

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。
 - 「※体験型講座」は、できるだけオンライン講座と体験型講座を連続して受講してください。
 - 今年度の新規受付最終日は12月21日(日)です。
- ※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。

12月16日(火) 9時～
申し込み受付開始
※先着順

「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	講座ID	学び方カテゴリ				
歴史・文化	まち歩きマップ ～城下を楽しもう～	吉川 悟 (ヘリテージ明石)	1/15 (木)	9:30	11:00	40		大蔵	25-03-032	●				●
	ピアノ&フルート& トロンボーン アンサンブル	西海 佳苗 山本 ありさ 坂本 裕樹	1/17 (土)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	25-10-031	●				
	まち歩きマップ ～船上を楽しもう～	吉川 悟 (ヘリテージ明石)	1/22 (木)	9:30	11:00	40		大蔵	25-03-034	●				●
	大久保北歴史講座① 「豊臣兄弟と三木合戦」 ～明石を中心に～	諏訪 亮大 (明石市立文化博物館 歴史文化担当)	1/22 (木)	13:30	15:00	48	上履き	大久保北	25-08-033	●				●
	うおずみ歴史講座 「古代日本の歴史」	鈴木 俊章 (播磨歴史研究会)	1/22 (木)	13:30	15:00	40		魚住	25-11-033	●				●
	明石の歴史いろいろ 原始・古代編2 ～「源氏物語」と明石～	今井 豊	1/27 (火)	13:30	15:00	50		二見	25-13-034	●				●
	ヨーロッパとアジアの境を 探る！ ～トルコ横断2000Km～	藤本 明生 (土地家屋調査士・夢を叶える会会長)	1/28 (水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	25-04-035	●				
くらし	「防災対策を学ぶ」 災害対策アプリの紹介 初心者向けスマートフォン 教室	KDDI認定講師	1/9 (金)	13:30	15:30	20	上履き	望海	25-06-032	●		●		

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	講座ID	学び方カテゴリ				
くらし	みんなで体験！ ～生成AIにふれてみよう～ ※11/12の体験型講座	大石 学 (めいまい・セキュア・コミュニティ)	1/10 (土)	10:00	11:30	15	上履き、スマホ(お持ちの方)、パソコン(希望あれば持参可)	衣川	25-04-032	●	●	●		
			1/20 (火)	13:30	15:00	15	スマホ(お持ちの方)、パソコン(希望あれば持参可)	朝霧	25-02-041	●	●	●		
			1/22 (木)	10:00	11:30	15	上履き、スマホ(お持ちの方)、パソコン(希望あれば持参可)	魚住東	25-12-034	●	●	●		
			1/27 (火)	10:00	11:30	15	上履き、スマホ(お持ちの方)、パソコン(希望あれば持参可)	江井島	25-10-033	●	●	●		
			1/27 (火)	14:00	15:30	15	上履き、スマホ(お持ちの方)、パソコン(希望あれば持参可)	野々池	25-05-062	●	●	●		
	暮らしを楽しむ 写真撮影術 ★オンライン受講可能	藤田 温 (KATACHI PHOTO PROJECT 代表)	1/14 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	25-01-033	●	●			
						30		朝霧	25-02-039	●	●			
						40		大蔵	25-03-031	●	●			
						40	上履き	衣川	25-04-033	●	●			
						40	上履き	野々池	25-05-057	●	●			
						30	上履き	望海	25-06-028	●	●			
						36		大久保	25-07-032	●	●			
						48	上履き	大久保北	25-08-038	●	●			
						60		高丘	25-09-029	●	●			
						50	上履き	江井島	25-10-030	●	●			
						40		魚住	25-11-030	●	●			
						30	上履き	魚住東	25-12-032	●	●			
						50		二見	25-13-032	●	●			

■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	講座ID	学び方カテゴリ				
くらし	暮らしを楽しむ 写真撮影術 対面授業編 ※1/14の体験型講座	藤田 温 (KATACHI PHOTO PROJECT 代表)	1/28 (水)	13:30	15:00	10	上履き、14日に学んで実際に撮った写真データ(スマホ、SDカード等)	野々池	25-05-058	●	●	●		
	スマートフォン体験講座 (基礎編) ～さあYou Tube / Google検索の世界へ～	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	1/28 (水)	13:30	15:00	20	上履き	魚住東	25-12-035	●	●	●		
	一緒に楽しく学ぶ 「漢字・日本語の時間 その3」	川こう (漢字教育士、漢検1級)	1/29 (木)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北	25-08-034	●				
自然科学	「カムイミントラ (神々の遊ぶ庭)」 ～北海道大雪山の魅力を 写真で体感！～	三川 八恵 (山岳写真家)	1/28 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	25-01-039	●				
			1/30 (金)	10:00	11:30	40		大久保	25-07-034	●				
健康・スポーツ	元気アップ体操教室	明石市高齢者 総合支援室	1/8 (木)	13:30	14:30	30	動きやすい服装・上履き、水分補給用飲料水	野々池	25-05-056			●		
			1/22 (木)						25-05-061			●		
	心と体が元気になる体操	青山 美貴 (健康運動指導士、介護予防運動指導員)	1/20 (火)	14:00	15:00	30	運動のできる上履き、服装、水分補給用飲料水	野々池	25-05-059	●		●		
社会・時事	アフガニスタンを知って そして忘れないで ～地雷被害者へ義足支援 活動を続けてきて～	春木 信韻 (NPO法人技術者 集団 ACT135明石)	1/28 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	25-06-033	●				
生き方・キャリア	落語から学ぶ ～ことばの届け方～ ★オンライン受講可能	桂 阿か枝 (落語家)	1/21 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	25-01-034	●				
						30		朝霧	25-02-037	●				
						40		大蔵	25-03-033	●				
						40	上履き	衣川	25-04-034	●				
						40	上履き	野々池	25-05-060	●				
						30	上履き	望海	25-06-029	●				
						36		大久保	25-07-033	●				
						48	上履き	大久保北	25-08-039	●				
						60		高丘	25-09-030	●				
						50	上履き	江井島	25-10-032	●				
						40		魚住	25-11-031	●				

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	講座ID	学び方カテゴリ				
														
生き生きリア・	落語から学ぶ ～ことばの届け方～ ★オンライン受講可能	桂 阿か枝 (落語家)	1/21 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	25-12-033	●				
						50		二見	25-13-033	●				






2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	講座ID	学び方カテゴリ				
														
暮らし	暮らしを楽しむ 写真撮影術 ～対面授業編～ ※1/14の体験型講座	藤田 温 (KATACHI PHOTO PROJECT 代表)	2/4 (水)	13:30	15:00	10	上履き、スマホもしくはデジカメ、撮影した写真のデータ(スマホ・SDカード・USB等)	江井島	25-10-034	●	●	●		
			2/6 (金)	13:30	15:00	10	上履き、スマホもしくはデジカメ、撮影した写真のデータ(スマホ、SDカード、USB等)	衣川	25-04-036	●	●	●		
			2/17 (火)	10:00	11:30	10	スマホまたはデジカメ、撮影した写真のデータ(スマホ、SDカード、USB等)	大久保	25-07-037	●	●	●		
			2/24 (火)	13:30	15:00	10	スマホもしくはデジカメ、撮影した写真のデータ(スマホ・SDカード・USB等)	朝霧	25-02-040	●	●	●		
			2/25 (水)	13:30	15:00	10	上履き、スマホもしくはデジカメ、撮影した写真のデータ(スマホ・SDカード・USB等)	錦城	25-01-038	●	●	●		
	豊かな老後のために 知っておきたいお金の話	金融経済教育 推進機構 (J-FLEC)	2/4 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	25-06-036	●				
	スマホで始めよう！ 「災害の備え」 ～防災に役立つアプリを 体験しよう～	川上 卓也 (ソフトバンク株式 会社 スマホアドバ イザー)	2/4 (水)	13:30	15:00	20	上履き	錦城	25-01-036	●		●		
	ボードゲームを 体験してみませんか？	高田 由美 (木のおもちゃ ころころ)	2/5 (木)	10:00	11:30	16	上履き	大久保 北	25-08-035		●	●		
	コーヒー好き集まれ！	橋本 翔 (Youth Coffee 店主)	2/19 (木)	10:00	11:30	15	上履き、 材料費： 500円	大久保 北	25-08-036		●	●		

■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	講座ID	学び方カテゴリ				
														
健康・スポーツ	明日も元気！シニアライフ応援講座～食生活の話	明石市高齢者総合支援室	2/3(火)	10:00	11:30	40		大久保	25-07-035	●				
	知って備える！もしもの時のがん講座	明治安田生命保険相互会社 神戸支社所属職員	2/4(水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	25-12-036	●				
	姿勢改善健康講座8～足のおはなし～	中田 哲生(姿勢調整師)	2/5(木)	10:00	11:30	20	動きやすい服装	大蔵	25-03-035	●	●	●		
	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(フリーアナウンサー、朗読講師)	2/6(金)	13:30	15:00	60		高丘	25-09-033	●		●		
	春先を健やかに薬膳・つぼ講座～薬膳茶の試飲つき～	井上 優子(薬膳師)	2/7(土)	10:00	11:30	20	材料費:100円	大蔵	25-03-036	●	●	●		
	元気アップ体操教室	明石市高齢者総合支援室	2/12(木)	13:30	14:30	30	動きやすい服装、上履き、水分補給用飲料水	野々池	25-05-064				●	
	姿勢改善健康講座【首・肩・猫背・腰】について	中田 哲生(姿勢調整師)	2/12(木)	10:00	11:30	40	動きやすい服装、室内用運動靴	魚住	25-11-034	●		●		
	効果的なウォーキングの実践方法	明石市健康推進課	2/13(金)	10:00	11:30	25	運動できる服装、上靴	大久保	25-07-036	●		●		
	心と体が元気になる体操	青山 美貴(健康運動指導士、介護予防運動指導員)	2/17(火)	14:00	15:00	30	運動のできる上履き、服装。水分補給用飲料水。	野々池	25-05-065	●		●		
	高齢期における栄養学について～心と身体の健康づくり～ ★オンライン受講可能	横田 久代(管理栄養士)	2/18(水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	25-01-035	●				
						30		朝霧	25-02-038	●				
						40		大蔵	25-03-037	●				
						40	上履き	衣川	25-04-037	●				
						40	上履き	野々池	25-05-066	●				
						30	上履き	望海	25-06-030	●				
						36		大久保	25-07-038	●				
						48	上履き	大久保北	25-08-040	●				
						60		高丘	25-09-031	●				
						50	上履き	江井島	25-10-035	●				
						40		魚住	25-11-032	●				
						30	上履き	魚住東	25-12-037	●				
						50		二見	25-13-035	●				

■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	講座ID	学び方カテゴリ				
健康・スポーツ	元気アップ体操教室 特別講座 「認知症予防講座」	明石市高齢者総合支援室	2/19 (木)	13:30	14:30	40	動きやすい服装・上履き、水分補給用飲料水	野々池	25-05-067	●		●		
	人生100年時代 足元トレーニング	古賀田 万典 (理学療法士)	2/19 (木)	10:00	11:30	30	上履き	魚住東	25-12-038	●		●		
	元気アップ体操教室	明石市高齢者総合支援室	2/26 (木)	13:30	14:30	30	動きやすい服装・上履き、水分補給用飲料水	野々池	25-05-069			●		
	セルフストレッチ講座	古賀田 万典 (理学療法士)	2/26 (木)	10:00	11:30	30	上履き	望海	25-06-034	●		●		
歴史・文化	ヨーロッパとアジアの境を探る！ ～トルコ横断2000Km～	藤本 明生 (土地家屋調査士)	2/4 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	25-05-063	●				
	落語のお時間	上田 哲也 (ラジオパーソナリティ、神戸大学落語研究会)	2/7 (土)	10:30	12:00	60		高丘	25-09-034	●				
	まち歩きマップ シリーズ⑤ ～藤江・松江を楽しもう～	吉川 悟 (ヘリテージ明石)	2/19 (木)	13:30	15:00	50		二見	25-13-036	●				●
	続・みちのく旅紀行① (青森・岩手)	安藤 正昭 (江井島コミセンエリアマネージャー)	2/20 (金)	10:00	12:00	50	上履き	江井島	25-10-037	●				
	太神楽曲芸と漫談のお時間	豊来家 玉之助・上田 哲也	2/21 (土)	13:30	15:00	50	上履き	江井島	25-10-038	●				
	トルコ横断2000キロ ～アジアとヨーロッパの境を探る！～	藤本 明生 (土地家屋調査士)	2/25 (水)	13:30	15:00	60		高丘	25-09-035	●				
	続・みちのく旅紀行② (秋田・山形・宮城・福島)	安藤 正昭 (江井島コミセンエリアマネージャー)	2/27 (金)	10:00	12:00	50	上履き	江井島	25-10-039	●				

■3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	講座ID	学び方カテゴリ				
暮らし	趣味から始まった家紋調査 一明石で読み解く名字と地域性 ★オンライン受講可能	須貝 隆弘 (明石市立文化博物館 学芸員)	3/11 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	25-01-041	●	●			●
						30		朝霧	25-02-044	●	●			●
						40		大蔵	25-03-039	●	●			●
						40	上履き	衣川	25-04-039	●	●			●
						40	上履き	野々池	25-05-070	●	●			●
						30	上履き	望海	25-06-031	●	●			●
						36		大久保	25-07-039	●	●			●
						48	上履き	大久保北	25-08-041	●	●			●

3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	講座ID	学び方カテゴリ				
くらし	趣味から始まった家紋調査 一明石で読み解く名字と地域性 ★オンライン受講可能	須貝 隆弘 (明石市立文化博物館 学芸員)	3/11 (水)	13:30	15:00	60		高丘	25-09-032	●	●			●
						50	上履き	江井島	25-10-036	●	●			●
						40		魚住	25-11-037	●	●			●
						30	上履き	魚住東	25-12-040	●	●			●
						50		二見	25-13-038	●	●			●
	明石北高生によるスマホ教室 「防災対策を学ぶ」	明石北高生徒	3/17 (火)	13:30	15:00	20	上履き、ご自身のスマホ	大久保北	25-08-037		●	●		
生き生きリア・ア・	寅さんから見る豊かな人生	津田 なおみ (映画評論家)	3/13 (金)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	25-10-041	●				
科自 学然	あかしの草花を楽しむ② ～春に咲く草花～	高野 哲司 (自然観察指導員)	3/13 (金)	13:30	15:00	40		魚住	25-11-035	●				●
健康・スポーツ	ぐっすり眠れる睡眠セミナー	西澤 美加 (保健師・健康経営アドバイザー)	3/4 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	25-02-042	●				
	元気アップ体操教室	明石市高齢者総合支援室	3/12 (木)	13:30	14:30	30	動きやすい服装・上履き、水分補給用飲料水	野々池	25-05-071			●		
	心と体が元気になる体操	青山 美貴 (健康運動指導士、介護予防運動指導員)	3/17 (火)	14:00	15:00	30	運動のできる上履き・服装、水分補給用飲料水	野々池	25-05-072	●		●		
	元気アップ体操教室	明石市高齢者総合支援室	3/26 (木)	13:30	14:30	30	動きやすい服装・上履き、水分補給用飲料水	野々池	25-05-073			●		
歴史・文化	Jazz Live at エーコミ	KIYOKA & 佐久間 勝浩	3/7 (土)	13:30	15:00	50	上履き	江井島	25-10-040	●				
	明石の歴史いろいろ 中世編1 ～「平家物語」と明石～	今井 豊	3/10 (火)	13:30	15:00	50		二見	25-13-037	●				●
	小さな音楽会	ムジカ・ライゼ	3/27 (金)	13:30	15:00	50	上履き	江井島	25-10-042	●				

オンライン講座【再公開】

- 2024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	25-00-001
国際情勢の今	岡部 芳彦 (神戸学院大学教授)	25-00-002
薬と健康食品の豆知識	岡本 正志 (神戸学院大学教授)	25-00-003
アートで認知症予防！～アートがもたらす予防効果を知る編～	kiki (パステルアート講師)	25-00-004
地域の神社を巡って防災力を高めよう	高田 知紀 (兵庫県立大学准教授)	25-00-005
暮らしの中に潜むデザインの裏側を知ろう ～科目別コースを体験する編～	原 裕己 (あかねカレッジ科目別コース 広報・デザイン学科 講師)	25-00-006
心と身体を動かしてフレイル予防！	高橋 明子 (明石地域総合支援担当)	25-00-007
持続可能な社会づくりと高齢者	松岡 広路 (神戸大学教授)	25-00-008
最近貯筋してますか！？～健康寿命を延ばすトレーニング基礎編～	嵩 亜希子 (フィットネスインストラクター)	25-00-009
あなたは騙されない？かしこい消費者になろう ～SNSトラブルの実際～	荒木 武文 (文部科学省消費者教育アドバイザー)	25-00-010
共生社会をめざして～関わり方について考えてみませんか	明石市人権推進課	25-00-011
お洋服の整理とリユースの話～スッキリ＆エコな暮らしを～	片山 香南・津田 弘美 (NPO法人エコベ整理収納アドバイザー)	25-00-012
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～	見寺 貞子 (神戸芸術工科大学 名誉教授)	25-00-013
脱炭素社会への挑戦	小塩 浩司 (公益財団法人ひょうご環境創造協会 常務理事)	25-00-014
まち歩きで見つける身近な文化遺産	河野 さや香 (ヘリテージ明石)	25-00-015

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！

学んで、
出会って、
集めよう！

① 5 講座受講 ② 10 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。

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