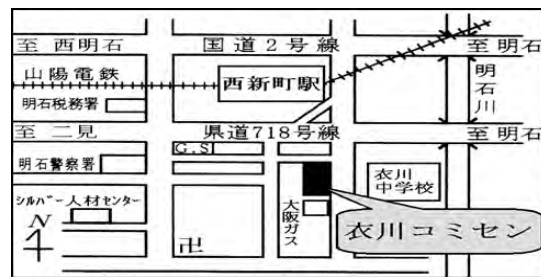


2019年度 衣川コミセン通信 (前期)
電話 922-4700 休館日 月曜日・祝日

市民の皆さんが、学び、集い、鍛え、語り合っただけ交流の「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

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。

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（但し学生自治会費+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(金)～3月31日(日)
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)

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 part2	市制施行100周年記念事業推進室
第9回：みんなで取り組もう青少年の健全育成	児童生徒支援課
第11回：待機児童解消へ本気の取り組み進行中	待機児童緊急対策室
第13回：明石の景観資源について	都市総務課

回	月日	内容	講師	回	月日	内容	講師
1	5/8	開講式	—	8	6/26	惑星探査入門～ボイジャーからはやぶさ2まで～	梶村 好宏
2	5/15	2019年、明石市は市制100周年part2	市制施行100周年記念事業推進室	9	7/3	みんなで取り組もう青少年の健全育成	市児童生徒支援課
3	5/22	楽しく歌おう、懐かしのメロディ	大川 緑	10	7/10	落語に学ぶ 学級活動	天神亭 わら司
4	5/29	明石の酒～明石杜氏の話～	茨木 幹人	11	9/11	待機児童解消へ本気の取り組み進行中	市待機児童緊急対策室
5	6/5	キリマンジャロに再挑戦	藤本 明生	12	9/18	お腹の健康と乳酸菌	兵庫ヤクルト販売
6	6/12	心と体を健康に ～バランスのとれたからだ作りに挑戦しましょう～	神田 実代子	13	9/25	明石の景観資源	市都市総務課
7	6/19	これから活き活きと生きるための終活	川原 啓治				

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。

★★ 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2日(火) 9:00～

月日	内容	講師
5/14(火)	朝ごはんメニュー	へるすいート
6/11(火)	ヘルシー料理	
7/9(火)	夏をのりきる料理	

★★ やさしいピラティス講座 ★★

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：13:30～15:00 **※5分前に集合**
 持ち物：運動のできる服装、タオル、水かお茶、ヨガマット、バスタオル
※受付開始：4月16日(火) 9:00～



月日	内容	講師
6/6(木)	ピラティスの基本と呼吸	若松 真弓
6/13(木)	肩こり・腰痛改善のためのピラティス	
6/20(木)	正しく歩くためのピラティス	

★★ わくわくお弁当づくり教室 ★★

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16日(火) 9:00～



月日	内容	講師
5/17(金)	園児の喜ぶお弁当	へるすいート

★★ 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5日(日) 9:00～



月日	内容	講師
5/31(金)	静物を撮ってみよう	坂本 正子
6/14(金)	明石公園へ撮影に行こう	
6/28(金)	作品に仕上げよう	

★★ 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15日(水) 9:00～



月日	内容	講師
6/7(金)	苺チョコのブラウニー	谷山比呂子
7/5(金)	抹茶の焼き菓子	

市民講座

★★ シニア向けスマホ講座 ★★ Android編

対象：明石市民
 (まだスマホをお持ちでない方や
 操作に不安を感じているシニアの方)
 定員：24名(2回とも参加できる方)
 参加費：無料
 時間：13:30～15:30 ※10分前に集合
 持ち物：筆記用具《スマホは貸し出します》
 セミナー中は貸出用スマホを操作していただきます
 ※受付開始：6月1日(土) 9:00～

後期にiPhone編も
 予定しています。



月日	内容	講師
7/11(木)	Android入門編	NTTドコモ 認定講師
7/18(木)	Android応用編	

★★ 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(木) 9:00～



月日	内容	講師
9/3(火)	雪だるま	財田 順子
10/1(火)	干支・子	
11/5(火)	福寿草	

★★ 刃物とぎ講座 ★★

対象：明石市民
 定員：24名
 参加費：無料
 時間：9:30～12:00 ※10分前に集合
 持ち物：刃物2～3本、
 (包丁、ハサミ、刈込バサミ等)
 雑巾、タオル、筆記用具
 ※受付開始：8月15日(木) 9:00～



月日	内容	講師
9/19(木)	研ぎ方を伝授します	森岡 光雄

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：9:30～12:00 ※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
7/20(土)	親子で2作品を作ります	田路 桂子

2019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	23	衣川空手道愛好会	火	毎週	18:30～20:30
2	明石中央女声合唱団	火	毎週	9:30～12:00	24	リズムストレッチ体操	水	毎週	9:30～12:00
3	ウクレサークル ほっとみるくてい	火	3,4	13:00～16:30	25	衣川合気道	水	1,2,3,4	18:30～20:30
4	和裁サークル	火	毎週	13:00～15:30	26	いきいき体操	木	1,2,3,4	13:30～15:30
5	大和吟詠会	火	1,2,3,4	18:30～20:30	27	衣川柔道倶楽部	木	毎週	18:30～20:30
6	衣川デジカメサークル	水	1	10:00～12:00	28	衣川クラブ (卓球)	木	毎週	18:30～20:30
7	大正琴サークル	水	1,3	9:30～12:00	29	アマナマナ・フォークダンス	金	毎週	9:30～12:00
8	布の会(パッチワーク)	水	1,3	9:30～12:00	30	中高年体操サークル	金	1,2,3,4	13:30～14:30
9	琴同好会	木	1,3,5	18:00～20:30	31	衣川学舎空手道クラブ	金	毎週	18:30～20:30
10	友々会	金	2,3,4	9:30～12:00	32	よさこいサークル	土	毎週	9:30～12:00
11	衣川俳句会	金	2	13:00～16:00	33	少年柔道サークル	土	毎週	18:00～20:30
12	カラオケひばり	土	2,3	10:00～12:00	34	衣川柔道同好会	日	毎週	9:30～12:00
13	書道サークル	土	1,3,4	9:30～11:30	35	さくらんぼ (社交ダンス)	日	毎週	13:00～16:30
14	衣川謡曲サークル	土	毎週	9:30～12:00	36	バスケットエグ	火	毎週	18:30～20:30
15	尺八研究会	土	毎週	13:00～16:00	37	JOKERES (バスケット)	火	毎週	18:30～20:30
16	ペン字サークル	土	1,3	14:00～16:00	38	Coobok (バスケット)	水	毎週	18:30～20:30
17	衣川囲碁サークル	日	毎週	9:30～12:00	39	MAD SHARKS (バスケット)	水	毎週	18:30～20:30
18	明石ラン会	日	1	13:00～16:30	40	バスケット「明石クラブ」	木	毎週	18:30～20:30
19	衣川カラオケ同好会	日	2,4	13:00～16:30	41	衣川剣道サークル	金	1,2,3,4	18:30～20:30
20	卓球サークル「コスモス」	火	1,2,3,4	9:30～12:00	42	マサラドーサ (バスケット)	金	2,4	19:00～20:30
21	レモン卓球	火	毎週	13:00～15:00	43	バスケットボール 籠友会	土	毎週	18:30～20:30
22	太極拳サークル	火	毎週	18:30～20:30	44	バスケットボールサークル「RBBC」	土	毎週	18:30～20:30