

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。
- 「★オンライン受講可」の講座は、オンラインでもコミセンでも受講して頂けます。
- 今年度の新規受付最終日は12月22日(日)です。






12月17日(火) 9時～
申し込み受付開始
※先着順

※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。






♪ 学び方がひと目でわかる学び方のアイコン ♪

開催講座一覧には、講座の学び方のアイコンが記載されています！
是非、講座を選ぶ時の参考にしてくださいね！

 聞いて学ぶ
  人と話せる
  実技がある
  外に出て学ぶ
  明石について学べる

-  聞いて学ぶ・・・座学中心の学び
-  人と話せる・・・受講生同士が交流する機会がある学び
-  実技がある・・・実際に体験できる学び
-  外に出て学ぶ・・・屋外の学び
-  明石について学べる・・・明石についての学び

■ 1月

アイコン説明:  聞いて学ぶ  人と話せる  実技がある  外に出て学ぶ  明石について学べる

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	講座ID	学び方カテゴリ					
															
歴史・文化	まち歩きマップ～金ヶ崎・西脇を楽しもう～	吉川 悟 (ハリテージ明石)	1/9 (木)	9:30	11:00	40		大蔵	24-03-036	●					●
	イギリスって、おもしろい～地理・歴史・観光編～	長谷川 宏 (全国通訳案内士、元高校英語教員)	1/11 (土)	10:00	11:30	40		大久保	24-07-034	●	●				
	まち歩きマップ～清水東を楽しもう～	吉川 悟 (ハリテージ明石)	1/16 (木)	9:30	11:00	40		大蔵	24-03-038	●					●
	京都の名園散歩①	間島 朗 (1級造園施工管理技士)	1/17 (金)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	24-10-035	●					
	民話にであって	栗野 勝介	1/21 (火)	13:30	15:00	40	上履き	魚住	24-11-038	●					●
	明石の観光	広報プロモーション室 シティセールス課	1/22 (水)	13:30	15:00	25		朝霧	24-02-040	●					●
	鉄道の歴史	チーム/ ふるさと27	1/22 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	24-12-034	●					
	まち歩きマップ シリーズ①～二見を楽しもう(後編)～	吉川 悟 (ハリテージ明石)	1/22 (水)	13:30	15:00	50		二見	24-13-033	●					●
	京都の名園散歩②	間島 朗 (1級造園施工管理技士)	1/24 (金)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	24-10-036	●					
古文書に挑戦！～『明石藩日記』を読み解こう～	義根 益美 (明石市文化・スポーツ室)	1/29 (水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	24-04-038	●						

■1月(つづき)

アイコン説明: 聞いて学ぶ 人と話せる 実技がある 外に出て学ぶ 明石について学べる

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	講座 ID	学び方カテゴリ				
歴史・文化	「詩」とは何か。歴史的に学ぶ現代詩入門	福田 知子 (日本現代詩協会 会員、兵庫県現代 詩協会理事)	1/29 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	24-05-051	●				
	世界7大陸ギター歌い歩き ～キリマンジャロでギター 弾き語り～	藤本明生 (土地家屋調査士、 夢を叶える会 会長)	1/29 (水)	10:00	11:30	48	上履き	大久保 北	24-08-041	●				
健康・スポーツ	元気アップ体操教室	明石市地域総合 支援担当	1/9 (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	24-05-047	●		●		
	ボードゲームを 体験しませんか?	高田由美 (木のおもちや ころころ)	1/21 (火)	10:00	11:30	16	上履き	大久保 北	24-08-040	●	●	●		
	元気アップ体操教室	明石市地域総合 支援担当	1/23 (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	24-05-050	●		●		
	出前講座 良い歯でイキイキ～お口 から始めるフレイル予防～	上手 道子 (歯科衛生士)	1/29 (水)	13:30	15:00	20		朝霧	24-02-042	●		●		
	今日からはじめよう! いい歯で健康	上手 道子 (歯科衛生士)	1/31 (金)	13:30	15:00	40	上履き	魚住	24-11-039	●		●		
自然科学	星座が88倍楽しくなる 「星座物語」	明石市立天文科学館 担当者	1/22 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	24-01-036	●				
くらし	お洋服の整理と リユースの話 ～スッキリ &エコな暮らしを～ ★オンライン受講可	片山香南・津田弘美 (NPO法人エコバ 整理収納 アドバイザー)	1/8 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	24-01-039	●	●			
						30		朝霧	24-02-037	●	●			
						40		大蔵	24-03-035	●	●			
						40	上履き	衣川	24-04-035	●	●			
						40	上履き	野々池	24-05-048	●	●			
						30	上履き	望海	24-06-035	●	●			
						36		大久保	24-07-033	●	●			
						60		高丘	24-09-036	●	●			
						50	上履き	江井島	24-10-033	●	●			
						40	上履き	魚住	24-11-045	●	●			
30	上履き	魚住東	24-12-040	●	●									

■1月(つづき)

アイコン説明: 聞いて学ぶ 人と話せる 実技がある 外に出て学ぶ 明石について学べる

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	講座ID	学び方カテゴリ				
くらし	お洋服の整理とリユースの話 ~スッキリ&エコな暮らしを~ ★オンライン受講可	片山香南・津田弘美 (NPO法人エコバ整理収納アドバイザー)	1/8 (水)	13:30	15:00	50		二見	24-13-031	●	●			
			1/10 (金)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北	24-08-038	●	●			
	ファッションで元気な社会づくりを目指そう ~おしゃれは心と身体のビタミン剤~ ★オンライン受講可	見寺貞子 (神戸芸術工科大学名誉教授)	1/15 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	24-01-034	●				
						30		朝霧	24-02-035	●				
						40		大蔵	24-03-037	●				
						40	上履き	衣川	24-04-033	●				
						40	上履き	野々池	24-05-049	●				
						30	上履き	望海	24-06-028	●				
						36		大久保	24-07-035	●				
						48	上履き	大久保北	24-08-039	●				
						60		高丘	24-09-037	●				
						50	上履き	江井島	24-10-034	●				
						40	上履き	魚住	24-11-043	●				
						30	上履き	魚住東	24-12-038	●				
50		二見	24-13-032	●										
	今から取り組もう！防災講座 ~備えて安心！在宅避難のススメ~	明治安田生命保険相互会社神戸支社	1/22 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	24-06-030	●				
	絵本で心のストレッチ♪ ~絵本の読み聞かせを聴いて、心をやわらかくしよう~	田中 八潮 (「絵本セラピスト協会」公認絵本セラピスト)	1/29 (水)	13:30	15:00	60		高丘	24-09-033		●			
	みんなの相続	ジブラルタ生命保険(株) セミナー講師	1/29 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	24-12-035	●				
生き方・キャリア	落語に学ぶ「人をひきつける話し方のコツ」	笑福亭 大智 (噺家)	1/29 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	24-06-031	●				

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	講座ID	学び方カテゴリ				
歴史・文化	鉄道の歴史	チーム / ふるさと27	2/5 (水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	24-04-039	●				
	兵庫の詩人たち シリーズ⑤ ~津村信夫とその時代~	福田 知子	2/5 (水)	13:30	15:00	50		二見	24-13-034	●				
	やさしい日本語講座	福井 武司 (兵庫県国際交流協会登録講師)	2/15 (土)	13:30	15:30	12		大久保	24-07-036	●	●			
	イギリスっておもしろい ~日常生活・食文化編~	長谷川 宏 (全国通訳案内士、元高校英語教員)	2/22 (土)	10:00	11:30	40		大久保	24-07-038	●	●			
	世界7大陸ギター歌い歩き 完結篇~南極大陸~	藤本 明生 (土地家屋調査士、夢を叶える会会長)	2/26 (水)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北	24-08-044	●				
	小さな音楽会	ムジカライゼ	2/26 (水)	13:30	15:00	50	上履き	江井島	24-10-040	●		●		
自然科学	宇宙開発について知ろう! ~小型月着陸実証機SLIM についてのお話し~	永指 彰三 (NPO法人技術者集団ACT135明石)	2/12 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	24-06-032	●				
	季節の星空のお話	明石市立天文科学館	2/26 (水)	13:30	15:00	60		高丘	24-09-035	●				
暮らし	これだけは知っておきたい 社会保障セミナー「介護編」	(株)ジブラルタ生命保険 明石第一営業所	2/5 (水)	13:30	15:00	60		高丘	24-09-034	●				
	介護予防講座「明日も元気! シニアライフ 応援講座(ツボの話)」	明石市地域総合支援室	2/12 (水)	13:30	15:00	15	上履き	錦城	24-01-037	●		●		
	今を生きるための リスクマネジメント ~三大疾病と介護の備え~	ジブラルタ生命保険	2/13 (木)	13:30	15:00	50		二見	24-13-035	●				
	人生100年時代の終活	三井住友信託銀行 明石支店 財務コンサルタント	2/26 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	24-12-037	●	●			
	アートで認知症予防 ~指先(第二の脳)で描く パステルアート体験~	kiki (パステルアート講師)	2/26 (水)	13:30	15:00	25	手拭きタオル 材料費100円	二見	24-13-037	●		●		
生き生きア・	コミュニケーションゲームを体験~少人数から楽しめるゲーム~	吉川 義樹 (NPO法人兵庫県レクリエーション協会 副理事長)	2/5 (水)	13:30	15:00	20		朝霧	24-02-041	●	●	●		
	インドネシアの民族楽器 アンクルの紹介と演奏体験	森井 國興 (神戸インドネシア友の会副会長)	2/12 (水)	10:00	11:30	40	上履き	大久保北	24-08-042	●		●		
健康・スポーツ	姿勢改善健康講座 7 ~栄養摂取の重要性~	中田 哲生 (姿勢調整師)	2/6 (木)	10:00	11:30	20	ネット接続可能なスマホ	大蔵	24-03-039	●	●	●		
	パラスポーツを体験しよう!	明石障害者スポーツ活動連携の会 あかしパラスポネット	2/12 (水)	13:30	15:00	30	運動靴、動きやすい服装	魚住東	24-12-036	●	●	●		
	姿勢改善健康講座 8 ~足のおはなし~	中田 哲生 (姿勢調整師)	2/13 (木)	10:00	11:30	20	動きやすい服装	大蔵	24-03-040	●	●	●		
	元気アップ体操教室	明石市地域総合支援担当	2/13 (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	24-05-056	●		●		
	姿勢改善講座「睡眠環境の大切さ」	中田 哲生 (姿勢調整師)	2/14 (金)	13:30	15:00	40	動きやすい服装・室内用運動靴	魚住	24-11-040	●		●		

■2月(つづき)

アイコン説明: 聞いて学ぶ 人と話せる 実技がある 外に出て学ぶ 明石について学べる

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	講座ID	学び方カテゴリ				
健康・スポーツ	元気アップ特別講座「整形疾患」	明石市地域総合支援担当	2/27(木)	13:30	14:30	30	上履き	野々池	24-05-057	●		●		
	セルフストレッチ講座	古賀田 万典(理学療法士)	2/27(木)	10:00	11:30	30	動きやすい服装・上靴、水分補給用飲料水	望海	24-06-033			●		
時事・社会	脱炭素社会への挑戦 ★オンライン受講可	小塩 浩司 (公益財団法人ひょうご環境創造協会常務理事)	2/19(水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	24-01-035	●				
						30		朝霧	24-02-036	●				
						40		大蔵	24-03-041	●				
						40	上履き	衣川	24-04-034	●				
						40	上履き	野々池	24-05-055	●				
						30	上履き	望海	24-06-029	●				
						36		大久保	24-07-037	●				
						48	上履き	大久保北	24-08-043	●				
						60		高丘	24-09-038	●				
						50	上履き	江井島	24-10-038	●				
						40	上履き	魚住	24-11-044	●				
						30	上履き	魚住東	24-12-039	●				
						50		二見	24-13-036	●				
その他	サクソとマジック演奏とトークとマジックショー	平山 賢次 シャローム & Mr.トリック (マジシャン)	2/12(水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	24-05-052	●		●		
	みちのく旅紀行「美しい自然・街並み・建物編」	安藤 正昭 (江井島コミセン・エリアマネージャー)	2/14(金)	10:00	12:00	50	上履き	江井島	24-10-037	●				
	みちのく旅紀行「温泉・宿・グルメ編」	安藤 正昭 (江井島コミセン・エリアマネージャー)	2/21(金)	10:00	12:00	50	上履き	江井島	24-10-039	●				
	オカリナ&ギターと歌の集い	小田 正子・小田 眞一	2/25(火)	13:30	15:00	40	上履き	魚住	24-11-041	●		●		

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	講座ID	学び方カテゴリ				
歴史・文化	Jazz Live at エーコミ	KIYOKA & 佐久間 勝浩	3/1 (土)	13:30	15:00	50	上履き	江井島	24-10-041	●		●		
健康・スポーツ	元気な声を取り戻そう 呼吸と声のトレーニング	新見 典子 (健康ボイス トレーナー)	3/7 (金)	13:30	15:00	40	上履き、空の500ml ペットボトル1本	衣川	24-04-040	●		●		
	元気アップ体操教室	明石市地域総合支援担当	3/13 (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	24-05-059	●		●		
	元気アップ体操教室	明石市地域総合支援担当	3/27 (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	24-05-060	●		●		
くらし	明石北高生が教えます！ スマホ相談会	明石北高生 ボランティア	3/4 (火)	13:30	15:00	20	上履き、ご自分のスマホ	大久保北	24-08-045	●	●	●		
くらし	まち歩きで見つける 身近な文化遺産 ★オンライン受講可	河野さや香 (ハリテージ明石)	3/12 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	24-01-040	●	●			●
						30		朝霧	24-02-038	●	●			●
						40		大蔵	24-03-043	●	●			●
						40	上履き	衣川	24-04-037	●	●			●
						40	上履き	野々池	24-05-058	●	●			●
						30	上履き	望海	24-06-036	●	●			●
						36		大久保	24-07-039	●	●			●
						60		高丘	24-09-039	●	●			●
						50	上履き	江井島	24-10-043	●	●			●
						40	上履き	魚住	24-11-046	●	●			●
						30	上履き	魚住東	24-12-041	●	●			●
50		二見	24-13-038	●	●			●						
			3/13 (木)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北	24-08-047	●	●			●
	快適な格安旅行術	鈴木俊章 (旅程管理主任者 (総合))	3/21 (金)	13:30	15:00	48	上履き	大久保北	24-08-048	●				

オンライン講座【再公開】

- 2023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
「映画が好きでなかった私がシネマクラブの会長に！ ～少しの勇気が人生を豊かにする～」	金沢 昇 (明石シネマクラブ代表)	24-00-001
明石の魚～豊かな海で育った魚を知ろう～	山崎 清張 (お魚かたりバ)	24-00-002
あなたのお口は大丈夫？～オーラルフレイルの予防～	明石市地域共生社会室 地域総合支援担当	24-00-003
60代でデビュー！大人気 You Tuber が提案する ～日常を明るく楽しく生きる術～	渡辺 峰代(Mimi) (You Tuber チャンネル Mimi's lifeの管理人)	24-00-004
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)	24-00-005
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)	24-00-006
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)	24-00-007
なぜ美術館へ行くのか	蓑 豊 (兵庫県立美術館名誉館長)	24-00-008
「パン作りが人生を変えた！～セカンドライフでの新たな挑戦～」	パンじい(1期生)	24-00-009
近世・近代の子育てとおもちゃ	尾崎 織女 (日本玩具博物館学芸員)	24-00-010
明石の地形	森本 眞一 (兵庫地理学協会会員)	24-00-011
楽しむ力が継続に～お茶を53年間続けてきて見えたもの～	深見 宗泉 (表千家流教授)	24-00-012
一隅を照らす～自分の持ち場で一生懸命～	露の団姫 (落語家)	24-00-013
市民と行政の新しい関係	中川幾郎 (帝塚山大学名誉教授)	24-00-014
何歳からでも遅くない！42歳まで専業主婦だった私が 74歳現役キャリアカウンセラーとして活躍している理由	小林 清美 (公認心理士、1級キャリアコンサルティング技能士)	24-00-015

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または「1年をふりかえる交流会」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！

①5講座受講 ②10講座受講 ③「1年をふりかえる交流会」参加

- ♪5講座、10講座の受講講座数のカウントに「オリエンテーション」と「1年をふりかえる交流会」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。

学んで、
出会って、
集めよう！

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ターセンター】まで。

【あかねカレッジコーディネーターセンター】

〒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