である。そのような神社が、なぜ一宮の地位を奪われたのだろうか。

時は承平年間（936年頃）、当時蛮行を繰り返していた伊予国を拠点とする海賊を討伐するため、追捕使として現地へ派遣を命じられた藤原純友が、航海の安全と任務成就を祈願すべく、海上の安全に格別の神徳があるとされる安仁神社に、任地へ向かう途上、参拝した。神社は心を込めて祈禱したに違いないが、それによって彼と特別の関係が生じた訳ではなかったはず。

所が、元々朝廷の処遇に不満を抱いていた純友は、当時あちこちの国司達の不当な搾取に不満を募らせていた地方豪族から、反朝廷の盟主に祀り上げられ、彼らが備前国その他の国衙（国の出先機関）を襲撃するのを、純友は黙認した。朝廷は、それらの事件を彼が仕掛けたものと考え、純友追討軍が派遣され、彼は自分を慕う地方豪族たちと共に追討軍に立ち向かうが、遂に追い詰められ、討死して果てた。世に言う「承平天慶の乱」である。その争乱の後、安仁神社は藤原純友に加担したと見做されて、備前一宮の地位は、その頃創建されたばかりの吉備津彦神社へ移されてしまったのだった。事件から千年余り、残された「一宮」という地名だけが、往時を偲ぶようすがとなっているのは、流石に些か寂しい。

参考文献＝安仁神社由緒他

*お知らせ 次号(1月号)は、文化祭特集号のため「歴史の散歩道」は、お休みさせていただきます。

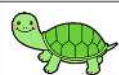


高島公民館 主催講座のご案内

◇定員について 記載がない場合は先着順で受付します

◇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。

※状況によっては内容の変更や延期または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

①11月6日 中世山陽道西方面 約5km

④11月20日 頭高山緑地公園 約5.5km

②12月4日 安養寺～浄土寺 約4.5km

④12月18日 二の荒手～河川敷 約4km

◆受講料 無料 *雨天中止、高島公民館発着

◆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20日(金) 10時～11時30分

「イントロ～どん♪この曲なあに？みんなで
唄おう♪～たくふう音楽祭～」

②12月18日(金) 10時～11時30分

「看護師が話します！ウィズ感染症 みんな
でやればこわくない～感染予防～」

③1月15日(金) 10時～11時30分

「心も体も活発に！～脳トレ・筋トレ・疲れ
もトれる～」

◆対象 旭竜学区に在住の65歳以上の方

◆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

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14日(土)、12月12日(土)

受付：9時30分～11時30分

*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

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

12月21日(月) 10時～12時

「老化を加速？！ビタミンD不足にご用心！」

申込：11/16(月)9:30～公民館窓口か電話

1月 たかしま介護予防教室 + かんたん聞こえチェック

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月18日(月) 10時～12時

「聞こえの講話」

※希望者は介護予防教室の開催中に「かんたん聞こえ
チェック(簡易の聴力検査)」を受けられます。

申込：12/21(月)9:30～公民館窓口か電話

【以下12月・1月共通】

◆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

いっしょにたのしみ わらべうた

申込
必要

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。

◆日時 11月9日(月)・12月14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)

◆受講料 無料 ◆定員 17人

◆持ち物 飲み物(水分補給のため)

◆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

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

①11月22日(日) 11時15分～

申込：11/14(土)9:30～公民館窓口か電話

②12月13日(日)10時～

申込：12/5(土)9:30～公民館窓口か電話

◆定員 各50人

*詳細は11月初旬頃に小学校等にちらしを配布予定



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。



「自分の写真で名刺を作ってみよう！」全2回

11月9日(月)・16日(月)

費用：1,000円(テキスト代他必要経費として)

申込：10/26(月)9:30～公民館窓口か電話

持物：スマホ

「Excel 講座 住所録」

全2回

12月7日(月)・12月14日(月)

費用：1,500円(テキスト代他必要経費として)

申込：11/16(月)9:30～公民館窓口か電話

持物：(あれば)パソコン*自分のパソコンがない人は公民館のパソコン

◆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5人

山ガキ 山を楽しむ 山を守ろう

申込
必要

◆日時/内容

12月12日(土)9時～12時 雨天中止

「つるきりリースづくり」

◆集 合 グリーンシャワーの森駐車場 8:45

◆定 員 20人*小学3年生以下は保護者同伴

◆参加費 24円(保険代)

◆共 催 龍ノ口グリーンシャワーの森を守る会

◆申 込 11/20(金)9:30～12/1(火)までに参加費をそえて公民館窓口へ。

*持ち物等詳細は、チラシ等でご確認ください



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。

約
束

①会での話はその場限りで

②違いを認め合おう

③わからないことは聞こう



◆日時・内容

11月13日(金)・1月8日(金) 10時～12時

「はなみずきカフェ(座談会)」

◆受講料 無料 ◆お茶代 100円

◆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6日(金)、12月4日(金)

1月15日(金)※1月は第3金です。

◆メニュー コーヒー・緑茶・紅茶

すべて100円 *11月からおかわり50円

たかしまシネマ

申込
必要

◆日時/内容

①11月27日(金)13時30分～15時50分

「マダムインニューヨーク」

(2012年インド映画/134分/主演：シュリデヒ)

②12月25日(金)13時30分～15時30分

「スパイの妻」

(2007年日本映画/115分/主演 蒼井優・高橋一生)

◆定 員 40人(先着順)

◆受講料 無料

◆申 込 公民館窓口か電話

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

①12月8日(火) 10時～11時30分

「ポーセリンアートでカップやお皿を作ろう」

講師：片山和代さん

定員：先着 30人 参加費：1,500円(材料代)

申込：10/27(火)9:30～11/24(火)までに

公民館窓口か電話

②1月26日(火) 13時30分～15時

「生バンドで懐かしい昭和歌謡やフォークを歌おう」

講師：れいわバンド B&G のみなさん

定員：60人 参加費：100円

申込：12/8(火)9:30～公民館窓口か電話

◆対象 地域に住む65歳以上の方

いまとこれから

申込
必要

◆日時/内容

12月15日(火)10時～12時

「家族、親族、お友達。仮想事例から、その関係性を考えていきます。」

◆講 師 石垣 明美さん(臨床心理士)

◆定 員 20人 ◆受講料 無料

◆申 込 公民館窓口か電話

ひよこ文庫 冬のおはなし会

申込
必要

日本の昔話や外国の昔話など、耳で聴く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22日(火)18:00～19:00

◆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 12/12(土)9:30～公民館窓口か電話

ふたばトーク (哲学トーク)

申込
必要

◆日時/内容

11月27日(金)10時～12時「我慢ってなに？」

◆進行 松川 えりさん (哲学者)

◆受講料 無料

◆申込 公民館窓口か電話

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13日(金)～11月20日(金)

*計測コーナー *詳しくはチラシをご覧ください

11月20日(金)9:30～11:30 (最終受付 11:00)

(ベジチェック・体組成計・足指測定等)

地域からのお知らせ

高島・旭竜けんこう21 ウィンナーの飾り切り教室

◆日時：12月6日(日)10時～12時

◆対象・定員：小学生とその保護者・12組(先着順)

◆講師：日本ハムカスタマー・コミュニケーション(株)

◆参加費：無料

◆申込：11/9(月)9:30～公民館窓口か電話

*詳しくはチラシをご覧ください

高島公民館からのお知らせ

新規クラブ講座 受付スタート

令和9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。

申込受付期間

<新規> 11月7日(土)～13日(金)

次号の公民館だよりに「令和9年度開設クラブ一覧」を掲載します。令和9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(火)～16日(土)です。

★年末年始の資源回収について

年末：12月24日(木)17時まで

年始：1月5日(火)9時30分から

★岡山市中区役所・山陽学園共催 健康チェック

●主な測定内容 *参加無料

認知機能、運動能力、骨密度、体内水分量、肌年齢 等

●測定日 ※①・②のどちらか

1月20日(水)①10:30～12:30、②13:30～15:30

●結果説明日

1月29日(金)①10:30～12:30、②13:30～15:30

●場 所 高島公民館

●対 象 中区在住の65歳以上の方で、両日参加できる方各回10名程度(抽選)

●申 込 中区役所総務・地域振興課

(中区浜三丁目7番15号)

Tel901-1602/FAX901-1604

nakakusoumu@city.okayama.jp)

●締 切 1月4日(月)必着

★箏曲三上社 藍夢絃の会ミニコンサート

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。皆様お誘いあわせておいでください。

日時 11月29日(日) *申込不要

*開場 11:45、開演 12:00

場所 高島公民館

★誰でも鍵盤ハーモニカミニコンサート

誰もが知っているような曲を鍵盤ハーモニカの味わい深い音色でお届けします。楽しいひと時をお過ごしください。

日時 12月1日(火)11時～11時30分

*申込不要

場所 高島公民館 ロビー

★令和8年度(第30回)高島公民館文化祭

皆様ぜひお越しください。*詳しくは、次号(1/1号)で!

前半：令和9年2月13日(土) 9:45～16:00

14日(日)10:00～15:00

後半：令和9年2月20日(土)10:00～16:00

21日(日)10:00～15:00

★ロビーと駐車場利用の制限について

公民館行事(ふれあいウォーキング)開催のため、下記の日時でロビーと駐車場の一部が利用できません。

ご協力よろしくお願いいたします。

11月8日(日)9:30～13:00頃



★公民館の草取りボランティアを募集します

下記の日時で公民館敷地内の草取りを行います。皆様のお力をお貸しください!

11月30日(月)9時～ *1時間程度

*雨天の場合は12/7(月)9時～

参加できる方は、公民館へご連絡ください。ごみ袋は用意します。それ以外の必要な用具は各自で準備をお願いします。