

陽だまり

令和8年8月28日発行
高浜公民館だより
【陽だまり No.118】

残暑の疲れを吹き飛ばせ！夏バテ解消健康料理 無水カレー＆2種のアチャール＆ラッシー

日 時：9月5日（土）

10:30～12:30

参加費：800円

場 所：高浜公民館 1階 調理室

定 員：16名

講 師：森川 さおり さん

内 容：残暑を元気に乗り切るためのスパイスと野菜をたっぷり使った健康料理講座。野菜のうまみを生かした「無水カレー」とスパイスと酸味が食欲をそそる「2種のアチャール」、爽やかな「ラッシー」を作ります。講座後は、皆さんで作った料理を公民館でランチタイムとしていただきます。

準備物：エプロン、マスク、三角巾



『おはぎ手に 笑顔ころころ 和の時間』公民館でほっこりしましょう！ ほっこり手作り、おはぎの時間

日 時：9月13日（日）

① 10:00～12:00

② 13:00～15:00

③ 15:00～17:00

参加費：700円

場 所：高浜公民館 1階 調理室

定 員：各回16名（合計48名）

講 師：梅崎 稔さん（うめざき御菓子司）

内 容：おはぎ10個（つぶあん4個、こしあん2個、きな粉2個、青のり2個）を作ります。できたてのおいしさを味わいながら、ほっこりしたひとときを過ごしましょう。

準備物：エプロン、マスク、三角巾、お持ち帰り用タッパー



お金の悩みを解決！家計管理・生活設計・教育費・消費者トラブル・NISA解説など 将来に向けて知っておきたいお金の話

日 時：9月26日（土）

13:30～15:00

参加費：無料

場 所：高浜公民館 2階 会議室3・4

定 員：16名

講 師：蒲 幸恵 さん 金融経済教育推進機構（J-FLEC）

ファイナンシャルプランニング技能士相談診断士・CFP

内 容：社会人・子育て世代向けを対象に将来に向けて知っておきたい金融の基礎知識を得ていただく講座です。家計設計、生活設計、教育費、消費者トラブル防止などお金に関する疑問や悩みも是非この機会にご相談ください。



あなたの魅力を引き出す「似合うメイク&アイテム」の法則!! 自分らしく輝く♪顔型診断&タイプ別メイク

日 時：9月19日（土）

13:30～15:30

参加費：無料

場 所：高浜公民館 1階 多目的ルーム

定 員：10名

講 師：福本 いづみ さん 槌本 ゆら さん

内 容：顔型パーツ診断とタイプ別メイクの提案をブース形式で個別相談します。自分に似合うネックラインや柄、おすすめのメイクを知っていただく機会になる講座です。

準備物：特にありません。



イラストやデッサンの基本を学びながら、自分だけの作品をつくってみよう こども達とつくるアートスタジオ

日 時：毎月第2土曜日

14:00～15:30

場 所：高浜公民館 2階 会議室

参加費：500円

対 象：小学3年生～中学3年生

講 師：おかのPARETTE（グラフィックデザイナー）

内 容：こどもの好きが“アート”になる『わくわく体験講座』。コピックを使ったイラストやレタリングで押し活ボードやオリジナルカレンダー等を作ります。イラストやデッサンの基本をプロに学びながら、楽しく作品作りをしましょう。

準備物：無地のノートまたは、スケッチブック、筆記用具



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：9月12日（土）

10:00～11:00

参加費：無料

定 員：親子で15組

対 象：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

毎月開催しています
次回は、10月10日（土）



《知ってこ 高浜のお宝発見!》 「戦争と高浜」 - 三宅千恵子さんの証言からみえてくるもの -

戦後81年を迎え、戦争体験を直接聞く機会は少なくなっています。今回は、昭和12年に高浜町に生まれ、幼少期を過ごし、戦争によって父を失った三宅千恵子さんにうかがったお話をご紹介します。その語りから見えてきたのは、戦争の悲惨さとともに、失われた日常の尊さでした。

三宅さんの記憶に残る戦前的高浜は、海と人々の活気に満ちた町でした。高浜座では芝居が上演され、海岸は子どもたちの遊び場でした。警察官だった父親は写真撮影や船の操縦を楽しみ、娘をとて可愛がっていたといいます。祭りや進水式も賑やかで、平和な日常が確かに存在していました。

しかし戦争が長引くにつれ、その暮らしは変化していきます。父親は「警察官には赤紙は来ないだろう」と考えていましたが、戦況悪化のなかで召集され、ほどなく出征しました。出発前、大切な品を庭に埋め、「帰ったら掘り出してあげる」と娘に約束したそうです。しかし父親は沖縄で戦死し、その約束が果たされることはありませんでした。

当時の人々はラジオから流れる戦況報告を信じていました。三宅さんの家には近所では珍しいラジオがあり、人々が集まって日本軍の戦果に歓声を上げたといいます。しかし、その多くは実際の戦況とは異なっていました。学校でも防空訓練や竹槍訓練が行われ、遊びまで兵隊ごっこが中心でした。戦争は暮らしの隅々まで浸透していたのです。

食糧事情も厳しくなりました。米には小糠が混ぜられ、イナゴを食べることもありました。それでも高浜の海は人々を支えました。鯖やへしこ、タコやサザエなど海の恵みが命をつなぎ、「また鯖か」と思うほど毎日食卓に並んだそうです。戦争の苦しい時代でも、自然の豊かさや地域の支えが暮らしを支えていました。

やがて戦争は高浜のすぐそばまで迫ります。鳥居浜で遊んでいた子どもたちは、近づく飛行機を日本軍機だと思っていました。しかし、それは米軍機で、直後に機銃掃射が始まりました。また、舞鶴空襲で青葉山の向こうが真っ赤に燃える光景も目撃しています。遠い戦場の話ではなく、戦争が目の前の現実となった瞬間でした。

終戦後に届いた遺骨箱には、小さな石が一つ入っていただけだったといいます。その石を母親が大切に持ち続けた話が強く印象に残りました。戦争とは、一人ひとりの家族から大切な人を奪う出来事だったのです。

お話の最後に三宅さんは、「子や孫の代にこれを繰り返してはならない」と語られました。平和だった高浜の暮らしが戦争によって失われていく過程を知る証言は、私たちに平和の尊さを静かに問いかけています。戦争を知らない世代だからこそ、その記憶を受け継ぎ、語り継いでいく責任があると感じました。

文責：高浜町郷土資料館 倉田 尚明



高浜国際交流協会

★「外国語教室」の受講者を募集します!

外国語を通して、いろいろな人と友達になりたい!
異文化に触れたい!

＜英語＞

講師：ブライアン ノーマンさん 出身：アメリカ

毎週水曜日・全10回	時間	場所
9月 16日、30日	19:00 ～20:30	高浜公民館2階 会議室4
10月 7日、14日、21日、28日		
11月 4日、11日、18日、25日		

※10月21日、11月25日は高浜公民館1階小会議室1となります。

＜スペイン語＞

講師：エスピノサ・マヌエルさん 出身：バレー

毎週水曜日・全10回	時間	場所
9月 17日、24日	19:30 ～21:00	高浜公民館1階 小会議室1
10月 1日、8日、15日、22日、29日		
11月 5日、12日、19日		

*申込方法

受講申込書に記入のうえ、受講料とともに教育委員会事務局(役場2F)までご提出ください。

*申込期限

9月11日(金)

*受講料

会員 10,000円/非会員 11,000円

*注意事項

- 開講最低人数5名程度
- 受講料の他、教材費がかかる場合があります。
- 講師の都合等により、開講日が変更になる場合があります。
- 主催者側の都合による授業中止の場合以外については、受講料の返金は出来かねます。
- 以上、あらかじめご了承ください。

各教室について、初日のみ無料体験が可能です!

災害義援金 を受付しています

令和8年7月28日に発生した熊本地震により、甚大な被害が発生しました。また、8月に発生した千葉豪雨においても、多くの方々が被災されています。

公民館では、被災された方々を支援するため、募金箱を設置し、義援金を受け付けています。皆様からお寄せいただいた義援金は、被災された方々への支援に役立てられます。一日も早い復旧・復興を願い、皆様の温かいご支援とご協力をお願いいたします。

お申込み・お問い合わせ 高浜国際交流協会事務局 ☎0770-72-7725

第5回
若葉と青葉のランドセル
9.13日
10:00~15:00
第5回
ReluXX 緑日
踊
MUSIC
祭
ReluXX 太鼓
会場 城山公園 高浜町時代

タイムテーブル
10:00 イベント START
10:15 DANCE FAM ARCO STAGE
11:45 名田庄太鼓保存会萬幹連 STAGE
13:00 うまい棒味あて対決 (賞品でエンタメ系グッズ) (賞品でエンタメ系グッズ)
13:30 名田庄太鼓保存会萬幹連
DANCE FAM ARCO 特別コラボ
14:00 ピンゴ大会 お菓子まき (参加無料 抽選で景品が当たる) (抽選で景品が当たる)
15:00 イベント終了

出店者
●FOOD
ちもの s-food YAGIcfe
広島お好み焼きめらくりくら ラフテル
高浜町商工会青年部
●SHOP&WORKSHOP
nailconcierge mi-mi 電メカ
KUKUNA アソビ博物館

12の選べるコンテンツを準備して
お楽しみいただけます!

たくさんの方のご協力のおかげでイベントを続けています!
株式会社 k-mac DREAMS 株式会社うみから
LIDGE HAUS 株式会社 Kワークス
株式会社新翔工業 株式会社セレマ
株式会社京阪互助センター
清水真美 ヘアサロンラダ 青光舎金工屋有限会社
山口彩 有限会社中嶋造園 船や天晴 はせと加工販売所
有限会社中嶋利和 自衛隊やがてのあか
Navy Blue GUEST 一文字 ちもの 磨谷裕士
有限会社津田美装社 山部ハム株式会社
有限会社津田電気 株式会社大同アパレル and more!
主催 ReluXX 後援 高浜町

高浜町で出合いの扉をひらきましょう♡
DEAI Beach Party
In TAKAHAMA
Part2

BBQ
2026. 9. 12 (SAT)
16:00 ~ 19:00 受付 15:30
ファミリア
In FAMILIAR
福井県大飯郡高浜町和110-26-3

●対 象 : 20代~40代の独身男性・女性
●定 員 : 男女各10名
●参 加 費 : 1,000円
●内 容 : ①自己紹介タイム
②BBQ&フリータイム
③アンケート 他

●申込期限: 2026年9月5日(土)
※定員に達し次第、募集を締め切ります。
●申込方法: 下記をご覧ください。

お申込み・お問い合わせは、
①~③のいずれかへ
お願いします。

② 高浜町社会福祉協議会 (高浜町婦人福祉協議会 事務局)
Tel: 0770-72-2411
③ 高浜町婦人福祉協議会 (担当: 山中)
Tel: 090-7034-2947