

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。

4月16日(火) 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♪

ライトコースで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単位受講 ② 10単位受講

- ♪受講講座数に「オリエンテーション」への参加は含みません。
- ♪受講講座数が5単位、10単位に達した方は、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。

■5月

カテゴリ	講座名	講師名	開催日	開始時刻	終了時刻	会場定員	持ち物	会場名	オンライン	費用	講座ID
時事・社会	国際情勢の今	岡部 芳彦 (神戸学院大学教授)	5月15日(水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	○	-	24-01-005
						30		朝霧	○	-	24-02-001
						40		大蔵	○	-	24-03-004
						40	上履き	衣川	○	-	24-04-004
						40	上履き	野々池	○	-	24-05-009
						30	上履き	望海	○	-	24-06-003
						36		大久保	○	-	24-07-006
						48	上履き	大久保北	○	-	24-08-006
						60		高丘	○	-	24-09-004
						50	上履き	江井島	○	-	24-10-004
						40	上履き	魚住	○	-	24-11-009
						30	上履き	魚住東	○	-	24-12-009
						50		二見	○	-	24-13-005
歴史・文化	シリーズ明石城再発見 「明石城の石垣を探る」	宮本博 (神戸史学会会員)	5月22日(水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	-	-	24-01-002
	海峡～せきい丸の遭難～	岩澤 泰宏 (明石の歴史を探る会)	5月11日(土)	10:00	11:30	40		大蔵		-	24-03-003
	大久保北の歴史を学ぶⅠ ～今年のフィールドワークについて学ぼう～	井上 茂機 (明石シニアカレッジ)	5月30日(木)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北		-	24-08-005
歴史・文化	金ヶ崎・西脇の歴史	吉川 悟 (ハリテージ明石)	5月22日(水)	13:30	15:00	60		高丘		-	24-09-008
	うおずみ歴史講座 「源氏物語～紫式部の生涯～」	高堀 枝裕二 (歴史家)	5月22日(水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東		-	24-12-001

■5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
歴史・文化	明石で体感する外国文化 ～日本語で大丈夫！外国人と話してみよう編～	NPO法人多文化センターまんまるあかし	5月8日(水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	○	-	24-01-007
						30		朝霧	○	-	24-02-003
						40		大蔵	○	-	24-03-002
						40	上履き	衣川	○	-	24-04-003
						40	上履き	野々池	○	-	24-05-004
						30	上履き	望海	○	-	24-06-009
						36		大久保	○	-	24-07-005
						60		高丘	○	-	24-09-003
						50	上履き	江井島	○	-	24-10-009
						40	上履き	魚住	○	-	24-11-011
						30	上履き	魚住東	○	-	24-12-011
						50		二見	○	-	24-13-011
						5月9日(木)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北
	兵庫の詩人たち シリーズ② 竹中郁とその時代～親友「小磯良平」とのかかわり～	福田 知子	5月22日(水)	13:30	15:00	50		二見		-	24-13-006
健康・スポーツ	あなたの心と身体の健康づくり ～フレイルチェックとコグニサイズ～	西澤 美加 (保健師)	5月22日(水)	13:30	15:00	30		朝霧		-	24-02-008
	ニュースポーツを楽しもう ～エースボールとバタンク～	嶽肩 純一 (元気アップ・スポーツ)	5月29日(水)	13:30	15:00	30	上靴、運動しやすい服装、タオル、飲み物	朝霧		-	24-02-009
	姿勢改善健康講座1 ～姿勢のおはなし～	中田 哲生 (姿勢調整師)	5月2日(木)	10:00	11:30	20		大蔵		-	24-03-001
	元気アップ体操教室	明石市 地域総合支援担当	5月9日(木)	13:30	14:30	25	動きやすい服装・上履き、水分補給用飲料水	野々池		-	24-05-005
			5月23日(木)			25			-	24-05-006	
	筋力トレーニングと若返り体操 プラス美しい歩き方指導 ～10歳若返りをめざして～	杉原 諭志 (明石市地域共生社会室あかし保健所委託理学療法士)	5月29日(水)	13:30	15:00	20	上履き	望海		-	24-06-006
	ACE(エース)ボールしてみよう	吉川 義樹 (明石市スポーツ推進委員会)	5月18日(土)	10:00	11:30	20	動きやすい服装・上履き	高丘		-	24-09-007
	座って踊って 健康ダンス	西尾 弘子 (ダンシングチームKIRARA代表)	5月10日(金)	10:00	11:30	30	飲み物・タオル・上靴・動きやすい服装	江井島		-	24-10-003
	人生100年時代 ～足元トレーニング・体幹トレーニング～	古賀田 万典	5月30日(木)	10:00	11:30	30	飲み物・タオル・上靴・動きやすい服装	江井島		-	24-10-006
	梅雨や夏を過ごしやすくする薬膳・つぼ講座	井上優子 (国際中医薬膳師)	5月29日(水)	13:30	15:00	35	フェイスタオル、上履き	魚住		-	24-11-006
ものづくり	ハタがいい、ハタがいい ～絵手紙入門講座～	岸本 まゆみ (日本絵手紙協会公認講師)	5月29日(水)	13:30	15:00	10	野菜1つ(ピーマン・パプリカ・きゅうり・断面が見えるかぼちゃ)	錦城		300	24-01-003
	鉄道の歴史	長江豊、清水圭三	5月31日(金)	10:00	11:30	40		大久保		-	24-07-008
くらし	おいしい野菜作りの基礎を学ぼう ～野菜作りは土づくりから～	間島 朗 (1級造園施工管理技士)	5月1日(水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城		-	24-01-001
	金融トラブルに巻き込まれないために ～特殊詐欺の手口と対策～	財務省近畿財務局	5月10日(金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住		-	24-11-005

■5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
自然科学	高専の人工衛星KOSEN-Xの話	梶村 好宏 (明石工業高等専門学校電気情報工学科教授)	5月29日(水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川		-	24-04-005
	野々池の草木を楽しもう(春)	高野 哲司 (野草の世界を楽しむ会代表)	5月22日(水)	10:00	11:30	20	水筒(水分補給用)、あれば虫眼鏡、手を消毒できるウェットティッシュなど	野々池		-	24-05-010
	皿池と大久保駅周辺の草花を楽しもう(春編)	高野 哲司 (NACS-J自然観察指導員)	5月24日(金)	10:00	11:30	30		大久保		-	24-07-007
	大池の草花を楽しむ(春編)	高野 哲司 (野草の世界を楽しむ会代表)	5月17日(金)	10:00	11:30	20	飲み物・虫メガネ(お持ちの方)	江井島		-	24-10-005
	春の草花を楽しむin御厨神社	高野 哲司 (自然観察指導員)	5月29日(水)	10:00	12:00	30	動きやすい服装、飲み物、虫めがね(お持ちの方)、帽子	二見		-	24-13-007
生き方・キャリア	アドラー心理学に学ぶポジティブ脳の作り方	川原 啓治 (日本アドラー心理学会正会員コーチングオフィースWith代表)	5月29日(水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池		-	24-05-012
	はじめての地域活動講座～地域活動ってどんなもの?～	明石市社会福祉協議会地域総合支援センター本部	5月22日(水)	13:30	15:00	30	上履き	望海		-	24-06-005
	出会い、ふれあい、語り合い Part II	黒崎 輝美 (健康生きがいづくりアドバイザー)	5月22日(水)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北		-	24-08-003
その他	明石を演劇のまちに～朗読劇を体験～	劇団「ソラシード」 (はせなかりえ・妻鹿達也) /明石の小劇場「町劇Akashi」	5月29日(水)	13:30	15:00	20	上履き	魚住東		-	24-12-002

■6月

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
歴史・文化	七夕飾りに願いを込めて	吉川 義樹 (NPO法人兵庫県レクリエーション協会常務理事)	6月26日(水)	13:30	15:00	20	はさみ	朝霧		-	24-02-011
	あずき色の涙～特攻兵器「回天」～	岩澤 泰宏 (明石の歴史を語る会)	6月22日(土)	10:00	11:30	40		大蔵		-	24-03-007
	童謡・唱歌を巡る旅	田村義一(お話と演奏) 藤井恭子(歌) 三宅恭子(ピアノ)	6月12日(水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川		-	24-04-007
	大久保北の歴史を学ぶI② ～フィールドワーク高丘古窯跡群～	井上 茂機 (明石シニアカレッジ)	6月5日(水)	10:00	12:00	20	歩きやすい服装・水分・汗拭きタオル	大久保北		-	24-08-008
			6月14日(金)	10:00	12:00	20				-	24-08-010
	明石で体感する外国文化～メキシコの文化を体験! 食べて知る編～	NPO法人多文化センターまんまるあかし	6月5日(水)	10:00	12:00	12	エプロン、三角巾、食器用布巾	錦城		500	24-01-008
			6月15日(土)	9:30	12:30	16	三角巾・エプロン・お箸・ふきん(3枚)・上履き	高丘		500	24-09-005
古文書に挑戦!～「明石藩日記」を読み解こう～	義根益美 (明石市立文化博物館職員)	6月28日(金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住		-	24-11-008	
健康・スポーツ	ゼロから始める登山実践講座～いくつかのついでにも歩く旅を!～	堀 祐希 (株式会社 山旅人)	6月26日(水)	13:30	15:30	28	上履き	錦城		-	24-01-004
	姿勢改善健康講座2～腰・猫背～	中田 哲生 (姿勢調整師)	6月6日(木)	10:00	11:30	20		大蔵		-	24-03-005
	元気アップ体操教室	明石市 地域総合支援担当	6月13日(木)	13:30	14:30	25	動きやすい服装・上履き、水分補給用飲料水	野々池		-	24-05-007
			6月27日(木)			25				-	24-05-008
	「睡眠」と「健康」の知恵袋	明治安田生命保険相互会社神戸支店	6月14日(金)	13:30	15:00	30	上履き	望海		-	24-06-008
	脳を知る、脳を守る、脳と生きる～健康長寿を獲得するために～	大西 英之 (大西脳神経外科病院会長・理事長)	6月5日(水)	13:30	15:00	40		大久保		-	24-07-010
	ゼロから始める登山・ハイキング講座2024Ver.	堀 祐希 (株式会社 山旅人)	6月12日(水)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北		-	24-08-009

■6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
健康・スポーツ	ゼロからはじめる山登り講座 ～いくつになっても歩く旅を～ ステップアップ講座	株式会社 山旅人	6月11日(火)	13:30	15:00	50		二見		-	24-13-008
	薬と健康食品の豆知識	岡本 正志 (神戸学院大学教授)	6月19日(水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	○	-	24-01-006
						40		大蔵	○	-	24-03-006
						30		朝霧	○	-	24-02-002
						40	上履き	衣川	○	-	24-04-008
						40	上履き	野々池	○	-	24-05-013
						30	上履き	望海	○	-	24-06-004
						36		大久保	○	-	24-07-011
						48	上履き	大久保北	○	-	24-08-007
						60		高丘	○	-	24-09-006
						50	上履き	江井島	○	-	24-10-008
						40	上履き	魚住	○	-	24-11-010
						30	上履き	魚住東	○	-	24-12-010
						50		二見	○	-	24-13-009
暮らし	事例で学ぶ遺言書講座	島瀬 靖弘 (行政書士)	6月26日(水)	13:30	15:00	20	上履き	衣川		-	24-04-009
	知っておこう！介護保険	西明石 総合支援センター	6月12日(水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池		-	24-05-014
	金融最前線 “認知症への新しいアプローチ”	三井住友信託銀行 (株) 財務コンサルタント	6月14日(金)	10:00	11:30	50	上履き	江井島		-	24-10-007
	快適な格安旅行術	鈴木俊章 (旅程管理主任者)	6月14日(金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住		-	24-11-007
	植物・野菜のワンポイントアドバイス	間島 朗 (1級造園施工管理士)	6月26日(水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東		-	24-12-004
ものづくり	出版という世界 ～本づくりのあれこれから、忘れがたい人との 出会いまで～	増田 ゆきみ (㈱ペンコム代表)	6月5日(水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川		-	24-04-006
	暮らしに役立つAI(人工知能)	梶村 好宏 (明石工業高等専門学校電気情報工学科教授)	6月4日(火)	10:00	11:30	40		大久保		-	24-07-009
	ちょっといい写真の撮り方 ～実践編～	森 邦和 (BCヘルツぐっでいテレビ事務局代表)	6月5日(水)	13:30	15:00	20	上履き	魚住東		-	24-12-003
生き方・キャリア	～アドラー心理学に学ぶ～ 怒りよ、さようなら (アンガーマネジメント)	川原 啓治 (日本アドラー心理学会正会員)	6月5日(水)	13:30	15:00	30		朝霧		-	24-02-010
	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」	三井住友信託銀行 (株)明石支店 財務コンサルタント	6月5日(水)	13:30	15:00	30	上履き	望海		-	24-06-007
	笑顔でいきいき	河本 栄味子 (トータルマナー研究所所長)	6月5日(水)	13:30	15:00	60		高丘		-	24-09-009
	暮らしの中の防災・減災 ～歳を重ねた方々の個別避難計画～	三宅 一代 (兵庫県立大学看護学部准教授)	6月22日(土)	10:00	11:30	60		高丘		-	24-09-010
その他	サクソとトロンボーン(予定) 演奏とトーク	平山 賢次 (シャローム)	6月26日(水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池		-	24-05-015
	小さな音楽会♪～季節の歌～	ムジカライゼ	6月26日(水)	13:30	15:00	50		二見		-	24-13-010