まなびをサポート！

あかねカレッジ コーディネートセンター

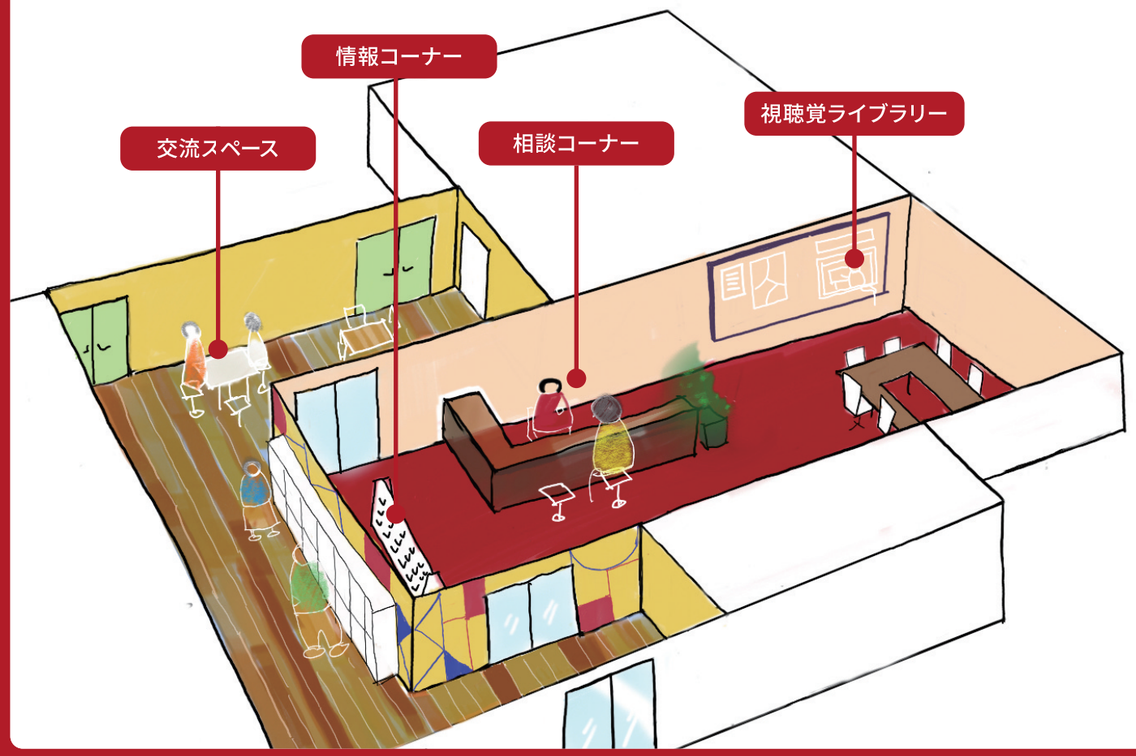
あかねカレッジコーディネートセンターは、市内の60歳以上の方を対象に、学びやサークル等の活動について相談することができる場です。

カレッジでどのような学びができるの？

自分に合った学びの場は？

活動する場を見つけたい

など、さまざまな相談にコーディネーターが応じます。
カレッジ修了後の新たな活動先が見つかるかも。



センターの機能

▶ 情報コーナー
市内で利用できる活動場所やイベント情報、各サークルの紹介や助成金の情報など･･･様々な活動に関する情報が多数

▶ 相談コーナー
カレッジでの学習に関する相談、サークルの立ち上げや運営に関する相談、ボランティア活動に関する相談など

▶ コーディネート
各種サークル、グループの紹介や講師紹介など

▶ 視聴覚ライブラリー
過去に開催されたオンライン講座を視聴できます

▶ 交流スペース
学生同士で交流できるスペース

▶ あかねカレッジ登録制度
あかねカレッジをきっかけに出会いや学び、活動の輪を広げることを目的とした登録制度
在籍生や修了生によるグループで登録いただけます

問い合わせ先 **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　開館時間：9時～17時　休館日：土・日・祝日
TEL 078-918-5415　https://akane-college.jp　あかねカレッジ　検索
あかねカレッジ ホームページ

60歳からのおとなのまなび

あかねカレッジ
Akane College

学んで、生きる
学んで、活かす

2024年度 入学案内

Akane College

あかねカレッジ
Akane College

あかねカレッジは、60歳以上の明石市民が
だれでも入学できる、開かれたまなびの場所です。

わくわくするまなび、仲間との出会い、広がる視野、
新しい人生のきっかけがあなたを待っています。

数多くの講座から自由選択できる「ライトコース」
特定のテーマを1年かけて広く学ぶ「科目別コース」
まなびの活かしかたを学ぶ「地域de活かすコース」

学びたいスタイルにあわせて、
3つのコースから選択できます。

あなたの「学びたい」を叶えて、
楽しい毎日をはじめませんか。

あかねカレッジ
ホームページ

あかねカレッジの選べる3つのコース

対象 60歳以上の明石市民　学習期間 1年間

入学手続きに関しては、別紙「入学手続きについて」をご覧ください。

受講生の心得

1. 好奇心をもって楽しく学びます
2. 受講生同士で交流を深めます
3. お互いに他者を尊重し学び合います
4. 講座の準備や片付けはみんなで協力します
5. 学んだことを、日常の暮らしに活かします

まなびが見つかる
ライトコース

ライトコースは300以上の講座から、自分の興味や関心に合わせて、好きな講座を、好きなときに、好きなだけ受けることができます。

まなびが広がる
科目別コース

科目別コースは、10学科からお好きな学科を1つ選んで1年をかけじっくり学ぶことができます。

まなびが活きる
地域de活かすコース

調べ学習や実践活動を通じて、地域の魅力や課題を探り、個人やグループで地域との関わり方や学びの活かし方を深めていきます。

まなびが見つかる

ライトコース

申込期間
2024 3/1〜
2024 12/22

自分の興味や関心に合わせて、好きな講座を、好きなときに、好きなだけ受けることができるライトコース。受講可能な講座は300以上。市内13の中学校コミュニティ・センター（コミセン）や自宅からのオンラインで受講します。

ライトコースの基本情報

日時　**いつでも・好きな時間に**　各講座の開講される日時に合わせて受講してください。

定員　**なし**　※入学に定員はありませんが、講座ごとに定員が設定されています。　※ライトコースは何度でも入学可能です。

場所　**①市内の13中学校コミュニティ・センター**
錦城、朝霧、大蔵、衣川、野々池、望海、大久保、大久保北、高丘、江井島、魚住東、魚住、二見の各コミセン

②自宅でのオンライン受講
講座によっては自宅でのオンライン受講（Youtube）も可能です。

費用　**学習資料代：1,000円**　※学習資料代は返金できません。　※他に、講座によって実習費などが必要となる場合があります。

こんな方にオススメ！

- 空いた時間に学びたい！
- 第２のキャリアを考えたい！
- 興味のあるテーマを見つけたい！
- 仲間・友達を作りたい！

◎ライトコースは「科目別コース」「地域de活かすコース」と同時受講ができます。

講座例

ものづくりや健康、スポーツ、歴史、時事・社会など様々なジャンルから多彩な講座が開催されます。その数、なんと300以上！

- 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〜
- 元気アップ体操教室
- 誰でも簡単に始められる！エンディングノート書き方講座
- 皿池の草花を楽しむ（春編）
- 絵手紙でごあいさつ
- ジャズ＆昭和歌謡
- これからのAIについて〜暮らしの中でどのような役割をするの？〜
- 歩き方で変わる！体も人生も！見た目年齢マイナス５歳をめざそう

受講イメージ

オリエンテーションを受講　各講座の申込み方法や受講方法を学びます。　受講必須！

↓

講座一覧から受けたい講座に申し込みをして受講！
講座一覧は３ヶ月毎に発行。
市内13か所の中学校コミセンで開催される300以上の講座から自由に好きなだけ講座を受けることができます。

↓

次の学びに出会うためのふり返り会を受講　受講必須！

受講生の声

- 仕事でコミセンに行けないけど、オンライン受講のおかげで自分の都合に合わせて学べました！
- ライトコースを受けた後、図書館や講座で学んだ場所に行ってみる機会が増えました！
- いろんなコミセンで受講して、幼馴染や新しい人との交流など、出会いも楽しめました！

まなびが広がる

科目別コース

申込期間
2024 3/1〜
2024 3/15

10の学科からお好きな学科を1つ選んで、1年かけてじっくり学ぶ科目別コース。テーマの基礎的な内容から、グループで活動したり実際に体験してみたり、仲間と一緒に学びを広げていきます。

科目別コースの基本情報

開講日　隔週月曜日（※月曜が祝日の場合は翌火曜日）・隔週木曜日
月曜日午前　ボイス / アンサンブル / あかし自然環境学 / 健康・スポーツ / 広報・デザイン / ものづくり
月曜日午後　あかし地域学 / サイエンス
木曜日午前　花づくり / 野菜づくり
※学科によって曜日の変更の可能性があります。
※年間3回、共通講座としてオンライン受講があります。自宅もしくは、後日コーディネートセンターで受講可。

定員　あり　※学科ごとに定員が設定されています。詳細は次のページを確認ください。
※定員を超えた場合は、抽選が行われます。
※科目別コースは、通算して「3回」まで入学可能です。同じ学科を受けることはできません。

場所　ウィズあかし（アスピア明石北館）（明石市東仲ノ町6番1号アスピア明石北館7〜8階）
※花づくり学科は「花と緑の学習園」（明石市小久保1丁目）、野菜づくり学科は「野々上圃場」（明石市野々上2丁目4-2）が主な受講場所になります。

費用　学習資料代：10,000円　※学習資料代は返金できません。※他に、実習費などが必要となる場合があります。特にアンサンブル学科・ものづくり学科では楽器や工具の購入費などが別途必要になります。

こんな方にオススメ！

- 好きなテーマを深めたい
- 共通の趣味がある仲間・友達を作りたい
- 新しいスキルを身に着けたい
- 興味のあるテーマにチャレンジしてみたい

◎科目別コースは「ライトコース」と同時受講ができます。×「地域de活かすコース」とは同時受講ができません。

選べる10の学科

- ボイス学科
- アンサンブル学科
- 花づくり学科
- 野菜づくり学科
- あかし地域学科
- あかし自然環境学科
- 健康・スポーツ学科
- 広報・デザイン学科
- サイエンス学科
- ものづくり学科

講座日当日の流れの例

当番制で受付・教室の準備を行います。※花づくり学科、野菜づくり学科は授業内容や苗の生育状況により、曜日・時間の変更があります。また、講座日とは別に管理当番（水やり等）があります。

1日の流れ（午前開催の場合）

- 9:15〜　当番で受付等の準備
- 9:30　各教室にて受付
  出席簿の記入／資料の受け取り
- 9:45　連絡
- 10:00　講座開始
- 12:00　講座終了・後片付け

受講生の声

講座を受けることで明石についてもっと知りたいと思うようになり、図書館を利用するなどして自身でも調べています。

講座受講をきっかけに、健康についてより考えるようになりました。今では意識して歩くようにしています。

同じ学科内で、趣味が同じであることがきっかけで話が弾み、サークルに誘ってもらうなど交流の輪が広がりました。

学科紹介

まなびが広がる **科目別コース**

ボイス学科

定員 30 名

発声しよう・歌を歌おう

年齢を重ねるごとに、声がかすれる・声量がおちてくる等の身体の変化が生じてきます。身体を意識した発声練習・歌を通して、より良い姿勢や健康を身につけ、正しい発声法を学びましょう。講座受講と毎日の積み重ねで、イキイキした声と身体を取り戻してみませんか。

予定講座内容

- 腹式呼吸の正しい方法
- 鼻腔共鳴と表情筋のしくみを学ぼう
- 発音を明瞭にする方法を学ぼう
- 高音を楽に出す発声法を学ぼう

詳細はコチラ！

アンサンブル学科

定員 20 名

楽器を楽しく奏でよう

はじめての楽器や久しぶりの楽器を「奏でたい」想い、眠っていませんか？アルトリコーダーを導入楽器として演奏し、その後いろいろな楽器にふれてみます。楽譜の読み方やリズムの取り方など、アンサンブルに必要な基礎知識が学べます。アンサンブルの楽しさをみつけませんか。

予定講座内容

- 楽譜の読み方を学ぼう
- アルトリコーダーを演奏しよう
- いろいろな楽器を体験しよう
- いろいろな楽器で合奏しよう
- 演奏会を体験してみよう

詳細はコチラ！

花づくり学科

定員 20 名

基礎からの花壇づくりに挑戦しよう

美しい花は心を和ませてくれます。花を育てるにはお世話が重要です。園芸の基礎（土づくり・種まき・苗管理・水やりを含む花壇管理）を学び地域や家庭に花のある暮らしを実現させましょう。花壇づくりに仲間と取り組み、花づくりの楽しさを味わいましょう。

予定講座内容

- 種蒔きからの育苗を学ぼう
- 花壇に花を植えてみよう
- 水やり、花がら摘みを学んで花壇を管理しよう
- 花壇デザインをしてみよう

詳細はコチラ！

野菜づくり学科

定員 20 名

始めよう　おいしい野菜づくり

自分で野菜を育てると愛着がわき、食する時の感動も興味も増します。あかねカレッジの学習園で基礎からの野菜づくりにチャレンジしましょう。種や苗から作物を育てることで収穫の喜びを実感できます。水やりや草ぬきなど畝の管理も含めて基礎から学び、おいしい野菜を育ててみましょう。

予定講座内容

- 種や苗を植えて野菜を育てよう
- 水やりや防虫を学んで畑を管理しよう
- 様々な野菜の育て方の違いを知ろう
- 収穫の喜びを味わおう

詳細はコチラ！

あかし地域学科

定員 30 名

深掘り！あかし　見て、歩いて、考えて

明石市は海と陸の交通の交わるところです。古くから多様な産業も発達していました。それは、気候に恵まれ、特有の地形があったからです。
明石の土地の特徴・歴史を関連付けて学び、わがまち明石の新たな魅力を探りましょう。

予定講座内容

- 明石の地形の特徴を知ろう
- 明石の歴史の流れを学ぼう
- フィールドワークで観察しよう
- 明石ゆかりの人物を知ろう

詳細はコチラ！

あかし自然環境学科

定員 20 名

再発見！あかしの自然の魅力を探る！

一年間の前半は、明石の自然について、河川・海・海辺の植物など様々な角度から学んでいきます。後半は、まちなかのフィールドワークを行いながら、あかしの自然の『めぐみ』と『リスク』を共有するマップを作成し、地域の景観や防災の視点も含め、都市における自然の意義を再発見していきましょう。

予定講座内容

- 豊かな海ってなんだろう？
- 兵庫の生き物～生きもの研究の今昔～
- 明石の海辺の植物を楽しもう
- 神社と伝承から明石の自然環境を見つめなおそう
- 自然の「めぐみ」と「リスク」を共有するマップづくり

詳細はコチラ！

健康・スポーツ学科

定員 30 名

さぁ始めよう！体と生活を変える一年間！

人生100年時代において、健康的な運動習慣を身につけることはますます大切になっています。講座のなかで様々な健康づくりやフィットネスを学び、実技を体験することで、運動やスポーツの新たな魅力に触れるとともに、各自のライフスタイルに合ったアクティブ・エイジングを探っていきましょう。

予定講座内容

- 体力測定をして自分の目標をたてよう
- ノルディック・ウォークを体験しよう
- 健康的な食生活でフレイル予防！
- マスターズ・スポーツの魅力に触れよう
- エースボールを体験しよう

詳細はコチラ！

広報・デザイン学科

定員 15 名

まちの情報を集めて魅力的に伝えよう

誰かに何かを伝えるために大事なスキルを組み合わせながら学びます。そのために、身のまわりの情報を調べたり、実際に作ってみたり、広報のしくみを座学だけでなく、実践的に取り組みます。伝えるために必要となる「考え方・視点・コツ」などを体感しながらスキルアップしましょう。

予定講座内容

- デザイン、編集、写真の基礎を学ぼう
- 「伝える・伝わる」を体感しよう
- 地域の情報を調査してみよう
- コピーや文章のコツを知ろう
- レンズ越しのコミュニケーションを学び合おう

詳細はコチラ！

サイエンス学科

定員 20 名

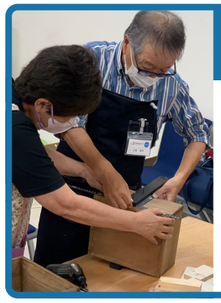
身近な科学を楽しく学ぼう

私たちの身の回りにはたくさんの科学技術が使われています。天文学・気象学・生物学・工学など「科学」を様々な角度から楽しく学んでいきましょう。また、現代社会のキーワードである「持続可能な開発」についても一緒に考えていきましょう。

予定講座内容

- 天文科学館と明石高専を見学しよう
- 宇宙人を探して
- 一杯の水でわかる生物分布・環境DNA調査
- 天気予報・気象観測の最前線を知ろう
- 大人の自由研究

詳細はコチラ！



ものづくり学科

定員 15 名

はじめての木工DIYにチャレンジ

工具の使い方から、やすりがけや塗装など、木工ＤＩＹに必要な基礎知識・技術をじっくり学びます。カット済み木材を用いて、家庭で使える５作品を製作予定です。木工作品を作る喜びや使う楽しみを知り、木のぬくもりや手づくり作品の良さを感じる生活をしてみませんか。

予定講座内容

- ミニ電動ドリルの使い方を知ろう
- 木材を磨いて、色を塗ろう
- ホームセンターの活用法を学ぼう
- 端材を工夫し活用してみよう

詳細はコチラ！

まなびが活きる

地域de活かすコース

申込期間
2024 3/1〜
2024 3/15

あなたがこれまで学んだ知識や、キャリアで培ったスキルを、地域での活動に活かしていくことを探る地域de活かすコース。調べ学習や実践活動を通じて、地域の魅力や課題を探り、個人やグループで地域との関わり方や学びの活かし方を深めていきます。

地域de活かすコースの基本情報

日時　隔週月曜日・年間17日程度（※月曜が祝日の場合は翌火曜日）
※年間３回、共通講座としてオンライン受講があります。自宅もしくは、後日コーディネートセンターで受講可。
※上記の学習日とは別に、調べ学習や実践活動などのフィールドワークがあります。

定員　25名 ※定員を超えた場合は、抽選が行われます。

場所　ウィズあかし（アスピア明石北館）（明石市東仲ノ町６番１号アスピア明石北館７〜８階）

費用　学習資料代：10,000円 ※学習資料代は返金できません。

こんな方にオススメ！

- 地域に関わりたい
- 活動の場を見つけたい
- 活動を通じた仲間を作りたい
- 地域の魅力を高めたい

◎地域de活かすコースは「ライトコース」と同時受講ができます。　×「科目別コース」とは同時受講ができません。

受講イメージ

年間を通じて、自分の活かしたいことと活かせる機会を様々な形で探っていきます。

	講座内容例
自分自身と地域を知る	自分自身を振り返ってみよう！／自分とまちの未来予想図／「やってみたいこと」を実現するための見学会／フィールドへ出かけよう／など
活かし方を考え、試す	まちで「やってみたいこと」を実現している人に聞いてみよう／地域で楽しく活動するためのコミュニケーションを学ぼう／活動の企画・準備をしよう／など
今後に向けてまとめる	実践活動を振り返ってみよう／私がこれから地域de生き生き楽しく活躍していくための“マイプラン”づくり／これからに向けてのまとめ／など

詳細はコチラ！

講座日当日の流れの例

1日の流れ

12:45　当番で受付等の準備
13:00　教室にて受付
13:15　連絡
13:30　講座開始
15:30　講座終了・後片付け

コースを受講すると…

- 地域の課題に向き合い考えることで、自分の地域がより大切なものに。
- 自分の経験してきたことや学んだことを、誰かのために活かせるように。
- お互いにやりたいことを話し合ったり聞き合ったりすることで、ともに活動しようとする仲間づくりに。