

受講申し込みは会場の各コミュニティ・センターへ

- 当日は、筆記用具、学生ファイル、水分補給用の飲み物をご持参ください。
- オンライン受講の欄に○がある講座は、ご自宅でオンライン受講ができます。

※必ず「オリエンテーション」を受講してから、講座をお申し込みください。

「オリエンテーション」の受講を希望される方は、各コミュニティ・センターにお問い合わせください。

6月15日(木) 9時～
申し込み受付開始
※先着順

学んで、出会って、集めよう！

♪ あかねカレッジライトコース オリジナルグッズのお知らせ ♪

今年度は以下の講座数を受講された際に、
あかねカレッジのロゴマークが印象的な オリジナルグッズ がもらえます！

① 5 講座受講 ② 10 講座受講 ③ 「ふり回り会」 参加

- ♪受講講座数に「オリエンテーション」と「ふり回り会」への参加は含みません。
- ♪受講講座数が5講座、10講座に達した方は、コミセンまでお知らせください。
- ♪オリジナルグッズ受け取りの際は、学生ファイルをお持ちください。

詳細は、各コミセンまでお問い合わせください。

■7月

カテゴリー	講座名	講師名	開催日	開催時間	終了時間	会場定員	持ち物	会場名	オンライン	費用	講座ID
時事・社会	人権映画「クリームパン」	大西 修平 (明石市人権推進啓発係)	7/5 (水)	13:30	15:00	50		高丘	—	—	23-09-013
歴史・文化	ジャズ&昭和歌謡	佐久間 勝浩	7/1 (土)	10:00	11:30	30		大久保	—	—	23-07-012
	明石歴史シリーズ① 「明石西国観音巡り 1番～10番」と周辺史跡	井上 茂機 (明石シニアカレッジ 所属「街道街歩き」 グループ代表)	7/5 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	—	—	23-05-012
	魅惑の国・ドミニカ	早瀬 雅博	7/5 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	—	—	23-06-010
	漢字・日本語を楽しむ時間 ～身近な漢字・ 日本語の学び～	川 こう (漢字教育士、漢字・ 日本語検定各1級)	7/5 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	—	—	23-12-012

■7月(つづき)

カテゴリー	講座名	講師名	開催日	開催時間	終了時間	会場定員	持ち物	会場名	オンライン	費用	講座ID
歴史・文化	まち歩きマップ 「船上・林を楽しもう」	吉川 悟 (ヘリテージ明石)	7/6 (木)	9:30	11:00	40	上履き	大蔵	—	—	23-03-015
	楽しく体験♪玉すだれ教室	チェリーボンボン	7/7 (金)	13:30	15:00	30	上履き	魚住	—	—	23-11-015
	世界のお話し会① (ペラルーシの魅力発見！)	ビクトリア スモルツカヤ	7/14 (金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住	—	—	23-11-016
	まち歩きマップ 「藤江・松江を楽しもう」	吉川 悟 (ヘリテージ明石)	7/20 (木)	9:30	11:00	40	上履き	大蔵	—	—	23-03-016
健康・スポーツ	ニューススポーツを楽しもう	嶽肩 純一 (元気アップ・スポーツ)	7/5 (水)	13:30	15:00	30	運動しやすい 服装、上靴 タオル、水分	朝霧	—	—	23-02-017
	教えて先生③ ～頻尿について～	井上 貴昭 (原泌尿器科病院 副院長・ 神戸大学泌尿器科 客員准教授)	7/12 (水)	13:30	15:00	80		二見	—	—	23-13-013
	介護予防のススメ	西田 美華 (株)MON CEO)	7/14 (金)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	—	—	23-10-015
	今を、限らない今を 大切に生きる	田中 順子 (NPO法人 生活支援研究会 理事長)	7/19 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	○	—	23-01-018
						30		朝霧			23-02-011
						40	上履き	大蔵			23-03-011
						40	上履き	衣川			23-04-015
						40	上履き	野々池			23-05-014
						22	上履き	望海			23-06-011
						26		大久保			23-07-021
						30	上履き	大久保北			23-08-011
						47		高丘			23-09-024
						50	上履き	江井島			23-10-011
						39	上履き	魚住			23-11-022
						30	上履き	魚住東			23-12-021
						64		二見			23-13-015
	元気アップ体操教室	明石市 地域総合支援担当	7/20 (木)	13:30	14:30	20	運動しやすい 服装、上靴 タオル、水分	野々池	—	—	23-05-022
	気を付けよう！！特殊詐欺 備えよう！！成年後見	西明石 総合支援センター	7/26 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	—	—	23-05-025
	ソーシャルディスタンスに 負けない健康づくり	林 知里 (兵庫県立大学 地域ケア開発 研究所教授)	7/27 (木)	13:30	15:00	20	上履き	大久保北	—	—	23-08-016
	心臓にまつわる病気のお話	黒田 優 (江井島シーサイド クリニック)	7/29 (土)	13:30	15:00	50	上履き	江井島	—	—	23-10-016

■7月(つづき)

カテゴリー	講座名	講師名	開催日	開催時間	終了時間	会場定員	持ち物	会場名	オンライン	費用	講座ID
ものづくり	絵手紙でごあいさつ	絵手紙サークル あさがお (高丘コミセン)	7/26 (水)	13:30	15:00	50	習字セット 絵具セット 新聞紙	高丘	—	—	23-09-014
	デジカメ写真の保存と 管理方法	衣笠 誠一郎	7/26 (水)	13:30	15:00	30	あればノート パソコン 上履き	魚住東	—	—	23-12-013
くらし	誰でも簡単に始められる！ 「エンディングノートの 書き方講座」	財務コンサルタント (三井住友信託 銀行株 明石支店)	7/4 (火)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	—	—	23-04-021
	スマホの便利な使い方 ～ラインとスマホ決済を 学びます～	ソフトバンク スマホアドバイザー	7/5 (水)	10:30	12:30	20	上履き	大久保 北	—	—	23-08-015
	なかなか聞けない リアルな終活のお話	auショップ 大久保店	7/7 (金)	10:00	12:00	50	上履き	江井島	—	—	23-10-013
生き方・キャリア	60代でデビュー！ 大人気YouTuberが 提案する ～日常を明るく 楽しく生きる術～	渡辺 峰代(Mimi) (YouTube チャンネル Mimi's life 管理人)	7/12 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	○	—	23-01-016
						30		朝霧			23-02-018
						40	上履き	大蔵			23-03-020
						40	上履き	衣川			23-04-026
						40	上履き	野々池			23-05-013
						30	上履き	望海			23-06-016
						28		大久保			23-07-013
						50		高丘			23-09-022
						50	上履き	江井島			23-10-014
						40	上履き	魚住			23-11-020
						30	上履き	魚住東			23-12-019
			7/13 (木)	10:00	11:30	48	上履き	大久保 北			23-08-013
						64		二見			23-13-014
	セカンドライフを楽しく 生きる心の持ち方	川原 啓治 (日本アドラー 心理学正会員)	7/26 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	—	—	23-02-019
その他	音楽で元気に!! 生バンドで楽しもう	多々良 正徳 (アンコーラ代表・ 元音楽教諭)	7/5 (水)	13:30	15:30	20	上履き	錦城	—	—	23-01-012

■8月

カテゴリー	講座名	講師名	開催日	開催時間	終了時間	会場定員	持ち物	会場名	オンライン	費用	講座ID
歴史・文化	明石歴史シリーズ② 「明石西国観音巡り 11番～20番」と周辺史跡	井上 茂機 (明石シニアカレッジ 所属「街道街歩き」 グループ代表)	8/2 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	—	—	23-05-015
	ジャズってどうなってるの？	井上 さとみ (ジャズピアニスト)	8/9 (水)	13:30	15:00	30		大久保	—	—	23-07-014
	俳句実践講座① ～俳句の基礎を学ぶ～	今井 豊 (俳人協会会員 いぶき俳句会代表 「藍生」会員)	8/9 (水)	13:30	15:00	64		二見	—	—	23-13-019
	高丘の歴史 ～発掘調査からわかること～	稲原 昭嘉 (明石市文化・ スポーツ室)	8/23 (水)	13:30	15:00	50		高丘	—	—	23-09-016
	俳句をはじめてみよう かなと思っている人の 俳句講座	今井 豊 (俳人協会会員 いぶき俳句会代表 「藍生」会員)	8/30 (水)	10:00	11:30	30	上履き	大久保 北	—	—	23-08-017
	明石の方言	橘 幸男	8/30 (水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	—	—	23-04-022
	世界水紀行～スリランカ編	森本 眞一	8/30 (水)	13:30	15:00	36		大久保	—	—	23-07-015
健康・スポーツ	ツボ刺激で健康に	山崎 博之 (兵庫県鍼灸師会)	8/2 (水)	13:30	15:00	20	上履き	錦城	—	—	23-01-013
	フレイルを防止する食生活について (元気アップ体操教室)	明石市 地域総合支援担当	8/3 (木)	13:30	14:30	30	上靴、水分 タオル	野々池	—	—	23-05-023
	楽しく健活セミナー ～ヨーグルトのひみつ～	㈱明治 食育担当 管理栄養士	8/4 (金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住	—	—	23-11-017
	姿勢改善健康講座③ ～首・肩こり～	中田 哲生 (姿勢調整師)	8/5 (土)	10:00	11:30	25	上履き	大蔵	—	—	23-03-014
	秋の養生 つば講座	井上 優子 (国際中医薬膳師)	8/26 (土)	10:00	11:30	20	上履き	大蔵	—	100	23-03-018
	第1回楽しく学ぶ！ 認知症予防講座 ～認知症の理解～	明治安田生命保険 相互会社 神戸支社 講座担当	8/30 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	—	—	23-02-020
	頭の体操・身体の体操Ⅳ	望月 康恵	8/30 (水)	13:30	15:00	64	運動しやすい 服装、上靴 タオル、水分	二見	—	—	23-13-020
づくりの	知ってびっくり 日本の土木技術	友久 誠司	8/2 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	—	—	23-06-012
科自 学然	明石の海岸 ～人工の浜辺にも生きもの いっぱい～	福島 秀毅 (西日本ハチ研究会)	8/2 (水)	13:30	15:00	50		高丘	—	—	23-09-015
くらし	あなたもいつかは ユーチューバー ～初心者向け動画編集 セミナー～	森 邦和 (ぐっでいテレビ 映像クリエイティブ ラボ)	8/4 (金)	9:30	11:30	15	上履き	江井島	—	—	23-10-017
その他	ライフ・ストーリー・レビュー 入門①	小川 玉樹 (公認心理師) 西海 奈都子 (オカリナ奏者)	8/23 (水)	10:00	11:30	30	上履き	野々池	—	—	23-05-016
	ライフ・ストーリー・レビュー 入門②		8/30 (水)								23-05-017

9月

カテゴリー	講座名	講師名	開催日	開催時間	終了時間	会場定員	持ち物	会場名	オンライン	費用	講座ID
歴史・文化	船上城と高山右近 (9/27と同じ内容)	宮本 博 (神戸史学会会員)	9/6 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	—	—	23-01-014
	船上城と高山右近 (9/6と同じ内容)		9/27 (水)								23-01-015
	明石歴史シリーズ③ 「明石西国観音巡り 21番～33番」と周辺史跡	井上 茂機 (明石シニアカレッジ 所属「街道街歩き」 グループ代表)	9/6 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	—	—	23-05-018
	身近な漢字・日本語	川 こう (漢字教育士)	9/6 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	—	—	23-06-013
	ライトな寄席落語	五月家明石と その仲間	9/6 (水)	13:30	15:00	50		高丘	—	—	23-09-017
	インドネシア・ バリ島の水と暮らし	森本 真一	9/6 (水)	13:30	15:00	64		二見	—	—	23-13-021
	家族で米から造る日本酒の 魅力 ～明石の老舗酒蔵が 酒造りを語る～	西海 太兵衛 (西海酒造㈱ 代表取締役)	9/7 (木)	10:00	11:30	30	上履き	魚住東	—	—	23-12-015
	世界のお話し会② (ネパールの魅力発見！)	ニツチエル サラマ	9/8 (金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住	—	—	23-11-019
	気軽に聴いてみたい オーケストラの話	松井 隆司 (明石フィルハーモニー 管弦楽団指揮者 ・元神戸学院大学教授)	9/30 (土)	10:00	11:30	30		大久保	—	—	23-07-016
健康・スポーツ	元気の秘訣・ 漢方・東洋医学の話	金沢 久美子 (かなざわ薬房・ 漢方薬剤師)	9/1 (金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住	—	—	23-11-018
	姿勢改善健康講座④ ～膝・股関節～	中田 哲生 (姿勢調整師)	9/2 (土)	10:00	11:30	25	上履き	大蔵	—	—	23-03-013
	第2回 楽しく学ぶ！ 認知症予防講座 ～最適な「MYライフ&エン ディング」を考えよう～	明治安田生命保険 相互会社 神戸支社 講座担当	9/6 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	—	—	23-02-021
	ゼロからはじめる登山・ トレッキング講座	堀 祐希 (㈱山旅人代表)	9/8 (金)	10:00	11:30	48	上履き	大久保 北	—	—	23-08-018
	最先端の医療工学 ～観る、 診る、見える～	植村 宗則 (神戸大学大学院 医学研究科)	9/14 (木)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	—	—	23-10-018
	元気アップ体操教室	明石市 地域総合支援担当	9/21 (木)	13:30	14:30	20	運動しやすい 服装、上靴 タオル、水分	野々池	—	—	23-05-024
	ゆっくり自由に体を動かす ニュースポーツを楽しもう	あかし元気アップ・ スポーツ	9/27 (水)	10:00	11:30	30	運動しやすい 服装、上靴 タオル、水分	大久保 北	—	—	23-08-019
	パラスポーツを 体験しよう！	あかし パラスポネット	9/29 (金)	13:30	15:00	24	上履き	衣川	—	—	23-04-025
	秋の養生 つぼ講座	井上 優子 (国際中医薬膳師)	9/30 (土)	14:00	15:30	20	上履き	大蔵	—	100	23-03-019
自然科学	動物園に行きたくなる話	仲尾 有加 (横浜市立野毛山動物 園元飼育員・学芸員)	9/27 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	—	—	23-06-015
	季節の星座 ～中秋の名月～	明石市立 天文科学館	9/27 (水)	13:30	15:00	50		高丘	—	—	23-09-018

■9月(つづき)

カテ ゴリ	講座名	講師名	開催 日	開催 時間	終了 時間	会場 定員	持ち物	会場名	オン ライン	費用	講座 ID
生 き 方 ・ キ ャ リ ア	60代からの学び ～明石の歴史を学びたい！ から 観光ガイドで 伝える側へ～	佐藤 進 (（一社）明石 観光協会 観光ガイド)	9/13 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	○	—	23-01 -017
						30		朝霧			23-02 -022
						40	上履き	大蔵			23-03 -021
						40	上履き	衣川			23-04 -024
						40	上履き	野々池			23-05 -019
						30	上履き	望海			23-06 -017
						28		大久保			23-07 -017
						50		高丘			23-09 -023
						50	上履き	江井島			23-10 -019
						40	上履き	魚住			23-11 -021
						30	上履き	魚住東			23-12 -020
						64		二見			23-13 -017
			9/14 (木)	10:00	11:30	48	上履き	大久保 北			23-08 -014
	社会を変えるボランティア ～「私」発で動く～	松岡 廣路 (神戸大学教授)	9/20 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	○	—	23-01 -019
						30		朝霧			23-02 -012
						40	上履き	大蔵			23-03 -012
						40	上履き	衣川			23-04 -016
						40	上履き	野々池			23-05 -020
						22	上履き	望海			23-06 -014
						26		大久保			23-07 -022
						30	上履き	大久保 北			23-08 -012
						47		高丘			23-09 -025
						50	上履き	江井島			23-10 -012
						39	上履き	魚住			23-11 -023
						30	上履き	魚住東			23-12 -022
						64		二見			23-13 -016

■9月(つづき)

カテゴリー	講座名	講師名	開催日	開催時間	終了時間	会場定員	持ち物	会場名	オンライン	費用	講座ID
キヤリア・ア	「奥の細道」歩き旅 620km	藤本 明生 (土地家屋調査士、一級建築士)	9/27 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	—	—	23-05-021
	オレンジサポーター養成講座	ふたみ 総合支援センター	9/27 (水)	13:30	15:00	64		二見	—	—	23-13-018
その他	映画制作の舞台裏 ～制作現場から～	川東 敏幸 (オフィスイーストジャパン・スタジオグリタ 統括・映画監督)	9/6 (水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	—	—	23-04-023
	明石を演劇のまにに ～朗読劇を体験～	はせなか りえ (明石の小劇場「町劇Akashi」主宰)	9/6 (水)	13:30	15:00	20	上履き	魚住東	—	—	23-12-014
	俳句をはじめてみようかなと 思っている人の俳句講座	今井 豊	9/27 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	—	—	23-02-023

オンライン講座【再公開】

●2022年度に開催したオンライン講座の動画を再公開します。

●あかねカレッジHPの「[受講生ページ](#)」にて公開中です。

●視聴時間は約1時間半です。

※詳細は、各コミセンまでお問い合わせください。

講座名	講師名	講座ID
明石の海 ～ウミガメが産卵できる砂浜に～	大鹿 達弥 (マリニピア神戸さかなの学校 校長)	23-00-002
アクティブシニアの健康づくり	山口 康雄 (流通科学大学特任教授)	23-00-003
共に人生を生きる ～認知症になっても笑顔で暮らせるまちづくり～	吉田 正巳 (加古川認知症の人と家族、サーポーターの会)	23-00-004
福祉ってなあに？ ～コロナ禍の実践現場から考える～	小林 洋司 (日本福祉大学准教授)	23-00-005
フレイルってなあに？ ～明日も元気な心と体を目指して～	明石市地域共生社会室 地域総合支援担当	23-00-006
おもちゃがつなぐ心と心 ～「ありがとう」が診療代～	由富 米久 (みきおもちゃ病院、おもちゃドクター)	23-00-007
生涯学習の可能性について 【録画放映】	久隆 浩 (近畿大学教授)	23-00-008
明石城と城下町	宮本 博 (神戸史学会会員)	23-00-009
学びに遅すぎることはない ～69歳の高校デビュー～	坂東 信子 (美容院経営)	23-00-010
新しいアジアの時代	太田 和宏 (神戸大学教授)	23-00-011
参画と協働の時代における地域活動とボランティア	浅見 真一 (FPMファシリテーション・フォー・パフォーマンス・アンド・メンテナンス・ファンクションズ代表)	23-00-012
いつからでも新しいことは始められる ～ほぼ寝たきり80代じーさんが見つけた毎日の楽しい暮らし～	G3sewing (じーさんソーイング)	23-00-013
尊重される共生社会 ～明石市における取り組み～	明石市人権推進課	23-00-014
持続可能な社会づくりと高齢者	松岡 廣路 (神戸大学教授)	23-00-015
あなたはなんにでもなれる！ ～人生後半戦をもっと面白くする方法～	原田 明 (住民代理店BOB)	23-00-016
民謡の歴史と兵庫の民謡	中岡 順子 (財)日本民謡協会教授、県伝承芸能協会理事	23-00-017

■ 中学校コミュニティ・センター

※月曜日・祝日は休館。受付時間は 9:00～17:00

会場(コミセン)名	住所	TEL
錦城コミュニティ・センター(錦城中学校内)	上ノ丸 3 丁目 1-11	918-1612
朝霧コミュニティ・センター(朝霧中学校内)	大蔵谷奥 4-1	913-0633
大蔵コミュニティ・センター(大蔵中学校内)	西朝霧丘 4-7	912-3620
衣川コミュニティ・センター	田町 2 丁目 1-18	922-4700
野々池コミュニティ・センター(野々池中学校内)	沢野 1 丁目 3-1	929-0355
望海コミュニティ・センター(望海中学校内)	西明石南町 1 丁目 1-33	923-1439
大久保コミュニティ・センター	大久保町大久保町 244-3	936-0879
大久保北コミュニティ・センター(大久保北中学校内)	大久保町大窪 2030	935-3588
高丘コミュニティ・センター(高丘中央集会所)	大久保町高丘 3 丁目 3	935-5325
江井島コミュニティ・センター(江井島中学校内)	大久保町西島 680-5	947-0073
魚住コミュニティ・センター(魚住中学校内)	魚住町清水 364	943-0303
魚住東コミュニティ・センター(魚住東中学校内)	魚住町金ヶ崎 1687-14	947-0199
二見コミュニティ・センター(西部文化会館)	二見町西二見 597-2	943-6741

※コミセンには駐車スペースがありません。公共交通機関をご利用ください。

なお、お身体の不自由な方については、各コミセンにご相談ください。

▶お問い合わせは、【お近くのコミセン】または【あかねカレッジコーディネートセンター】まで。

【あかねカレッジコーディネートセンター】

〒673-0886 明石市東仲ノ町 6-1 アスピア明石北館9階

TEL 918-5415 FAX 918-5416 ※土日・祝日は休館。受付時間は 9:00～17:00