



元気はつらつ地域情報

高木瀬

～ 公民館だより ～

8

2025

令和7年

月号



高木瀬校区の人口
(令和7年6月末現在)

人口	14,340人
男	6,689人
女	7,651人
世帯数	6,650世帯

公民館主催・共催事業のご案内

【 共催：まちづくり協議会 】

【 申し込み・問い合わせ 】

高木瀬公民館 ☎ 31-3400

(平日8:30～17:15)

生涯学習セミナー(第4回)

内 容：「やさしい日本語で外国人と交流」

日 時：9/16(火)10:00～11:30

場 所：高木瀬公民館 集会室

講 師：北御門 織絵 氏

(佐賀県多文化社会コーディネーター)

参加費：無料

※「生涯学習セミナー」は、年間会員登録講座です。

定員に達したため、新規の参加は受け付けておりません。

大人塾(第4回)

内 容：「医療からみた防災」

日 時：9/24(水)10:00～11:30

場 所：高木瀬公民館 集会室

講 師：古川 祐太郎 氏

(佐賀大学医学部附属病院 医師)

参加費：無料

※「大人塾」は、年間会員登録講座です。

定員に達したため、新規の参加は受け付けておりません。

第38回 高木瀬ふれあい夏まつり

日 時：8月23日(土) 16:30～21:00

(雨天の場合は、翌日に延期)

場 所：高木瀬小学校 グラウンド

※駐車場はありません。

徒歩または自転車でのご来場をお願いします。

※小学校敷地内は、全面禁煙です。

抽選券付きチラシは、自治会から全世帯に配布します。
忘れずに会場へお持ちください。当日、会場での抽選券配布はありません。

【主催】高木瀬ふれあい夏まつり実行委員会

【プログラム】

変更場合があります。

15:00	肝だめしスタンプラリー (北校舎で先行開始)
16:30	開会セレモニー
16:50	子どもみこし・大人提灯みこし巡行
17:30	「〇×」クイズ(小学生のみ100人)
18:10	一般参加者競演ステージ
19:30	総踊り(全員参加)
19:50	お楽しみ抽選会
20:30	閉会式



8:00～14:30 剣道大会(8/24開催)

発行

佐賀市立高木瀬公民館

〒849-0922 佐賀市高木瀬東五丁目1番12号

TEL/FAX: 0952-31-3400

E-mail: ktakakise@city.saga.lg.jp

U R L: http://www.tsunasaga.jp/takakise

地域の情報WEBサイト
「つながる高木瀬」



公民館講座や
高木瀬地域の
情報をお届け
します

公民館予約
システム



ご自宅から
公民館利用
予約がで
きます

生涯学習セミナー

第2回：「むくみは万病のサイン」 6/17(火)

講師：渡辺 直子氏

(西九州大学看護学科講師)

夕方に足がむくむ、など「むくみ」は、身近に感じることが多い症状です。渡辺先生に、万病のサインとして現れる様々な「むくみ」について、原因やどのような症状があり、気になる症状が現れたときにはどの診療科を受診したらよいかを分かりやすく解説していただきました。

また、災害時に避難生活で起こりやすいエコノミークラス症候群の予防対策と、日頃から水やトイレをそれぞれで確保しておくこと、就寝時でも安全に避難できるよう寝室に安全に歩ける「靴」を準備しておく大切さを話されました。



大人塾

第2回：「副島種臣と中林梧竹～書の友情」

6/25(水)

講師：福井 尚寿氏

(佐賀県立博物館・美術館 館長)

書で有名な「副島種臣と中林梧竹」、この二人の「友情」を切り口に、県立美術館の福井尚寿館長にお話ししていただきました。

種臣と梧竹は、一つ違いで書を通して親しい間柄だったそうで、二人とも当時の清国で書を勉強したそうです。二人の接点、明治時代における評価、現代の評価に絞って解説いただきました。

種臣の言葉で印象に残ったものは、「紙いっぱい一字書くと思い、紙を書き破ると思って書くべし」でした。書き破るとはなんと強烈な言葉と驚きました。種臣は、書だけではなく、人生において自分がやろうとすることはこうなんだ、との信念の人だったのでしょう。



男女共同参画の視点で みんなでつくろう！安全・安心な避難所

女性が意見を言う機会を得られず我慢してしまう、男性が過度な責任や負担を強いられるなど、男女それぞれが困難な状況に陥るといったことのないよう、固定的性別役割分担意識にとらわれない避難所づくりについて考えましょう。

◆ 避難所運営に参加してみよう！

避難所運営に参加するにあたって、男女共同参画の視点を取り入れた避難所づくりのベースとなる考え方を知っておきましょう。

◆ 性別や年齢で役割を決めない

東日本大震災の避難所では、炊き出しを女性だけが担い、疲れ切ってしまうケースがありました。食事の準備や後片付け、清掃などの役割が性別や年齢で偏らないよう配慮しましょう。例えば、小中高生が物資配布や食事作りをする、高齢者が子どもたちの話し相手をするなど、それぞれが可能な範囲で役割を担うことが大切です。

◆ 多様な人々と協力し合う

避難者は、性別や年齢、障がいの有無、アレルギーの有無、妊娠、LGBTQ+の方、外国人など、一人ひとりが多様かつ複合的なニーズを抱えています。すべての人々に運営側が配慮するのは現実的ではありません。多様な避難者自身も運営に参加してもらい、誰もが安心して過ごせる体制や環境を整えていく必要があります。



自治会長・民生児童委員等との 情報交換会

7月5日(土)、高木瀬公民館にて校区社会福祉協議会主催の「地域交流の場」をテーマとした情報交換会が開催され、自治会長や民生委員等が参加されました。

全体研修では、佐賀市社協の三好氏が「世代間交流に向けて」と題し、通いの場・居場所の実際と効果、高木瀬校区での取り組み等を紹介されました。

その後、6グループに分かれ意見交換・討議が行われ、人間関係の薄れ、居場所作りの広げ方、ルールづくりの必要性などの課題が出されました。一方、平尾地区では初めての夏まつりの開催や辻自治会の自治公民館開放の取り組みなどの新しい取り組みが始まっていることも紹介されました。



「ながら見守り活動」参加者のつどい

7月6日(日)、高木瀬公民館において高木瀬まち協子ども見守り部会が提唱する「ながら見守り活動」をされておられる方々の「つどい」が開催され、約60名が参加されました。

山口部会長、高木瀬小の橋口校長先生のご挨拶に始まり、日の出交番の飯盛所長には、自転車のマナーについて話していただきました。

6班に分かれての意見交換では、顔見知りになることの大切さや子どもたちと知り合いになることが自分のチカラになっていることなど、たくさんの意見が出されました。

この取り組みは、今年で5年目を迎えます。現在約250名が自分のできる範囲での見守り活動に日々取り組まれています。まだ参加されておられ

ない方も一歩踏み出しましょう。子どもを見る目が変わってきますよ。



人権研修会開催

高木瀬校区人権・同和教育推進協議会主催の人権研修会を2会場で開催したところ、東高木・日の出住宅合同研修会(6/19)に約50名、辻自治会研修会(7/17)に約40名が参加されました。

佐賀市社会人権・同和教育指導員の金矢俊郎先生に、「高齢者がいきいきと暮らせる社会を目指して」をテーマに話していただきました。

高齢者を取り巻く介護や孤立化などの諸問題と、生きがいを見つける大切さや暮らしやすいまちづくりの必要性について説明されました。認知症になっても、地域で仲間とつながりながら自分らしく生きていけるまちにしたいものです。そのためには、まずあいさつから始めましょう。



(東高木自治会・日の出住宅自治会)



(辻自治会)

食改善 だより

伝達講習会(ヘルスマイト)
6/18(水) 高木瀬公民館

高木瀬食改善のヘルスマイトは、新たに2名の新会員が加わり、33名で今年度の活動を開始しました。



令和7年度のテーマ:「知って防ごう! 糖尿病」

第1回目伝達会のメイン「鶏むね肉のシシリアンライス」は、一皿に主食(麦ごはん)、主菜(鶏むね肉)、副菜(野菜)を盛り合わせたメニューです。汁物は野菜たっぷりの具沢山スープで、この2品だけで野菜の使用量226g、全体の食塩相当量は1.9gです。ニンニク、すりおろした玉ねぎを八方だしと煮詰めたたれは、ご飯にも野菜にもなじみます。皆さん、地域の伝達会にご参加ください!

(鶏むね肉のシシリアンライス)





佐賀市立図書館高木瀬分室より 8月の新刊情報

『温泉小説』 朝比奈 あすか／著 光文社	『ワタナベマキのベストレシビ55』 ワタナベ マキ／著 毎日新聞出版
『たくさがわ先生が教えるスマホの困った!お悩み解決超入門』 たくさがわ つねあき／著 農山漁村文化協会	『子どもの非認知能力を育てる17の習慣』 西 剛志／著 アベ ナオミ／漫画 あさ出版
『いつのまにか友だち』 おおぎやなぎ ちか／作 モカ子／絵 金の星社	『水のかたち』 増村 征夫／文・写真 福音館書店

※ この他にも新着本がありますので、ぜひご来館下さい。

社会を明るくする運動住民集会開催

7月12日(土)、佐賀地区保護司会北支部ほかの主催で「第75回社会を明るくする運動住民集会～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～」が、高木瀬公民館にて開催され、70人超の住民が参加されました。

社会学者の廣末登氏に、「闇バイトと匿名・流動型犯罪の実態～闇バイトに行かない!行かせない!ために～」と題し、最近問題となっている若者が犯罪と意識しないうちに手を染め、犯罪者になってしまう闇バイトの恐ろしさについて、その実態や背景にある家庭や社会の変化、また家庭でのチェックポイントなどについてお話しいただきました。

質問では、家庭だけではなく地域での留意点や学校でのリテラシー、キャリア教育の大変さ、などが出されました。



8月 行事予定&図書室カレンダー

※行事は変更になる場合があります。

図書室開室時間 ★ 12:00～17:00 (火曜日)
☆ 10:00～17:00 (水～土曜日)
佐賀市立図書館高木瀬分室 TEL:31-3507

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
					1 川原屋敷 ☆ 子育てひろば	2 ☆ 親子料理教室 スポ協
3	4 民児協 子ども会	5 青少協 ★	6 子ども会 ☆	7 自治会長会 ☆ (上淵・仲田代) 民児協 まち協役員会	8 東高木 ☆ 自治会長会	9 ☆
10	11 交通安全 山の日	12 スポ協 ★	13 少年育成委員 ☆	14 上高木 ☆	15 愛する会 ☆	16 ☆
17 休館日	18 ボラ高 スマホ教室① 子ども会 ボラ高	19 下高木 ★ スマホ教室② 身障会相談会 夏まつり役員会	20 辻 ☆ 赤ちゃんサロン 青少協	21 長瀬・坪の上 ☆ スマホ教室③	22 平尾・小里 ☆	23 ☆ 高木瀬ふれあい 夏まつり
24 31	25 上淵・仲田代 ボラ高 長生会	26 寄人 ★	27 子ども部会・日の出 ☆ 長生会	28 自治公民館長会 あいあい(子育て)	29 県営・城北 ☆	30 ☆

日付横の緑色の文字は、青色防犯パトロール当番の団体名です。

(7/14現在 申請済み校区団体と主催事業を掲載)