つなごうみんなのまなび

登録サークルは中央集会所と体育館を合わせて44サークル
（2022年7月現在）

中央集会所　078-935-5325

曜日	団　体　名	活動週	活動時間
火	さわやか体操	1～5	9:00 -12:00
	高丘女声コーラス	1～5	9:00 -12:30
	茶道サークル	1.2.3	9:30 -12:30
	火曜書道サークル	1.2.3.4	12:30 -16:30
	高丘詩吟サークル	1.2.3	12:30 -16:30
	ｱ･ｶﾍﾟﾗｺｰﾗｽｴｰﾃﾞﾙﾜｲｽ	1～5	13:00 -16:00
	少林寺拳法高丘☒	1.2.3.4	18:30 -20:30
水	教育・実用書道	1.2.3.4	9:00 -12:00
	音和会	1～5	13:00 -16:30
	いつかの会☒	1～5	17:30 -20:30
木	和裁の集い	1～5	9:00 -13:00
	まないたお食事会	2水3.4木	9:00 -13:00
	リズミカルストレッチ	1～5	9:30 -12:30
	謡曲サークル	1～5	12:30 -16:30
	健康太極拳倶楽部	1～5	13:00 -16:00
金	ﾌｫﾙｸﾛｰﾚｻｰｸﾙｸﾞﾙｰﾎﾟ・ｱﾙﾄ	1～5	9:00 -13:00
	手編みサークル	1.2.4.5	9:00 -13:00
	高丘パソコンクラブ	1～5	13:00 -17:00
	コンセーラ・タカオカ	1.2.4	18:00 -20:30
	高丘フォトクラブ	3	18:30 -20:30
土	ニーハオ！高丘	1～5	9:00 -12:00
	高丘文庫 ボランティアグループ	1～5	13:00 -16:00
	男性料理 「サークル板前」	4	13:00 -17:00
	高丘ｿｼｱﾙﾀﾞﾝｽｻｰｸﾙ	1～5	16:00 -18:30
日	高丘ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰｱﾏﾁｭｱ 無線ｸﾗﾌﾞ	1	9:30 -12:00
	高丘コミセン 囲碁サークル	1～5	10:00 -14:00

祝 ＼しおさい賞／

2022年度 明石市しおさい賞を明石市生涯学習指導者会高丘部会から冨山朗先生（高丘合氣道）と藤井修一先生（高丘ソシアルダンスサークル）の二人が受賞。表彰式では泉房穂市長から表彰状と盾が手渡されました。

冨山先生
サークルの皆さんに支えられ、育てていただきました。

藤井先生
このような賞を頂き、本当にありがとうございました。

冨山先生　泉市長　藤井先生

たかおかまなびの掲示板

まなびのたね（2）「勾玉作り」

昭和30年代の路地裏を写した写真には、蝋(ロウ)石で地面に落書きをして遊ぶ子どもたちの様子が写っています。最近ではあまり見かけることがありませんね。今回紹介する「勾玉」は「滑石(カッセキ)」を使っています。

縄文から古墳時代まで作られていたアクセサリーの一つです。凹凸のある石に滑石をこすりつけて削っていくのですが、紐を通す穴をあけるのは大変です。現代では錐（キリ）を使えば簡単にあけることができますが、古代の人はどうやって穴をあけたのでしょうか？

木の先を尖(とが)らせたり、獣の骨や魚の骨を使ったりしたのでしょうか。人類は様々な道具を作り、使うことで進歩してきたのでしょう。

一方、寿山石(ジュザンセキ)は固くて削るのに時間がかかりました。丸いガラス玉は、ガラスの棒を火で熱し軟らかくして、木の枝に巻きつけて灰の中で冷ますとできあがります。(N)

路地裏であそぶ子どもたち

勾玉（寿山石）とガラス玉

あかねカレッジライトコース
『次の学びに出会うためのふり返り会』

※当日は、学生ファイルを必ずご持参ください！

12月23日（金）ID:22-09-035
1月27日（金）ID:22-09-036
2月24日（金）ID:22-09-037
3月10日（金）ID:22-09-038
■時間　10:00～11:30

●お電話か窓口でお申し込みください
●参加者には特別グッズを贈呈します！

アクセス
JR大久保駅から神姫バス
49系統 高丘循環10分
高丘中央センター前下車
徒歩1分

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
☎ 078-935-5325

※最寄りバス停　神姫バス「高丘中央センター前」

明石市内のコミセン情報紙は、下のQRコードから。

各種講座情報はウィズあかしのHPにも掲載されています。
https://withakashi.jp

★ 今号から情報紙名をコミナビ高丘としました。
コミセンでまなぶみなさんをナビゲートしていきます。

発行　明石市立高丘コミュニティ・センター
〒674-0057　明石市大久保町高丘3丁目3（高丘中央集会所）
tel（078）935−5325 fax（078）918−5969

たかおか　まなびの情報紙

コミナビ 高丘 COMInavi

2022 秋号

まだまだ広がるわたしのまなび

★ **市民講座のご案内**
新企画続々登場！

★ **あかねカレッジライトコース**
5つの新しい地域講座（対面形式）

★ **登録サークル一覧**
広げようわたしのまなび／つなごうみんなのまなび

★ **まなびの掲示板**
勾玉作り

表紙写真：子午線標示柱（トンボの標識）

広げようわたしのまなび

自分の興味、関心に合わせてやってみたいな、新しいことにチャレンジしてみたいなという方は、中央集会所、体育館へお問い合わせください。

高丘中学校体育館　078-935-0909

曜日	団　体　名	活動週	活動時間
火	高丘コミセンレディース 卓球サークル（I）	1～5	13:00 -15:30
	高丘クラブ（革バレー）	1～5	18:30 -20:30
水	高丘健幸体操サークル	1～5	9:00 -13:00
	高丘バドミントンクラブA	1～5	18:30 -20:30
	空手道クラブ	1～5	18:30 -20:30
木	高丘合氣道	1～5	18:30 -20:30
金	高丘コミセンレディース 卓球サークル（II）	1～5	9:30 -12:00
	喜春太鼓	1～5	18:00 -20:30
	高丘剣道サークルI	1～5	18:30 -20:30
	高丘剣道サークルII	1～5	18:30 -20:30
土	高丘コミセン太極拳サークル	1～5	9:00 -12:00
	T-jump子どもダンス	1～5	13:00 -17:00
	高丘卓球クラブ	1～5	18:00 -20:30
	高丘柔道同好会	1～5	18:00 -20:30
	高丘バドミントンクラブB	1～5	18:30 -20:30
	高丘ジュニア バレーボールクラブ	1～5	18:30 -20:30
日	ポップ高丘ジュニア バレーボールクラブ	1～5	13:00 -16:30
	高丘ハンドボールクラブ	1～5	13:00 -16:30

登録サークル

▲男性料理「サークル板前」
今日のメニューは、
「ラタトゥイユ、豚肉とゴーヤの冷しゃぶ、とうもろこしご飯」

あかねカレッジライトコース

▲薬膳っておもしろい！

7月の市民講座

▲トロッケンゲビンデの作品
ドイツに伝わる木の実や種を使った飾り付けです。

▲親子ウクレレ講座
「おかあさん、かっこいいでしょ」

どなたでも学べます！ ＼市民講座／ 学び広がる・学び深める・学びつなげる

中国文化に親しもう（水餃子作り）

日常で使える中国語を学びながら、皮から作る本格的な水餃子にチャレンジです。

講　師　笹尾女依（ニーハオ！高丘）

日　時　**10月1日**（土）13:30～15:30
定　員　12名（中学生以上）
費　用　500円
持ち物　筆記用具、水分補給用飲み物、麺棒
エプロン、三角巾、ふきん、上履き
お箸、持ち帰り用入れ物

受付開始　9月6日（火）9:00～

ぶらり歩こう会

1 明石公園の昆虫と植物

市街地なのに貴重な昆虫や植物が見られます。
明石公園の魅力を探してみましょう。

講　師　福島秀毅・竹上秀己

日　時　**10月15日**（土）9:45～12:00
定　員　15名
集合場所　明石公園とき打ち太鼓前

2 時の道ウォーク

明石駅から天文科学館まで約2kmの「時の道」にある十二支の標柱を探して歩きます。

講　師　西川　洋・石上龍志

日　時　**10月29日**（土）10:00～12:00
定　員　20名
集合場所　明石公園とき打ち太鼓前

3 旧灯台から海づくり大会の会場見学

明石港の旧灯台→「全国海づくり大会」会場→大蔵海岸まで歩きます。

講　師　西川　洋・石上龍志

日　時　**11月19日**（土）10:00～12:00
定　員　20名
集合場所　JR明石駅たぬき前

各回ともに、実施日前日19:00前のNHK天気予報で、翌日の降水確率が午前午後に関わらず、60%以上の場合は中止します。
※筆記用具・水分補給用の飲み物持参

受付開始　9月27日（火）9:00～

中央集会所窓口か電話でお申し込みください。
定員になり次第、締め切ります。

高丘コミセン（中央集会所）
078-935-5325

スマホ写真の活用（2回シリーズ）

1 スマホ写真の取り込み

スマホで撮影した写真をPCへ取り込みます。

日　時　**11月5日**（土）10:00～12:00

2 写真の活用

PCへ取り込んだ写真の活用について学びます。

日　時　**11月12日**（土）10:00～12:00
講　師　島　守人
定　員　20名
持ち物　ノートパソコン、スマートフォン
筆記用具、水分補給用飲み物
接続ケーブル

受付開始　10月4日（火）9:00～
※2回連続で参加できる方

はじめてのアロマ（アロマで心も身体も癒されて）

自分だけのアロマスプレーを作りましょう。
効能や基礎も学べる入門講座。

講　師　福島由美代（アロマボランティアサークル代表）

日　時　**12月10日**（土）10:00～12:00
定　員　20名　　費　用　500円
持ち物　筆記用具、水分補給用飲み物
受付開始　11月15日（火）9:00～

はじめてのソープカービング

石けんを使った彫刻体験。クリスマスツリーをナイフで彫ります。

講　師　成島則子

日　時　**12月17日**（土）10:00～12:00
定　員　15名　　費　用　500円
持ち物　筆記用具、水分補給用飲み物
受付開始　11月22日（火）9:00～

青春18きっぷの旅（冬）

JRの企画乗車券を活用した日帰りの旅です。

講　師　澤井一夫

日　時　**12月20日**（火）9:00～18:00
定　員　15名
行　程　明石…草津…近江八幡…明石
費　用　2500円（乗車券+保険代+資料等）
※昼食は各自現地でお食べください。
持ち物　筆記用具、水分補給用飲み物
集合場所　JR明石駅たぬき前
受付開始　11月29日（火）9:00～

60歳からの大人の学び ＼あかねカレッジライトコース／受付開始9月15日（木）9:00～

▼オンライン形式 ◎

共通講座 ◎ ID:22-09-024

明石城と城下町

なぜ明石に城が必要だったのか？築城時の様子を城下町と合わせて考えます。

講　師　宮本　博
（神戸史学会会員）

日　時　**10月19日**（水）13:30～15:00

◎ ID:22-09-029

学びに遅すぎることはない
～69歳の高校デビュー～

72歳で通信制高校卒業。高校生活での学びについてエピソード等をお話しいただきます。

講　師　坂東信子（美容院経営）

日　時　**11月9日**（水）13:30～15:00

共通講座 ◎ ID:22-09-025

新しいアジアの時代

近年アジアの国際秩序は大きく動いています。経済、外交の面から現状を考えましょう。

講　師　太田和宏（神戸大学教授）

日　時　**11月16日**（水）13:30～15:00

共通講座 ◎ ID:22-09-026

参画と協働の時代における地域活動とボランティア

人生100年と言われる今日。これからのまちづくりに協働するボランティアの意義を考えます。

講　師　浅見真一
FPM（ファシリテーション・フォー・パフォーマンス・アンド・メンテナンス・ファンクションズ）代表

日　時　**12月21日**（水）13:30～15:00

オリエンテーションのお知らせ

あかねカレッジライトコース（明石市在住60歳以上の方）の受講には下記のオリエンテーションの受講が必要です。

■事前に中央集会所窓口へお申し込みください

10月7日（金）10:00～11:30　ID:22-09-027
11月4日（金）10:00～11:30　ID:22-09-028

▼対面形式（会場）地域講座

ID:22-09-030

私と新聞　新聞週間によせて

知られざる新聞制作の裏側、記者の仕事についてお話します。デジタル化が進む今、新聞の未来は。

講　師　川崎恵莉子（神戸新聞社）

日　時　**10月12日**（水）13:30～15:00

外国人に伝える！伝わる ID:22-09-031

"やさしい日本語"

日本語でペットボトルを外国人にどのように伝えますか?

（公財）明石市文化国際創生財団共催講座

地域に住む外国人との多文化共生について、伝わりやすい日本語を通して考えましょう。

講　師　福井武司(公財)神戸YWCA
日本語教師養成コーディネーター

日　時　**10月22日**（土）13:30～15:30

ID:22-09-032

天王星食中の皆既月食

11月8日は天王星が月に隠される天王星食が見られます。秋の星空のお話を聞きましょう。

講　師　兼吉幸恵（明石市立天文科学館）

日　時　**11月2日**（水）13:30～15:00

ID:22-09-033

脳の活性化と懐かしい昔の道具体験

懐かしい昔の道具体験を通じて、脳を活性化させましょう。

講　師　吉本由梨香
（明石市文化・スポーツ室）

日　時　**11月30日**（水）13:30～15:00

ID:22-09-034

人権映画「親愛なる、あなたへ」

無関心、無理解という冷たい壁を破って、温かい見守りと相互支援を。本田博太郎さん主演。

講　師　大西修平
（明石市人権推進課啓発係）

日　時　**12月14日**（水）13:30～15:00