二見町　学びの情報紙

二見コミセン通信　第２号

2020年

11月号

〒６７４-００９４
明石市二見町西二見597-2（西部文化会館）月曜日・祝日休館
TEL：078-943-6741　FAX：078-918-5975

コロナ、猛暑、異常気象、大型台風･･･本当に大変な「特別な夏」が、やっと過ぎました。
いよいよ秋本番。読書、芸術、スポーツ、食欲等　コロナと上手に付き合いながら4月からできなかったことを少しずつ取り戻していきたいそんな気持ちでいっぱいです。
コミセン通信第2号を皆様にお届けすることができました。11月から1月に開催される市民講座を紹介しています。コロナ禍の生活に少しでも役立つことができれば幸いです。
今後ともよろしくお願いいたします。　二見コミセン運営委員長　吉川　正博

地域の情報掲示板

二見小校区　二見の夏まつり２０２０～今年は君たちが花火師だ！～

何度も話し合いを持ち

そして迎えた八月二十二日

花火600人分の袋詰め

8/19二見小で花火配布

まずはライトマンが恐竜に乗って子どもたちにブレスライトをプレゼント

アイスマンがド派手なバイクにまたがりアイスを振る舞う

二見校区夏まつり実行委員会
絹川和之委員長

多くの親御さんからも夏まつりをやって本当に良かったとの声をいただいています。

まち中に響く子どもたちの歓声！

大人も子どもみんな笑顔に！

二見校区夏まつり実行委員会　柴谷欣伸イベント行事部会長（二見校区まちづくり協議会）
子どもの頃は、賑やかで楽しかっただけで何もわからなかったけど、親の代からこうやってみんなが集まって親しくなり「まち」の人たちの輪が広がっていった。「まつり」は人と人を結び、また「まち」と人を結ぶ大切な行事だと思います。だから親の代から続いてきた「まつり」を4年前に復活させ、今後も「まち」全体で喜ぶ、より良い方向性で続けていかなくてはいけないと思います。

二見北小校区　あんたも主役！オープンなまち！～笑顔であいさつ みんなでつながる二見北～

会場の飾りつけ

2021年に二見北小50周年なの協力してね！

「おりがみdeみんなでつながる二見北　コロナに負けない！輪っか大作戦！」をスローガンに折り紙で作った輪っかを集めています。目標は1kmです。50周年式典会場の飾りつけに使います。（1次締切り10月末）
※お陰様で9月はじめに1km到達！現在5km目指して頑張っています。ご協力をお願いします。詳しくは二見北まちづくり協議会事務局まで078-777-9167

コロナのため休止していました「まち協の日替わりカフェ」を内容を変更して再開いたします。参加費は全て100円。一度のぞいてみてください。
【まち情報井戸端カフェ】10/27,11/24,12/15　10:00～12:00
まちの気になる情報を見たり聞いたり、話し合ったり学び系カフェ
【笑～輪っかカフェ】10/28,11/25,12/16　10:00～12:00
折り紙で輪っか飾りを作ったり、楽しくおしゃべり気軽なカフェ
【歌声カフェ】10/23,11/27,12/18　10:00～12:00
オカリナの演奏にあわせて童謡・流行歌・懐かしい曲を歌います
問い合わせ078-943-6667（二見北小コミセン）

遊びに来てね

二見西小校区　聴導犬を通じて福祉を学ぶ！

10月16日（金）10:00～11:30(受付9:45～)二見西小学校体育館で聴導犬の学習をします。聴導犬は、タッチするなどいろいろな動作を使って耳の不自由な方に音を知らせて生活をサポートします。そんな聴導犬のことを日本聴導犬協会の方に教えていただきます。二見西小学校の4年生と一緒に学習します。
興味がある方は、是非参加してください。申し込みは不要です。
当日、会場にお越しください。問い合わせ078-942-0240（二見西小コミセン）

昨年度実施時の写真

▶11月以降の開催講座情報は裏面へ

二見コミセン　11月～12月開催予定の講座情報

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。

11月開催予定

11/5（木）　地域発信で社会を変える

講師/帝塚山大学名誉教授　中川　幾郎

明石市立高齢者大学あかねが丘学園の教養講座を開催します。（録画放映形式）
講座では「市民」と「社会」の関係を問い直し、これからの時代に求められる市民のあり方を探ります。

●日　時：11月5日(木) 13：30～15：00
●参加費：無料　●定　員：40名程度
●持ち物：筆記用具、上履き（スリッパ）

★受付開始日：10月15日(木) 9：00～

11/10（火）　意外と知らない犬・猫の生態

～ワンちゃん・ねこちゃんの？にお答えします。～

あかしっぽ　講師/峰本　隆博　(獣医師)

あかし動物センターは、動物に対する理解や命の大切さを伝える普及啓発を行い、動物を飼っている人も飼っていない人も、動物と共生できる社会の実現を目指します。

●日　時 ：11月10日(火)10：00～11：30
●参加料：無料　●定　員：50名
●持ち物：筆記用具、上履き（スリッパ）

★受付開始日：10月20日(火) 9：00～

11/12（木）　南極大陸で弾き語り

講師/藤本　明生

35年越しの夢、南極で叶えます。2020年2月藤本さんはギターを手に南極に向かい、世界7大陸の歌い歩き制覇に挑む。
「二十歳の頃に抱いた夢を完結させたい！」

●日　時 ：11月12日(木) 13：30～15：30
●参加料：無料
●定　員 ：50名
●持ち物：上履き（スリッパ）

★受付開始日：10月22日(木) 9：00～

11/18（水）　マリンバ演奏と歌遊び

講師/和田　秀美(あんさんぶるdosso)

生の楽器演奏と歌を身体全体、五感を使って楽しんでいただきたいと思います。

●日　時：11月18日(水)10：00～10：40
●参加料：無料
●持ち物：　なし

※コロナ感染拡大防止の観点から今年度は二見西幼稚園児と保護者のみの参加とします。

11/19（木）　話し方でイメージチェンジ ～苦手を克服する即効性講座～

講師/ 原田　有紀(司会者・MC)

話し方や発想を少し変えることで違った自分を発見し、新たなチャレンジへの一歩を応援します。苦手を克服するコツをわかりやすくご紹介！

●日　時：11月19日(木) 13：30～15：30
●参加料：無料●定　員：20名
●持ち物：筆記用具、あれば手鏡
　　お茶等（水分補給用）
　　上履き（スリッパ）

★受付開始日：10月29日(木) 9：00～

12月開催予定

12/5（土）　ハーバリウム　クリスマスアレンジ

講師/ 東田　里美

二見コミセンの人気講座です。参加される方は、毎回素敵な作品を制作されています。講師の東田先生は、昨年度の講師増田先生にハーバリウムを指導された先生です。

●日　時：12月5日(土) 13：30～15：00
●参加費：1700円(材料費として)
●定　員：20名
●持ち物：ハサミ、上履き（スリッパ）

★受付開始日：11月14日（土） 9：00～

二見コミセン　12月～1月開催予定の講座情報

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。

12/8（火）エコ粘土で干支づくり

講師/山下　加代子

昨年の参加者の声：「楽しかったです」「良い作品ができました」「難しいところは先生が準備してくださり、よかったです」

●日　時：12月8日(火)10：00～12：00
●参加料：600円(材料費として)
●定　員：30名
●持ち物：ハサミ、ハンカチ、持ち帰り用袋、上履き(スリッパ)

★受付開始日：11月17日(火)　9：00～

12/15（火）あなたにもできる見守り・寄り添いスキルアップ講座

講師/ 岸本　徹彦
(兵庫SST研究会&交流会代表)

誰にでもおこりうる“認知症”。介護する人・される人、どちらも穏やかでいられる、優しい認知症ケアの技法を学びます。

●日　時：12月15日(火)　13：30～15：30
●参加費：300円(資料代として)
●定　員：25名
●持ち物：筆記用具、上履き(スリッパ)

★受付開始日：11月24日(火)　9：00～

12/17（木）トロンボーンでクリスマスソングを

講師/坂本　裕樹、西海　佳苗

クリスマスソングや懐かしい名曲をトロンボーンとピアノで演奏します。素敵なひとときをお楽しみください。

●日　時：12月17日(木)13：30～15：30
●参加料：無料
●定　員：50名
●持ち物：上履き(スリッパ)

★受付開始日：11月26日(木)　9：00～

12/27（日）フラワーアレンジメント お正月用アレンジ

講師/山本　恵子

昨年の参加者の声：「とても素敵な作品ができました」　「楽しかったです」　「お正月らしい作品が出来ました」「家に飾るのが楽しみです」

●日　時：12月27日(日)
14：00～15：30
●参加料：1500円(材料費として)
●定　員：15名
●持ち物：花ばさみ、持ち帰り用袋、上履き(スリッパ)

★受付開始日：12月8日(火)　9：00～

1月開催予定

1/7（木）だまされないための詐欺・消費者問題講座

講師/荒木　武文(消費者教育アドバイザー)

様々な悪徳商法や詐欺が皆さんを狙っています。自身や周りの人が騙されないようにするために、必要な知識や最近の事例などを学びます。

●日　時：1月7日(木) 13：30～15：30
●参加料：無料
●定　員：25名
●持ち物：筆記用具、上履き(スリッパ)

★受付開始日：12月17日(木) 9：00～

1/14（木）健やかな暮らしのための食を考える

講師/亀田　隆雄(管理栄養士)

明石市立高齢者大学あかねが丘学園の教養講座を開催します。(録画放映形式)
講座では、元病院管理栄養士が考えるバランスの取れた食事や、高血圧・動脈硬化対策など「食」に関するウソ・ホント等を学びます。

●日　時：1月14日(木) 13：30～15：00
●参加費：無料　　●定　員：40名程度
●持ち物：筆記用具、上履き(スリッパ)

★受付開始日：12月24日(木)　9：00～

二見コミセン　1月開催予定の講座情報

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。

1/16（土）　絵本は何の役に立つ
～選び方・読み方で子どもが変わる～

講師/田中　八潮

子育てしていると「なんだかしんどいなあ」「どうしたらいいんだろう」などと落ち込むことや迷うことがたびたびあります。そんな時、力になってくれるのが絵本です。

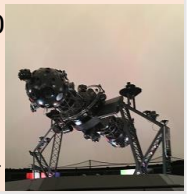
●日　時：1月16日(土)13:30～15:00
●参加料：無料　●定　員：50名
●持ち物：上履き（スリッパ）

★受付開始日：12月22日(火)　9:00～

1/26（火）　宇宙のはてから宇宙人まで
～天文のお話と素朴な疑問にお答えします～

講師/明石市立天文科学館

1960(昭和35)年「時の記念日」に天文科学館が開館しました。以来「時」と「宇宙」を展示する博物館として最新の情報を提供しています。



●日　時：1月26日(火)10:00～11:30
●参加料：無料
●定　員：50名
●持ち物：上履き（スリッパ）

★受付開始日：1月5日(火)9:00～

サークル活動紹介

導引養生功

中国政府が唯一公認している気功が導引養生功です。自分で身体を動かしてつぼや経絡を刺激し、血流をよくします。そうすることで免疫力を高めます。

毎週水曜日9:30から西部文化会館3階大会議室で活動しています。毎回約20名で行っています。非常にゆっくりした動きですし、座って行うこともできます。会員のみなさんは、それぞれ状態に応じて健康増進、体力アップ、病後の回復等に取り組んでいます。

シニアピンポン

会員は男性8名女性17名合計25名です。卓球経験なしで入ってこられた会員もいます。毎週木曜日の午前中みんなで卓球を楽しんでいます。

練習風景です。

まずは準備運動

次に抽選で相手を決めます。

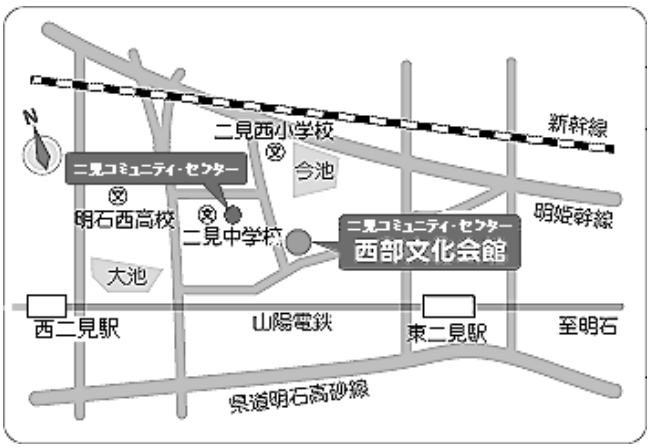
いよいよ卓球が始まります。和気あいあい、楽しい雰囲気ですが、激しいラリーやスマッシュも！

7分でローテンションして相手が代わります。

7分×２回で5分休憩します。
大体これを2回半から3回、熱中症に気をつけながら、それぞれ自分の体力に合わせて楽しんでいます。

二見コミセンからのお願い

コロナ感染拡大防止のために！

・来館前に体温を測ってください。熱があるときや体調が悪いときは来館を控えてください。
・来館の際には必ずマスクを着用してください。未着用の場合は来館をお断わりします。
・咳エチケットの励行、活動前後の手洗い・手指の消毒を行ってください。
・屋内の場合、30分に5分程度の部屋の換気を行ってください。
・使用後は、手が触れた個所の消毒をしてください。
・使用者同士は1メートル以上の間隔をあけてください。
・近距離での会話や発声、特に大きな声を出すことはしないでください。

二見コミセン周辺地図