高浜公民館だより 陽だまり

新しい講座のご案内

令和８年10月23日発行　№120

お待たせしました。高浜の海の贅沢グルメ　第２弾!!

季節の魚　イトマキのさくら干し



日　時：11月7日（土）　10:00～12:00
定　員：10名（先着順）
参加費：1,000円
　　※さくら干し20匹
場　所：高浜公民館　1階　調理室
講　師：大黒　好栄さん
内　容：季節の魚（イトマキ：カワハギの一種）のさくら干しに挑戦します。
　　おいしい高浜の魚料理。プロから作り方の秘訣を学びます。
準備物：エプロン、マスク、三角巾、お持ち帰り用タッパー
　　包丁は公民館で用意しますが、普段使っておられるものをお持ちいただいてもOKです。

もう食べられないかと思っていました。あの味に再会できる特別講座!!

高浜銘菓『明鏡』を作ろう!!

日　時：11月8日（日）　　11月22日（日）
　　① 13:00～15:00　　③ 10:00～12:00
　　② 15:00～17:00　　④ 13:00～15:00
　　⑤ 15:00～17:00



定　員：各クラス12名
参加費：750円
場　所：高浜公民館　1階　調理室
講　師：梅崎　稔さん（うめざき御菓子司）
内　容：高浜の銘菓「明鏡」を8個作ります。
準備物：エプロン、マスク、三角巾、軍手、お持ち帰り用タッパー

組み立てるワクワク感、完成する感動！

プラモデル製作体験

日　時：11月1日（日）　13:30～16:00 講座 ① 戦闘機コース
　　11月3日（火）　13:30～16:00 講座 ② 軍艦コース
場　所：高浜公民館　1階　多目的ルーム
参加費：プラモデル代　1,500円
定　員：各3名
講　師：伊藤　貴章さん

講座②



講座①







内　容：体験するプラモデルをこちらで用意します。その中から、好きなプラモデルを選択して製作します。親子での参加もOKです。
準備物：特に必要ありません。

知れば知るほど奥深い、コーヒー焙煎の世界

コーヒー焙煎教室

日　時：11月14日（土）　13:30～15:30
参加費：800円　※コーヒー豆100gのお土産付き





定　員：12名
締　切：11月10日（火）17時まで
場　所：高浜公民館　1階　調理室
講　師：園山　明雄さん（赤道館）
内　容：コーヒー豆の基礎知識や焙煎方法を学びながら、自分好みの焙煎に挑戦します。焙煎したての豆の豊かな香りを楽しみながら、自分で淹れたコーヒーを味わう贅沢な時間を過ごしましょう。
準備物：マイカップ、エプロン、お手拭き

運動が好きになる!!　親子で楽しく、体力＆元気チャージ!!

親子遊び運動教室



日　時：11月14日（土）　10:00～11:00
参加費：無料
定　員：親子で15組
毎月開催しています
次回は、12月12日（土）



対象学年：園児（年少、年中、年長）※親子で参加
場　所：高浜公民館　2階　多目的ホール
講　師：大坪　真之さん
　　（PHIピラティスインストラクター・柔道整復師）
内　容：親子で楽しく遊びながら、からだ全体の運動、リズム感やバランス感覚、基礎体力の向上などを図ります。
準備物：タオル、飲み物、運動できる服装・靴

リズムに合わせて楽しく体を動かし、心地よい汗をかこう!!

体操＆ダンス　DE　脂肪燃焼



日　時：11月28日（土）　10:00～11:30
参加費：無料
定　員：20名程度（親子参加OKです）
場　所：高浜公民館　2階　多目的ホール
講　師：MAYU（株式会社PuReMa）
内　容：音楽やリズムに合わせて体操やダンスに挑戦。楽しみながら運動不足の解消や脂肪燃焼を目指します。運動が苦手な方や普段あまり体を動かしていない方も大歓迎。楽しく体を動かして心も体もリフレッシュしましょう。
準備物：タオル、飲み物、運動ができる服装で参加してください。

知っとこ

高浜のお宝発見！　高浜町と志賀町との交流

高浜町と石川県志賀町は、平成2年11月3日に姉妹都市の盟約を結びました。その背景には、江戸時代から続く、海を通じた深い歴史的な交流があります。

若狭と能登の交流は、塩土や小浜の漁師たちによって築かれました。若狭の漁師たちは、豊かな漁場を求めて能登へ渡るようになり、寛永9年には大念寺新村が開かれ、若狭出身者による集落が形成されたと伝えられています。こうした人々の移住や交流が、両地域のつながりを築いてきました。

実際に志賀町を訪ねると、今も若狭との縁を感じさせる場所が数多く残っています。高浜町の開祖を顕彰する碑や、小浜の神明社を勧請して創建された小浜神社などは、その代表的なものです。また、地域の方々のお話からも、若狭との結びつきの深さが伝わってきました。かつての高浜町の時代を懐かしみながら語る方も多く、「若狭との縁を大切にしている」という言葉が印象に残りました。歴史遺産だけでなく、地域の方々の記憶や思いの中にも、先人たちが築いた交流が受け継がれていることを感じました。

また、小浜神社で毎年開催される太鼓打競技大会は、県下最大規模を誇り、今年で91回目を迎えたそうです。祭りにかける熱意や、地域全体で伝統行事を支える姿には、高浜町の祭礼文化と共通するものがありました。

今回の訪問を通じて、高浜町と志賀町のつながりは、歴史資料の中だけに残るものではなく、今も地域の文化や人々の心の中に息づいていることを実感しました。約400年前に海を越えて築かれた交流が、今日まで大切に受け継がれていることは、大変興味深いことです。姉妹都市交流の原点にある歴史を改めて知ることができた今回の訪問。これからも両町の深い縁が、人々の交流を通じて、次の世代へと受け継がれていくことを願っています 。

文責：高浜町郷土資料館　倉田　尚明



【高浜町開祖の碑（志賀町）】









高浜町在住、または高浜町在勤の18歳以上の方へ

公民館で行っている講座に参加するとポイントがもらえるようになりました！

この度、「たかはまプラス」では、高浜町内のイベントや講座への参加でもポイントを獲得できるようになりました。
イベント・講座当日にスムーズにポイントを受け取っていただくため、まだアプリをダウンロードされていない方は、
事前に「たかはまプラス」のダウンロードをお願いいたします。



