

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20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。

9月15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下さいね！

 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

■ 10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	明石の歴史 (明石名勝古事談)	今井 豊	10/1 (木)	13:30	15:00	50		二見	26-13-031	●				●
	織田信長の生涯	高堀 枝裕二 (古典と歴史に親しむ会)	10/6 (火)	10:00	11:30	40		大久保	26-07-023	●				
	ピアノ&トロンボーン コンサート	西海佳苗(ピアノ)& 坂本裕樹(トロンボーン)	10/7 (水)	10:00	11:30	30	上履き	魚住東	26-12-019	●				
	明石の歴史いろいろ ～三木合戦と明石～	今井豊 (元高校教師いぶき 俳句会代表)	10/7 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	26-01-022	●				
	二胡を体験 ～鑑賞と体験～	山添 恵子	10/7 (水)	13:30	15:00	15		朝霧	26-02-018	●	●	●		
	まち歩きマップ シリーズ8 ～人丸を楽しもう～	吉川 悟	10/7 (水)	13:30	15:00	50		二見	26-13-032	●				●
	終戦時の沖縄の話	秋山 深鹿 (実録ライター)	10/7 (水)	14:00	15:30	40		大蔵	26-03-019	●				
	「四季のうた」コンサート♪	広瀬 江利 広瀬 一葉	10/14 (水)	13:30	15:00	60		高丘	26-09-024	●				
	世界のお話 ～モンゴルの魅力発見～	まんまるあかし、 レンツェンホルロ・ オユンゲレル	10/16 (金)	10:00	11:30	40		大久保	26-07-024	●				
	日本の響き	寺岡 憧山 光岡 伸山 (都山流尺八)	10/16 (金)	10:00	11:30	40	上履き	江井島	26-10-019	●		●		

■10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				
														
歴史・文化	ピアノ&トロンボーン アンサンブル ～みんなで歌う懐かしの名曲～	西海 佳苗 坂本 裕樹	10/24 (土)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	26-10-021	●				
	アンコーラ オータムコンサート ～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 元音楽教師)	10/28 (水)	13:30	15:30	28	上履き	錦城	26-01-023	●				●
	俳句を始めてみようかな 講座①(全3回)	今井 豊 (いぶき俳句会代 表、元高校教師)	10/28 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	26-05-038	●				
	魚住歴史講座 「古代日本の文化」	鈴木 俊章 (播磨歴史研究会)	10/28 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	26-12-020	●				
	ぶらりまち歩き ～江井島を楽しもう～	吉川 悟 (ヘリテージ明石)	10/29 (木)	10:00	11:30	40	資料代 100円	大蔵	26-03-022	●				●
	うおずみ歴史講座⑤ キリシタン大名	鈴木 俊章 (播磨歴史研究会)	10/30 (金)	13:30	15:00	40		魚住	26-11-021	●				
健康・スポーツ	元気モリモリ ニュースポーツを楽しもう	あかね・元気アップ スポーツ	10/1 (木)	10:00	11:30	30	動きやすい服 装・上靴・水分	大久保 北	26-08-022		●	●		
	いっしょに元気アップ体操	明石市高齢者 総合支援室	10/8 (木)	13:30	14:30	30	水分補給飲 料、タオル	二見	26-13-025			●		
	筋力若返り講座	神田 実代子 (明石フィットネス クラブ代表)	10/8 (木)	10:00	11:30	25	動きやすい服 装・上靴・ヨガ マット(バスタ オル可)・水分	大久保 北	26-08-023		●	●		
	元気アップ体操教室	明石市高齢者 総合支援室	10/8 (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	26-05-035			●		
	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)	10/14 (水)	10:00	11:00	30	運動のできる 上履き、服装。 水分補給用飲 料水	野々池	26-05-036	●	●	●		
	筋肉若返り体操 ～家でできるトレーニング法 教えます！～	神田 実代子 (明石フィットネス クラブ代表)	10/14 (水)	13:30	15:00	25	ヨガマット又は バスタオル、上 靴、汗拭きタオ ル、動きやす い服装、水分 補給用飲料	衣川	26-04-018			●		
	人前で話すポイントを 知ろう ★オンライン受講可	望月 康恵 (ステージコーデ イナー)	10/21 (水)	14:00	15:30	28	上履き	錦城	26-01-028	●				
						30		朝霧	26-02-020	●				
						40		大蔵	26-03-021	●				
						40	上履き	衣川	26-04-019	●				
						40	上履き	野々池	26-05-037	●				
						30	上履き	望海	26-06-016	●				
						36		大久保	26-07-025	●				

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	人前で話すポイントを 知ろう ★オンライン受講可	望月 康恵 (ステージコーディネーター)	10/21 (水)	14:00	15:30	48	上履き	大久保北	26-08-024	●				
						60		高丘	26-09-019	●				
						50	上履き	江井島	26-10-020	●				
						40		魚住	26-11-026	●				
						50		二見	26-13-033	●				
						40		あかねカレッジ(子午線ホール)	26-15-003	●				
			10/27 (火)	14:00	15:30	30	上履き	魚住東	26-12-025	●				
健康・スポーツ	いっしょに元気アップ体操	明石市高齢者総合支援室	10/22 (木)	13:30	14:30	30	水分補給飲料、タオル	二見	26-13-026			●		
	認知症と難聴の関係	松居 秀敏 (まつい耳鼻咽喉科院長)	10/28 (水)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	26-04-020	●				
	ACEボールをやってみよう!	明石市スポーツ推進委員会	10/31 (土)	9:30	11:30	30	動きやすい服装、上靴、水分、タオル	江井島	26-10-022			●		
自然科学	明石・西明石の草花を紹介します	高野 哲司 (NACS-J 自然観察指導員)	10/14 (水)	13:30	15:00	30	虫眼鏡(あれば)、上履き	望海	26-06-019	●	●			●
くらし	スマホ教室③初級者編「LINEを使ってみよう」	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	10/2 (金)	13:30	15:00	20		魚住	26-11-020	●		●		
	思い出を守る被災地支援～「写真洗浄」を体験しよう!～ ※9/9の体験型講座	中南 晶一 (あらいぐま明石)	10/10 (土)	10:00	11:30	10	マスク、手拭き用のハンカチ	高丘	26-09-023	●	●	●		
	みんなで守ろう「交通ルール」～そうだったのか自転車ルールのキホン～	明石警察署 交通第1課 明石市交通安全課	10/14 (水)	14:00	15:30	30		朝霧	26-02-019	●				
	スマホ体験教室初心者編～ネットやアプリを使ってみよう～	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	10/28 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	26-02-021	●		●		
	冬のお風呂を安全に楽しもう!～ヒートショック予防～	明石市消防署	10/28 (水)	13:30	15:00	30	上履き	望海	26-06-020	●				
生き方・キャリア	ライフストーリー・レビュー①(全2回)～懐かしの曲と思い出に光を当てましょう～	小川玉樹 (公認心理師) マローネ (オカリナ・フルート演奏)	10/31 (土)	10:00	11:30	30	上履き	野々池	26-05-039	●	●	●		
その他	サクソとピアノの調べ	平山 賢二 (シャローム)	10/10 (土)	10:00	11:30	40		大蔵	26-03-020	●	●			
	大正琴&竖琴 ジョイフルコンサート	伊藤 由起子 (一級師範)	10/29 (木)	13:30	15:00	60		二見	26-13-034	●				

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	明石の歴史いろいろ ～船上城から明石城へ～	今井 豊 (元高校教師 いぶき俳句会代表)	11/4 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	26-01-024	●				●
	織田信長の生涯	高堀 枝裕二 (歴史家)	11/6 (金)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	26-04-021	●				
	豊臣秀吉・秀長の生涯	高堀 枝裕二 (古典と歴史に親しむ会)	11/17 (火)	10:00	11:30	40		大久保	26-07-027	●				
	姫路城は国宝？世界遺産？	村上 賢治 (兵庫県立考古博物館 名誉学芸員)	11/25 (水)	10:00	11:30	60		高丘	26-09-026	●				
	俳句を始めてみようかな 講座②(全3回) ～明石公園をめぐり作句～	今井 豊 (いぶき俳句会代表、元高校教師)	11/25 (水)	13:30	15:30	40	上履き 交通費	野々池	26-05-045	●		●	●	●
	楽しく体験♪玉すだれ教室	チェリーボンボン	11/25 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	26-12-022	●		●		
	一緒に楽しく学ぶ 漢字・日本語の時間 その1	川こう (漢字教育士・漢検認定エキスパート講師)	11/26 (木)	10:00	11:30	48	上履き	大久保北	26-08-028	●	●			
	ローマの休日と カサブランカはなぜ名画か	津田 なおみ (映画評論家)	11/27 (金)	10:00	11:30	50	上履き	江井島	26-10-026	●				
	豊臣秀吉・秀長の生涯	高堀 枝裕二 (歴史家)	11/27 (金)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	26-04-024	●				
健康・スポーツ	季節の健康講座② 「ヒートショック」予防	明石市消防局 救急救命士	11/4 (水)	13:30	15:00	40		魚住	26-11-022	●				
	元気に100歳を迎えよう 「百寿いきいき体操」	中谷 友祐 (介護福祉士)	11/4 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	26-12-021	●		●		
	姿勢改善健康講座5 ～ストレッチ& エクササイズ～	中田 哲生 (姿勢調整師)	11/5 (木)	10:00	11:30	25	動きやすい服装で	大蔵	26-03-023	●	●	●		
	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)	11/11 (水)	10:00	11:00	30	運動のできる 上履き、服装。 水分補給用飲料水	野々池	26-05-041	●	●	●		
	歩き上手に聞く、 今日からウォーキングが 楽しくなるヒント ★オンライン受講可能	ちう (毎日3万歩歩く おじさん)	11/11 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	26-01-031	●	●			
						30		朝霧	26-02-022	●	●			
						40		大蔵	26-03-024	●	●			
						40	上履き	衣川	26-04-022	●	●			
						40	上履き	野々池	26-05-042	●	●			
						30	上履き	望海	26-06-024	●	●			
						36		大久保	26-07-026	●	●			
						48	上履き	大久保北	26-08-025	●	●			

■11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	歩き上手に聞く、 今日からウォーキングが 楽しくなるヒント ★オンライン受講可能	ちう (毎日3万歩歩く おじさん)	11/11 (水)	13:30	15:00	60		高丘	26-09-020	●	●			
						50	上履き	江井島	26-10-023	●	●			
						40		魚住	26-11-029	●	●			
						30	上履き	魚住東	26-12-028	●	●			
						50		二見	26-13-036	●	●			
	元気アップ体操教室	明石市高齢者 総合支援室	11/12 (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	26-05-043			●		
	いっしょに元気アップ体操	明石市高齢者 総合支援室	11/12 (木)	13:30	14:30	30	水分補給飲料、タオル	二見	26-13-027			●		
	冬の養生 薬膳・つぼ講座 ～薬膳茶の試飲付き	井上 優子 (薬膳研究家)	11/14 (土)	10:00	11:30	25	材料代 100円	大蔵	26-03-025	●	●	●		
	元気に100歳をむかえよう 「100寿いきいき体操」	中谷 友祐 (介護福祉士)	11/17 (火)	13:30	15:00	30		二見	26-13-037	●		●		
	今日からできる健康づくり ～ヒートショックと フレイルの予防～	明石市健康推進課	11/25 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	26-02-024	●		●		
自然科学	元気アップ体操教室	明石市高齢者 総合支援室	11/26 (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	26-05-046			●		
	いっしょに元気アップ体操	明石市高齢者 総合支援室	11/26 (木)	13:30	14:30	30	水分補給飲料、タオル	二見	26-13-028			●		
	座って♪踊って 健康リズム体操	西尾 弘子 (ダンシングチーム 「キララ」代表)	11/27 (金)	10:00	11:30	20	動きやすい服装、上靴	魚住	26-11-023			●		
自然科学	ぶらり歩こう会 ～高丘西公園の草花を 楽しむ(霜月)～	高野 哲司 (野草の世界を楽しむ会)	11/7 (土)	13:30	15:00	20		高丘	26-09-025	●			●	●
	大池の草花を楽しむ(秋編)	高野 哲司 (野草の世界を楽しむ会代表)	11/20 (金)	10:00	11:30	20	水分、虫眼鏡 (お持ちの方)	江井島	26-10-025	●			●	
	野々池の草木を楽しもう (秋)	高野 哲司 (NACS-J 自然観察指導員)	11/27 (金)	10:00	11:30	20	上履き、水分、 あれば虫眼鏡、ウエット ティッシュなど	野々池	26-05-047	●			●	
くらし	コーヒー好き集まれ！	橋本 翔 (Youth Coffee 店主)	11/12 (木)	10:00	11:30	12	材料費 500円 上履き	大久保北	26-08-026	●	●	●		
ものづくり	はじめての簡単切り絵	yoko (切り絵作家)	11/25 (水)	13:30	15:00	15	上履き 材料費 300円	望海	26-06-021	●		●		
生き生きリア・	ライフストーリー・レビュー② (全2回) ～懐かしの曲と思い出に 光を当てましょう～	小川玉樹 (公認心理師) マローネ (オカリナ・フルート 演奏)	11/7 (土)	10:00	11:30	30	上履き	野々池	26-05-040	●	●	●		

■11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				
時事・社会	世界とアジア ★オンライン受講可	太田 和宏 (神戸大学教授)	11/18 (水)	14:00	15:30	28	上履き	錦城	26-01-029	●				
						30		朝霧	26-02-023	●				
						40		大蔵	26-03-026	●				
						40	上履き	衣川	26-04-023	●				
						40	上履き	野々池	26-05-044	●				
						30	上履き	望海	26-06-017	●				
						36		大久保	26-07-028	●				
						48	上履き	大久保北	26-08-027	●				
						60		高丘	26-09-021	●				
						50	上履き	江井島	26-10-024	●				
						40		魚住	26-11-027	●				
						30	上履き	魚住東	26-12-026	●				
						50		二見	26-13-038	●				
						40		あかねカレッジ(子午線ホール)	26-15-004	●				
その他	バルト三国を訪ねて	垣見玄悟 (垣見アドバイザー事務所代表)	11/24 (火)	10:00	11:30	40		大久保	26-07-029	●				
	「和音」オータムコンサート	広瀬江利 広瀬一葉	11/4 (水)	13:30	15:00	60		二見	26-13-035	●				
	サクソス演奏とトーク+フルートの音色を	平山 賢次 長谷 ゆかり	11/5 (木)	13:30	15:00	50	上履き	野々池	26-05-048	●				
	アンデス音楽の世界	勝野 勉 (ケーナ奏者)	11/25 (水)	13:30	15:00	40	上履き	錦城	26-01-025	●				

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	明石と子午線のお話	明石市立天文科学館	12/2 (水)	13:30	15:00	30		朝霧	26-02-025	●				●
	俳句を始めてみようかな講座③(全3回)	今井 豊 (いづき俳句会代表、元高校教師)	12/2 (水)	13:30	15:00	40	上履き	野々池	26-05-049	●				
	アンデス音楽の世界	勝野 勉	12/2 (水)	13:30	15:00	30	上履き	魚住東	26-12-023	●				
	二つの世界大戦と戦後① ～ドイツの成長と第一次世界大戦～	高堀 枝裕二 (兵庫大EC講師、歴史家、元社会科教員)	12/8 (火)	13:30	15:00	50		二見	26-13-039	●				
	阿波踊り体験講座 みんなで踊ってみませんか	阿波踊り「海峡連」	12/9 (水)	13:30	15:00	20	上靴	望海	26-06-023	●		●		
	世界のお話 ～台湾の魅力発見～	まんまるあかし 邱 啓仁	12/18 (金)	10:00	11:30	40		大久保	26-07-031	●				
健康・スポーツ	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)	12/9 (水)	10:00	11:00	30	運動のできる上履き、服装。水分補給用飲料水。	野々池	26-05-050	●	●	●		
	正しく知って、備えて、みんな安心あかしの認知症講座	高齢者総合支援室	12/9 (水)	13:30	15:00	28	上履き	錦城	26-01-027	●				
	ニューススポーツを楽しもう	あかね・元気アップ・スポーツ	12/9 (水)	13:30	15:00	30	動きやすい服装、上靴、水分補給	朝霧	26-02-026	●	●	●		
	姿勢改善健康講座6 ～睡眠環境の大切さ～	中田 哲生 (姿勢調整師)	12/10 (木)	10:00	11:30	25	動きやすい服装で	大蔵	26-03-028	●	●	●		
	元気アップ体操教室	明石市高齢者総合支援室	12/10 (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	26-05-051			●		
	いっしょに元気アップ体操	明石市高齢者総合支援室	12/10 (木)	13:30	14:30	30	水分補給飲料、タオル	二見	26-13-029			●		
	歌う！脳トレ！クリスマス～クリスマスソングを歌いながら、笑顔で挑む脳トレ体操～ ★オンライン受講可能	江本 あきこ (アンチエイジングボイス代表) 髙 亜希子 (フィットネスインスストラクター)	12/16 (水)	14:00	15:30	28	動きやすい服装、水分補給用飲料	錦城	26-01-030	●		●		
						30	動きやすい服装・水分補給用飲料	朝霧	26-02-027	●		●		
						40	動きやすい服装・水分補給用飲料	大蔵	26-03-029	●		●		
						40	動きやすい服装、水分補給用飲料、上履き	衣川	26-04-027	●		●		
						40	上履き、動きやすい服装、水分補給用飲料	野々池	26-05-052	●		●		
						20	動きやすい服装、水分補給用飲料、上靴	望海	26-06-018	●		●		
						36	動きやすい服装、水分補給用飲料	大久保	26-07-030	●		●		
						48	動きやすい服装・上靴・水分	大久保北	26-08-029	●		●		

■12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	歌う！脳トレ！クリスマス～クリスマスソングを歌いながら、笑顔で挑む脳トレ体操～ ★オンライン受講可能	江本 あきこ (アンチエイジングボイス代表) 髙 亜希子 (フィットネスインストラクター)	12/16 (水)	14:00	15:30	60	動きやすい服装・水分補給用飲料	高丘	26-09-022	●		●		
						50	上履き、動きやすい服装、水分補給用飲料	江井島	26-10-027	●		●		
						40	動きやすい服装・水分補給用飲料	魚住	26-11-028	●		●		
						30	動きやすい服装・水分補給用飲料、上靴	魚住東	26-12-027	●		●		
						50	動きやすい服装・水分補給用飲料	二見	26-13-040	●		●		
						40	動きやすい服装・水分補給用飲料	あかねカレッジ(子午線ホール)	26-15-005	●		●		
くらし	元気アップ体操教室	明石市高齢者総合支援室	12/24 (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	26-05-053			●		
	いっしょに元気アップ体操	明石市高齢者総合支援室	12/24 (木)	13:30	14:30	30	水分補給飲料、タオル	二見	26-13-030			●		
	スマホデビューからもう一歩！「初めての生成AI」	川上 卓也 (ソフトバンク株式会社 スマホアドバイザー)	12/2 (水)	13:30	15:00	20	上履き	錦城	26-01-026	●		●		
	住まいの終活講座～老後の住まい、何から考えればいい？～	上間 達也 (宅地建物取引士)	12/4 (金)	13:30	15:00	40	上履き	衣川	26-04-025	●				
	思い出を守る被災地支援～「写真洗浄」を体験しよう！～ ※9/9の体験型講座	中南 晶一 (あらいぐま明石)	12/5 (土)	10:00	11:30	10	上履き、マスク、手拭きハンカチ	望海	26-06-022	●	●	●		
	終活～生前整理セミナー～	島瀬 靖弘 (行政書士・終活アドバイザー)	12/9 (水)	10:00	11:30	40		大蔵	26-03-027	●				
ものづくり	スマホ教室④ 初級者編「スマホ決済の使い方」	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	12/9 (水)	13:30	15:00	20		魚住	26-11-024	●		●		
	絵本で心のストレッチ	田中 八潮 (絵本・児童文学研究センター会員 絵本セラピスト)	12/25 (金)	13:30	15:00	60		高丘	26-09-027	●	●			
その他	小さな音楽会「Xmasコンサート」	ムジカライゼ	12/19 (土)	13:30	15:00	40		魚住	26-11-025			●		
	やさしい水彩画入門～色紙に干支を描こう～	浅埜 水貴 (日本画家)	12/9 (水)	13:30	15:30	10	材料費300円 上履き	衣川	26-04-026			●		
その他	明石を演劇のまちに～朗読劇を体験～	はせなかりえ・妻鹿 達也劇団「ソラシード」・明石の小劇場「町劇 Akashi」	12/9 (水)	13:30	15:00	20	上履き	魚住東	26-12-024	●	●	●		

お知らせ

- 10月21日(水)開講：「人前で話すポイントを知ろう」
- 11月18日(水)開講：「世界とアジア」
- 12月16日(水)開講：「歌う！脳トレ！クリスマス～クリスマスソングを歌いながら、笑顔で挑む脳トレ体操～」

上記の3講座については、各中学校コミュニティ・センターの他にあかねカレッジ(子午線ホール)でも受講が可能です。

受講を希望される方はあかねカレッジコーディネートセンター(918-5415)へ申し込んでください。

※子午線ホールはアスパ明石北館9階(東仲ノ町6番1号)にあります。

※その他の講座については、開催するコミュニティ・センターに受講申込をしてください。

- 12月16日(水)開講：「歌う！脳トレ！クリスマス～クリスマスソングを歌いながら、笑顔で挑む脳トレ体操～」は、あかねカレッジホームページ「受講生ページ」でのアーカイブ公開期間が

2026年12月28日(月) 17時まで です。

公開期間を過ぎると視聴できなくなってしまうので、後日アーカイブ受講をされる方は、必ず期間内に視聴してください。

オンライン講座【再公開】

- 2025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
子どもの目が輝く自然体験って？ ～身近な自然の良さを見つけてみませんか？～	一宮 小葉 (一般社団法人 のはらくらぶ)	26-00-001
明石城の謎を探る	宮本 博 (明石市立文化博物館)	26-00-002
犯罪事例と対策 ～目指せ犯罪ゼロのまち～ 防犯講座	明石市総合安全対策室	26-00-003
シニアのための食生活講座～10年後のわたしに届けたいもの～	岩永 望 (管理栄養・給食管理アドバイザー)	26-00-004
乗り鉄入門	溝口 光徳 (乗りテツ旅行会)	26-00-005
楽しく学ぼう！ビーチクリーン活動とその大切さ	WATARIUMI	26-00-006
活力ある毎日を！？フレイルを防いで元気に過ごそう？	明石市高齢者支援室健康づくり担当	26-00-007
明石の酒	米澤 仁雄 (明石酒類醸造株式会社 代表取締役)	26-00-008
ITリテラシーを高めよう！～安心・安全な使い方と工夫～	大石 学 (めいまい・セキュア・コミュニティ)	26-00-009
まちづくりはアイデア次第	佐伯 亮太 (合同会社Roof 共同代表)	26-00-010
天文の不思議	井上 毅 (明石市立天文科学館 館長)	26-00-011
暮らしを楽しむ写真撮影術	藤田 温 (KATACHI PHOTO PROJECT 代表)	26-00-012
落語から学ぶ～ことばの届け方～	桂 阿か枝 (落語家)	26-00-013
高齢期における栄養学について～心と身体の健康づくり～	横田 久代 (管理栄養士)	26-00-014
趣味から始まった家紋調査ー明石で読み解く名字と地域性	須貝 隆弘 (明石市立文化博物館 学芸員)	26-00-015

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！

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。

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