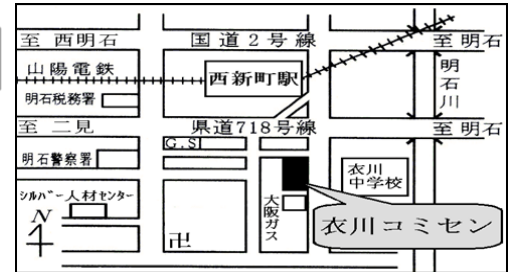


平成30年度 衣川コミセン通信 (前期)

電話 922-4700 休館日 月曜日・祝日



市民の皆さんが、学び、集い、鍛え、語り合っ交流の「わ」を広げる場所がコミュニティ・センター(コミセン)です。コミセンでは、本年度も皆さんに有意義な時間を過ごしていただくために、幅広い年齢層を対象に各種講座を用意しています。皆さんのご参加をお待ちしています。

高齢者大学では、今年度も市内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」を実施します。

市の施策を学ぶ講座	講師
第2回：2019年、明石市は市制100周年	市制施行100周年記念事業推進室
第6回：みんなで守ろう「交通ルール」(交通安全のお話と自転車の乗り方等)	交通安全課
第9回：みんなで見守る子どもの健やかな育ち～児童虐待の防止に向けて～	子育て支援課
第11回：支え合いの地域づくり	明石市社会福祉協議会 地域福祉推進課

高齢者大学

対象：60歳以上の明石市民
 定員：90人(応募多数の場合、抽選)
 受講料：無料(学生自治会費+保険料として、2,000円必要)
 時間：13:30～15:30



申込方法：2月15日(木) 9:00～3月31日(土)
 入学申込書に記入のうえ、
 衣川コミセンまで申し込んでください。
 (電話受付はいたしません)

回	月日	内容	講師	回	月日	内容	講師
1	5/9	開講式	—	8	6/27	活躍するロボットの最新事情と未来のロボット	梶村 好宏
2	5/16	2019年、明石市は市制100周年	市制施行100周年記念事業推進室	9	7/4	みんなで見守る子どもの健やかな育ち～児童虐待の防止に向けて～	子育て支援課
3	5/23	健康と音楽	古川 和香子	10	7/11	落語に学ぶ 学級活動	天神亭 わら司
4	5/30	動物園に行きたくなる話	大橋 有加	11	9/12	支え合いの地域づくり	明石市社会福祉協議会 地域福祉推進課
5	6/6	南極シェフのよもやま話	後藤 充功	12	9/19	にこにこペースで健康体操	中村 香織
6	6/13	みんなで守ろう「交通ルール」 (交通安全のお話と自転車の乗り方等)	交通安全課	13	9/26	名曲を聴いて、歌って	アンコーラ
7	6/20	文博に行ってみよう	明石市立文化博物館				

市民講座

★ 市民講座申込方法 ★
 受付開始日の午前9時から
 コミセン窓口・電話にて受付。
 先着順で定員になり次第締切。

★★ 子どもの喜ぶお弁当づくり講座 ★★



対象：明石市民
 定員：18名
 参加費：無料(材料費 1000円)
 時間：9:30～12:30 ※5分前に集合
 持ち物：エプロン、三角巾、手ふき、
 ふきん2枚、筆記用具
 ※受付開始：4月15日(日) 9:00～

月日	内容	講師
5/18(金)	カンタンわくわくお弁当	へるすいート

★★ 旬の料理教室 ★★

対象：明石市民
 定員：18名(3回とも参加できる方)
 参加費：無料(材料費 1回 1000円)
 時間：9:30～12:30 ※10分前に集合
 持ち物：エプロン、三角巾、手ふき、ふきん2枚、筆記用具
 ※受付開始：4月1日(日) 9:00～



★★★★ 美 Body ヨガ ★★★★★

対象：明石市民
 定員：20名(3回とも参加できる方)
 参加費：無料
 時間：13:30～15:00 ※5分前に集合
 持ち物：運動のできる服装、タオル、
 お茶、マットか大きめのバスタオル
 ※受付開始：4月15日(日) 9:00～



月日	内容	講師
5/ 8(火)	和の基本～一汁三菜～	へるすいート
6/12(火)	夏パテ防止	
7/10(火)	ワンプレート料理	

月日	内容	講師
6/ 7(木)	骨盤をしめましょう	松田 実也
6/14(木)	ヒップアップをしましょう	
6/21(木)	お腹を鍛えましょう	

市民講座

★★ デジカメ初級講座 ★★

対象：明石市民
 定員：20名(3回とも参加できる方)
 参加費：無料
 時間：10:00～11:30 ※5分前に集合
 持ち物：デジタルカメラ、筆記用具
 ※受付開始：5月1日(火) 9:00～



月日	内容	講師
6/1(金)	オートでたくさん撮ってみよう	坂本 正子
6/22(金)	シャッターチャンスと構図を考えて	
7/13(金)	光を上手に取り込んで	

★★ ケーキ教室 (初級クラス入門)★★

対象：明石市民
 定員：15名(2回とも参加できる方)
 参加費：無料(材料費 1回 1300円)
 時間：9:30～12:30 ※10分前に集合
 持ち物：エプロン、三角巾、手ふき、
 ふきん2枚、筆記用具
 ※受付開始：5月1日(火) 9:00～



月日	内容	講師
6/8(金)	クッキー2種類	谷山 比呂子
7/6(金)	抹茶のシュークリーム	

★★★ ちぎり絵教室 ★★★

対象：明石市民
 定員：20名(3回とも参加できる方)
 参加費：無料(材料費 1回 1000円)
 時間：9:30～12:00 ※5分前に集合
 持ち物：筆記用具、おしぼり
 ※受付開始：8月1日(水) 9:00～



月日	内容	講師
9/4(火)	ふんわりパラシュート	財田 順子
10/2(火)	染め 一筆箋	
11/6(火)	干支 いのしし	

親子教室

★★★ 陶芸教室 ★★★

対象：明石市民の親子(祖父母も可)
 定員：親子10組
 参加費：無料(材料費：1組 1100円)
 時間：9:30～11:30 ※10分前に集合
 持ち物：子ども用上履き、
 汚れてもよい服装(またはエプロン)
 ※受付開始：6月15日(金) 9:00～



月日	内容	講師
7/21(土)	親子で2作品を作ります	田路 桂子

平成30年度 登録団体一覧 (予定)

※見学は随時受付中です。

NO	サークル名	日	週	時間	NO	サークル名	日	週	時間
1	あじさい(料理)	火	4	9:30～12:00	24	卓球サークル「コスモス」	火	1,2,3,4	9:30～12:00
2	明石中央女声合唱団	火	1,2,3,4	9:30～12:00	25	レモン卓球	火	1,2,3,4	13:00～15:00
3	ほっとみるくてい (軽音楽)	火	3,4	13:00～16:30	26	太極拳サークル	火	1,2,3,4	18:30～20:30
4	三味線民謡民舞踊サークル	火	1,2,3	13:30～16:30	27	衣川空手道愛好会	火	1,2,3,4	18:30～20:30
5	和裁サークル	火	1,2,3,4	13:00～15:30	28	リズムストレッチ体操	水	1,2,3,4	9:30～12:00
6	大和吟詠会	火	1,2,3,4	18:30～20:30	29	衣川合気道	水	1,2,3,4	18:30～20:30
7	シルバー歌謡	水	1,2,3,4	9:30～12:00	30	いきいき体操	木	1,3,4	13:30～15:00
8	大正琴サークル	水	1,3	9:30～12:00	31	衣川柔道倶楽部	木	1,2,3,4	18:30～20:30
9	布の会(パッチワーク)	水	1,3	9:30～12:00	32	衣川クラブ (卓球)	木	1,2,3,4	18:30～20:30
10	絵画サークル	木	1,2,3,4	9:30～12:00	33	アマナ・フォークダンス	金	1,2,3,4	9:30～12:00
11	ジャズミンズ (トールポイント)	木	2	10:30～16:00	34	中高年体操サークル	金	1,2,3,4	13:30～14:30
12	琴同好会	木	1,3	18:00～20:30	35	衣川学舎空手道クラブ	金	1,2,3,4	18:30～20:30
13	友々会 (茶道)	金	1,2,3	9:30～12:00	36	よさこいサークル	土	1,2,3,4	10:00～12:00
14	衣川俳句会	金	2,4	13:00～16:00	37	バランスボール ピーチクラブ	土	2,4	14:30～16:30
15	衣川デジカメサークル	金	3	9:30～12:00	38	少年柔道サークル	土	1,2,3,4	18:30～20:30
16	カラオケひばり	土	2,3	10:00～12:00	39	衣川柔道同好会	日	1,2,3,4	9:30～12:00
17	書道サークル	土	1,3,4	9:30～11:30	40	さくらんぼ (社交ダンス)	日	1,2,3,4	13:00～16:30
18	衣川謡曲サークル	土	1,2,3,4	9:30～12:00	41	バスケットエグ	火	1,2,3,4	18:30～20:30
19	尺八研究会	土	1,2,3,4	13:00～16:00	42	JOKERES (バスケット)	火	1,2,3,4	18:30～20:30
20	ペン字サークル	土	1,3	14:00～16:00	43	Coobok (バスケット)	水	1,2,3,4	18:30～20:30
21	衣川囲碁サークル	日	1,2,3,4	9:30～12:00	44	バスケット「明石クラブ」	木	1,2,3,4	18:30～20:30
22	明石ラン会	日	1	13:00～16:30	45	衣川剣道サークル	金	1,2,3,4	18:30～20:30
23	衣川カラオケ同好会	日	2,4	13:00～16:30	46	バスケットボール 籠友会	土	1,2,3,4	18:30～20:30
					47	バスケットボールサークル「RBBC」	土	1,2,3,4	18:30～20:30

文化系サークル

体育系サークル