

INFORMATION MAGAZINE

WAGAMACHI TAKAOKA 地域情報

令和6年度 No.1

通刊第56号

わが町 たかおか



2024/4月・5月・6月



和石(よれし)の春
オキナグサ

◇ CONTENTS ◇ April 2024

- ・事業報告
- ・まちの話題 / はたちの集い
- ・団体情報、イベント情報など

こどもつなぐ事業「冬のおはなし会」 教育総務部会

12月16日(土)、天ヶ城麓地区武家住宅にて「冬のおはなし会」を開催しました。「穆園おはなしの会」の読み聞かせは毎回楽しいお話で、思わず引き込まれるものばかり。また、高岡にまつわるクイズも披露され、冬の夜のひと時を楽しみました。



特殊詐欺対策事業 福祉防災部会



1月27日(土)、福祉保健センター「穆園館」にて「特殊詐欺対策事業」を初めて開催しました。手法が巧妙化して次から次へと新たな詐欺をはたらく事案は絶えません。少しでも被害にあうリスクを減らすことを目的に行いました。参加者の関心も高く、高岡警察署の方の話に真剣に耳を傾けていました。

第4回高岡歴史かるた交流大会事業 教育総務部会



2月3日(土)、高岡地区農村環境改善センター多目的ホールにて「第4回高岡歴史かるた交流大会」を開催しました。歴史かるたの存在や内容を知らない、または知っているけど内容まではよく分からないという方が意外と多いため、今年は今までとやり方を変えてルールを簡単にし、誰でも参加しやすい会にしました。季節に合わせ豆まきも行いました。当日は約30名の参加があり、年齢問わず、楽しくかるたを楽しみました。協力いただいた皆さま、ありがとうございました。

※「かるた」は、まちづくり委員会事務局で販売しています。(1部 1,000円)



白熱する場面も..



読み手の声に真剣に耳をすます..



全体の光景



月知梅うめまつり事業 地域活性部会

2月18日(日)、5年ぶりに「月知梅うめまつり」イベントが開催され、当日は約2,000人の来場者がありました。今年の開花は例年より早く、花の見ごろは少し過ぎてはいたものの、晴天に恵まれた花見日和でした。和太鼓や三味線等の演奏、園児の発表他、たくさんのステージパフォーマンスで会場をおおいに盛り上げてくれました。また、お茶やぜんざいのふるまいもありあたたかい雰囲気を盛り上げていました。



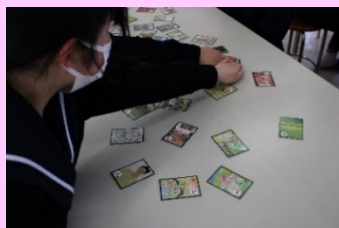
「高岡中学校ふるさとプロジェクト」事業

～教育総務部会～

2月15日(木)、高岡中学校にて高岡の魅力を再発見し、今後のまちづくり委員会の事業に活かしていきたいという思いから、中学生の考え・意見を聞くワークショップを開催しました。高岡のことをよく知らない中学生の存在を知り、もっと若い人への発信が必要であることを感じました。協力いただいた皆さま、ありがとうございました。



真剣に考えてくれています



高岡歴史かるたを体験中



高岡地区

総成人

は た ち の 集 い

1月7日(日)、高岡地区農村環境改善センターの多目的ホールにおいて令和6年度、「高岡地区はたちの集い」が盛大に挙行されました。61名の二十歳の皆さんが参加してくれました。



市長ビデオメッセージや恩師のお祝いの言葉、クイズ、抽選会等で盛り上がりました

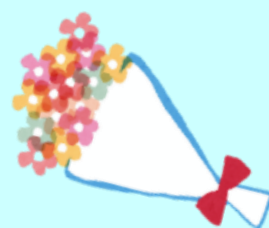


成人実行委員のみなさん

左より

平田 小窪 江谷 本崎 千田 竹田
拓己さん 歩宗さん 太陽さん 千尋さん 琴叶さん 愛香さん

打合せを重ね、はたちの集いを盛大に盛り上げてくれた実行委員のみなさん、お疲れ様でした！！



二十歳を迎えられた皆さま、おめでとうございます！！

これから先山あり、谷ありいろいろなことがあるでしょう。それでも人との出会い、つながりを大切に、いつも笑顔で元気に過ごせるよう、高岡まちづくり委員会一同心より願っています。

はたち代表 誓いの言葉（内容抜粋）



本 崎 千 尋 さん



本日は、このような素晴らしい式典を挙げていただき、ありがとうございます。ここにいる仲間たちと集い、共に今日の日を迎えられたことを大変うれしく思います。

私は大人になっても大切にしたいことがあります。それは「夢や目標を持ち続けること」です。私は小学生のころから看護師という夢を持ち、現在は看護師になるために大学に通っており日々精進しています。こんなにも夢に向かって頑張ることができるのは高岡で育ち、“高木兼寛先生”の偉大さを学んだからです。夢や目標を抱くことは自由です。私たちは求められる大人の枠に囚われすぎず、自分らしさを忘れず社会に羽ばたいていきます。夢に向かって努力していくとともに、それぞれが地域社会に貢献し、お世話になった方々へ少しでも恩返しができるよう日々成長していくことをここに誓い「二十歳の誓いの言葉」とさせていただきます。



江 谷 太 陽 さん



今日「二十歳の集い」の式典を迎えるにあたり、私は二十歳としてどのような心構えを持って生きていくことが「成人」としてふさわしいのだろうと考えさせられました。

成人になるとは、「周囲の人からの支えに気づき・感謝し、支える側になること」だと思います。私は教員になるために大学へ進学し日々学問に励んでいます。違った環境で育ってきた友人や、先生方の講義や著作物を通して驚きと学びの連続の日々を送っています。また、一人暮らし・アルバイトをはじめ、幅広い年齢層の方々との交流を通して本当に多くの学びがあり、如何に自分が無知なる存在であるかを思い知らされてもいます。そんな中で気付いたことがあります。それは自分がどれだけの人に支えられて生きてきたかです。家族、お世話になった全ての先生方、友人たち、そして地域の方々。このことは当たり前ではなくとても「有難い」ことだと思っています。「周囲の方への思いやりの気持ちを忘れずこれから増えていく様々な責任を果たし、自立した「成人」になることをここに誓います。



高岡まちづくり委員会からのお知らせ

一緒に活動して下さる方を大募集中！！

高岡を一緒に盛り上げてくださる方、地域の発展と活性化のため情熱をもって活動して下さる方を大募集しています。「高岡のためこんなことやりたい」「高岡のために何かやりたい」等、思いをお持ちの方、一緒に活動を始めてみませんか。高岡在住の方でなくても、活動が可能な方なら大歓迎です。詳細は個別にご説明させていただきますので興味のある方は下記までお問合せください。

【お申し込み・お問い合わせ】

高岡まちづくり委員会事務局

電話: 0985-72-8837 Fax: 0985-72-6636

mail: takaoka.machi@gmail.com

◆ 制服リユースマッチング ◆

卒業により不要となった制服を必要なご家庭へ譲り合うことにより、人と人との絆や優しさをも一緒にお届けする事業です。宮崎市内の市立中学校と県立高校の制服が対象となります。

※ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。

対象:宮崎市内在住の方

その他:QRコードを読み込むと記入様式が表示されます。

実施期間:令和6年5月末まで



◆ 自分に合ったボランティア活動をしてみませんか! ◆

ボランティアセンターたかおか(宮崎市社会福祉協議会高岡支所)では、地域等で活動する「個人ボランティア」を募集しています。ボランティア登録を行い、興味や関心がある自分に合った内容のボランティア活動から始めてみませんか! 活動内容は無限大です。

お気軽にお問い合わせください。お待ちしております。



◆ 弁護士無料法律相談 ◆

生活・福祉に関することや、相続・離婚など、弁護士が相談に応じます。

日時:5月9日(木) 13:30~15:30

※次回は7月11日(木)13:30~15:30です。

場所:高岡福祉保健センター穆園館

定員:4名(受付順)

費用:無料

その他:1人30分以内

申込:要予約 (前日までに電話で予約をお願いします)



◆ 令和6年度ボランティア活動保険について ◆

ボランティア活動中のさまざまな事故によるケガや損害賠償責任を補償します。年度ごとに加入が必要です。

※対象とならない場合もございますので詳しくはお問い合わせください。

[保険料](一人あたり) ◎基本プラン:350円 ◎天災・地震プラン:500円 ※令和6年3月31日までに手続きが完了された
[補償期間] 手続き完了の翌日から令和7年3月31日まで 場合、補償開始は4月1日からです。

穆園館からこんにちは

糖尿病を予防しよう～運動編～

食後1-2時間以内の
運動が効果的!

食後に運動すると、血液中のブドウ糖が筋肉で大量に消費される

→**食後の運動**は血糖値を下げる効果がある!

①30分に1回は5分程度立とう



日本人は世界一
座っている時間が長い

座ったまま過ごす時間が長引いた時は

30分ごとに立ち上がり、わずか5分間歩くだけで
血糖値の上昇を抑えられる!

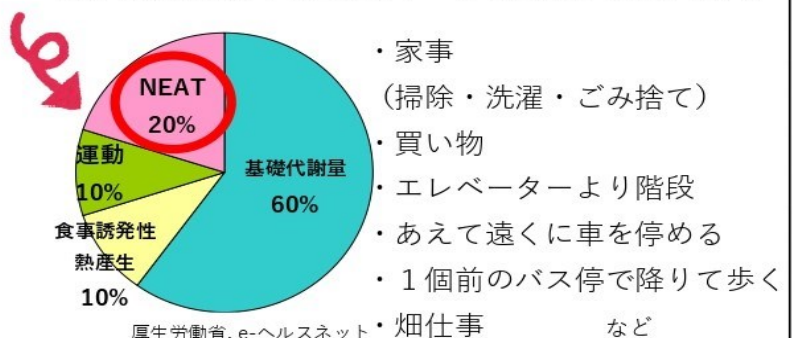


②運動以外の身体活動を増やそう

→運動以外の身体活動で消費されるエネルギーのことを

NEAT (ニート:非運動性熱産生) という

人が1日に消費するエネルギーのうち20%を占めている



◆ 高岡福祉保健センター「穆園館」開館時間外の駐車場閉鎖のお知らせ ◆

令和6年4月1日以降、**開館時間(平日: 8:30~22:00、土曜: 8:30~17:00)**以外には駐車場
出入口にポールを設置し、閉鎖します。

ご理解とご協力をお願いします。

よろしくお願いします



◆おはなしの会◆

第2・第4土曜日10時30分から高岡図書室で絵本の読み聞かせを実施しています。子どもから大人まで楽しめます。開催されないこともありますので、詳しくはお問い合わせください。

場所:高岡総合支所内図書室

費用:無料

問い合わせ:穆園おはなしの会 090-1193-6859(重信)



◆おもちゃ病院 開院◆

壊れて動かなくなったおもちゃを無料で修理しています。当日持ち込めない場合、事前に預かり入院対応します！詳しくはお問い合わせください。

日時:4月13日(土)・5月11日(土)・6月8日(土)

※毎月第2土曜日13:00~16:00

場所:高岡福祉保健センター穆園館

問い合わせ:おもちゃ病院たかおか 82-2585(東迫)



◆こども食堂「久津良きずな食堂」を開催！！◆

食材等を提供してくださる方、一緒に活動してくださる方も大募集です！詳しくはお問い合わせください。

日時:4月27日(土)・5月25日(土)・6月22日(土)

※毎月第4土曜日 11:30~13:00 [定員]:40名 (但し、食材等がなくなり次第終了します)

場所:高岡福祉保健センター穆園館 参加費:100 円(保険料含む)

問い合わせ:こども食堂 久津良きずな食堂

090-5746-6841(徳丸) 090-3079-9477(岩切) 090-9485-8841(山元)



◆家庭用廃油の回収にご協力をお願いします！◆

高岡町ボランティア連絡協議会では、ゴミの減量化や生活環境の保全を図ることを目的として「家庭用廃食用油リサイクル推進事業」に取り組んでいます。

下記の会員宅等で使用した食用油の回収を行っていますので、ご協力をお願いします。



高浜地区(外山カツ子宅)

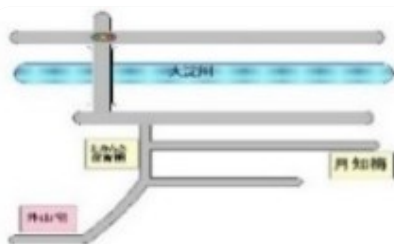
電話:82-3726

町区(柳原秋子宅)

電話:090-5470-6148

中山地区(黒木厚子宅)

電話:82-1695

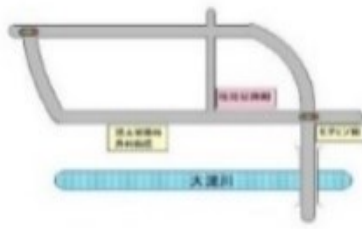


上倉地区(徳丸たづ子宅)

電話:090-5746-

花見地区

(花見自治公民館)



この案内が目印です





【高岡地域子育て支援センター】《問い合わせ》090-9043-1635(直通)

◆ あかちゃんの日 ◆

内容:1歳未満のあかちゃんと保護者でゆったりと過ごす
日時:①4月16日(火) ②5月14日(火) ③6月11日(火)

いずれも 13:30~15:00

場所:高岡地域子育て支援センター プレイルーム

対象:1歳未満の乳児とその保護者

定員:いずれも7組 費用:無料

その他:1歳以上のお子さん(兄弟含む)は入室できません

申込:①4月1日(月)~ ②5月1日(水)~ ③6月3日(月)~

午前9時 定員になり次第終了

※申込みはWEB受付のみ(先着順)~上のQRコードより



◆ こいのぼりをつくろう ◆

内容:こいのぼりを作って、親子で季節の行事を楽しむ。

日時:4月24日(水) 10:00~11:00

場所:高岡地域子育て支援センター プレイルーム

対象:未就学児親子

定員:6組 費用:無料

予約:4月3日(水)~4月10日(水) 9:00~16:30

※申込みはWEB受付のみ(抽選)~上のQRコードより



◆ ベビーマッサージ ◆

内容:ベビーマッサージを通じて親子のふれあいを楽しむ

日時:5月29日(水) 10:00~11:00

場所:高岡地域子育て支援センター プレイルーム

対象:1ヶ月健診後~1才未満の赤ちゃん(予防接種後72時間経過していること) 定員:8組 費用:無料

申込:10月24日(火)~ 定員になり次第終了

その他:バスタオル(1枚)、水分補給できるものを持参ください。

申込:5月8日(水)~5月15日(水) 9:00~16:30

※申込はWEB受付のみ(抽選)~上のQRコードより



◆ 家族のプレゼントを作ろう ◆

内容:家族のプレゼントを作り、親子の絆を深める。

日時:6月6日(木) 10:00~11:00

場所:高岡地域子育て支援センター プレイルーム

対象:未就学児親子 定員:6組 費用:無料

申込:5月16日(木)~5月23日(木) 9:00~16:30

※申込みはWEB受付のみ(抽選)~上のQRコードより



◆ 七夕飾りを作ろう ◆

内容:親子で季節の行事を楽しむ。

日時:6月26日(水) 10:00~11:00

場所:高岡地域子育て支援センター プレイルーム

対象:未就学児親子 定員:6組 費用:無料

申込:6月5日(水)~6月12日(水) 午前9時~午後4時30分

※申込はWEB受付のみ(抽選)~上のQRコードより



◆ おひさまの日 ◆

内容:広いお部屋でのびのびと身体を動かして普段とは違う遊びを楽しみましょう。

日時:4月3日(水)・17日(水)、5月15日(水)、6月5日(水)・19日(水) 9:00~11:30

場所:高岡地域子育て支援センター 大研修室

対象:未就学児親子 費用:無料

直接お越しください



【天ヶ城歴史民俗資料館】 生目の杜遊古館

《問い合わせ》TEL:47-8001

◆ 兜づくり ◆

内容:段ボールや組紐等を使って、兜を作ります。

日時:5月12日(日) 10:00~12:00

場所:天ヶ城歴史民俗資料館 体験ルーム

対象:子ども(小学生)と保護者

定員:15人 料金:材料代 500円

申込期間:4月12日(金)~4月21日(日)

申込:生目の杜遊古館 HPで申込



◆ 高岡麓のまちなみを歩こう ◆

内容:高岡麓地区の歴史的な建造物や文化財を訪ねて散策します。

日時:5月26日(日) 10:00~12:00

場所:高岡町内

対象:小学校5年生以上(小学生は保護者同伴)・一般

定員:20人 料金:無料

その他:【参加者準備】筆記用具、飲み物、動きやすい服装および靴、帽子、タオル、マスク

申込期間:4月26日(金)~5月5日(日)

申込:生目の杜遊古館 HPで申込



◆ 「開館30周年記念 出張! 2館合同収蔵品展」 ◆

内容:開館30周年を記念して、当館が収蔵する資料と佐土原歴史資料館が収蔵する資料を展示することにより、高岡と佐土原のつながりを知ってもらうきっかけとし、また興味・関心を高める場を提供します。

期間:令和6年3月15日(金)~令和6年4月14日(日)

場所:天ヶ城歴史民俗資料館 1階企画展示室

対象:どなたでも。

その他:特別開館期間のため休館日はありません。

料金:無料

※特に申込等はいりません。

◆ 万華鏡づくり ◆

内容:竹筒を使って万華鏡を作り、さまざまな色や形を見て楽しもう!

日時:6月2日(日) 10:00~12:00

場所:天ヶ城歴史民俗資料館 体験ルーム

対象:子ども(5歳以上)と保護者 定員:15人

料金:材料代 200円

申込期間:5月2日(木)~5月11日(土)

申込:生目の杜遊古館 HPで申込

