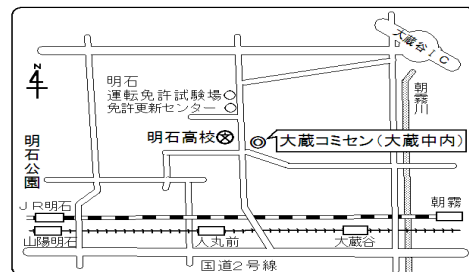


# 2019年度 大蔵コミセン通信（後期）

電話 912-3620 休館日：月曜日、祝日

## 市民講座



【申込方法】 受付開始日の午前9時から電話受付。定員になり次第、締め切り。

【対象】 一般市民

### ①生け花入門教室

※受付開始日 9月1日（日）



月日	内容
10/12（土）	花と遊ぼう
10/26（土）	花とおしゃべり
11/ 9（土）	コミセン祭生け込み
講師	山本 貴和子
定員	大人10名・子ども5名 ※子どものみ、大人のみ参加も可
参加費	無料（但し、材料費各回大人・子ども1,080円必要）
時間	13:30~15:30 （但し、11/9のみ15:00~）
持ち物	花ばさみ・持ち帰り用袋

### ④ペン習字教室

※受付開始日 12月3日（火）



月日	内容
1/11（土）	ひらがなの基本
1/18（土）	住所と名前
1/25（土）	葉書の表・裏
講師	西海 尚美（白悠）
定員	15名
参加費	無料
時間	10:00~12:00
持ち物	サインペン・ボールペン 筆ペン・下書き用ノート

### ②絵本でいきいき♪子育て講座

※受付開始日 10月1日（火）

月日	内容
11/19（火）	想像力を育む絵本の選び方
12/ 3（火）	絵本の力を引き出す読み方
講師	田中 八潮
定員	15名
参加費	無料
時間	10:00~12:00
持ち物	なし



### ⑤墨彩画入門教室

※受付開始日 2月1日（土）

月日	内容
3/10（火）	春夏秋冬 季節の草花
3/12（木）	
3/17（火）	
3/19（木）	
講師	林 静佳
定員	12名（全4回出席可能な方）
参加費	無料（但し、材料費各回500円必要）
時間	13:30~15:30
持ち物	墨・硯・顔彩・小筆・中筆 下敷き・文鎮・小皿・筆洗・雑巾



### ③操体法

※受付開始日 12月15日（日）

月日	内容
1/16（木）	ひすみ 体の歪を取る運動
1/23（木）	
1/30（木）	
講師	山田 正利
定員	15名
参加費	無料
時間	10:00~12:00
持ち物	水分補給用飲み物・動きやすい服装・5本指靴下（ある方のみ）



## 親子教室



### ①バルーンアート

※受付開始日 11月1日（金）

月日	内容
12/ 7（土）	風船でいろいろ作ろう
講師	吉川 義樹
定員	親子20組（祖父母も可）
参加費	無料（但し、材料費100円必要）
時間	9:30~11:30
持ち物	持ち帰り用ゴミ袋（大）

# 高齢者大学

※本年度の申込みは締め切りました。来年度は2020年2月より受付開始。

※対象：明石市に居住する60歳以上の方

回	月日	内容	講師	回	月日	内容	講師
15	10/2 (水)	明石と子午線の1世紀 (*)(子午線のお話)	天文科学館	23	1/8 (水)	音楽(うた)を楽しもう	小田 正子・眞一
16	10/16 (水)	恐竜化石発見の驚き	足立 洵	24	1/15 (水)	世界水紀行 -ウズベキスタン編-	森本 眞一
17	10/23 (水)	くらしの知識! ~消費生活講座~ (*)	市民相談室 (消費生活係)	25	1/22 (水)	減災と情報 ~巨大災害で生き残るために~	安富 信
18	10/30 (水)	宮澤賢治 ~人物と作品~	松帆 知昭	26	1/29 (水)	知ってるようで知らない?! 栄養のこと	健康推進課
19	11/13 (水)	神奈あいの世界	神奈 あい	27	2/1 (土)	早春コンサート	大蔵中学校吹奏楽部
20	11/27 (水)	出前寄席	天神亭 わら司	28	2/12 (水)	頭の体操・体の体操	望月 康恵
21	12/4 (水)	選択学習Ⅱ	学級生	29	2/26 (水)	修了式	
22	12/18 (水)	「心と体が元気になる地域づくり」(*) ~まずはフレイル予防から~	地域共生社会室				

(\* )市内13コミセン共通カリキュラムとして、「市の施策を学ぶ講座」と「地域を学び、地域と連携する講座」を実施しています。

—	10/9 (水)	研修旅行	自主活動	—	12/1 (日)	冬の大掃除	自主活動
—	11/10 (日)	第33回 大蔵コミセン祭	自主活動				

## 秋の一日入門

2019年10/1(火)~11/30(土)



【申込方法】9/1(日)の午前9時から電話受付。定員になり次第、締切。

【対象】一般市民 【参加費】無料(但し、材料費実費は必要)

サークル名	期間	曜	時間	定員	持ち物等
大蔵コミセン歌謡サークル	10/6・20	日	13:15~16:30	2名	
ヨガ・ストレッチ体操サークル	10/1・8・15・22, 11/5・12・19・26	火	10:10~11:40	3名	ヨガマット(バスタオル)・ペットボトル2本 上靴・5本指ソックス(お持ちの方)
火星卓球隊	10/1・8	火	19:00~20:30	4名	体育館シューズ・ラケット
大蔵空手道サークル	10/1・8・15・22・29, 11/5・12・19・26	火	18:30~19:30	制限なし	
バドミントン愛好会	11/12	火	18:30~20:30	4名	シューズ・ラケット・タオル
絵画「竹の会」	10/9・23, 11/13・27	水	9:30~11:30	2名	鉛筆・筆・絵の具・描くために必要な物・画用紙等
親子体操大蔵ベビー	10/2・23, 11/20・27	水	10:00~11:00	制限なし	汗拭きタオル
太極拳大蔵	10/2・16	水	13:30~15:00	6名	上靴
合気道サークル	10/2・9・16・23・30, 11/6・13・20・27	水	19:00~20:30	制限なし	
ミラクルキッズ	10/2・9・16・23・30, 11/6・13・20・27	水	18:30~20:30	10名	タオル
大正琴「きんもくせい」	11/14	木	9:30~12:00	4名	
NIWAKA(9人制皮バレー)	10/10	木	19:00~20:30	制限なし	シューズ・タオル
大蔵コミセン囲碁サークル	10/4・18・25, 11/1・8	金	9:30~12:00	3名	
水墨画サークル	11/15	金	9:30~12:00	制限なし	材料費300円
大蔵体操	11/15	金	10:00~11:00	制限なし	上靴・タオル・他(個人で必要なもの)
大蔵バドミントンサークル	10/4・11・18・25	金	18:30~20:30	制限なし	体育館シューズ・タオル・着替え等
明石空手道サークル	10/4・11・18・25, 11/1・8・15・22・29	金	18:30~19:30	制限なし	
茶道サークル	11/30	土	10:00~11:30	3名	材料費300円・帛紗ばさみ(お持ちの方)
大蔵剣友会	10/5・12・19・26, 11/2・16	土	19:00~20:30	制限なし	
大蔵柔道クラブ	10/19・26, 11/30	土	19:00~20:30	5名	

☆スポーツサークルを体験される方は、運動のできる服装、水分補給用飲料をお持ち下さい

## 第33回大蔵コミセン祭

日時:11月10日(日)10:00~ 場所:大蔵コミセン

※詳細については、各自治会・町内会を通してご案内致します。

