

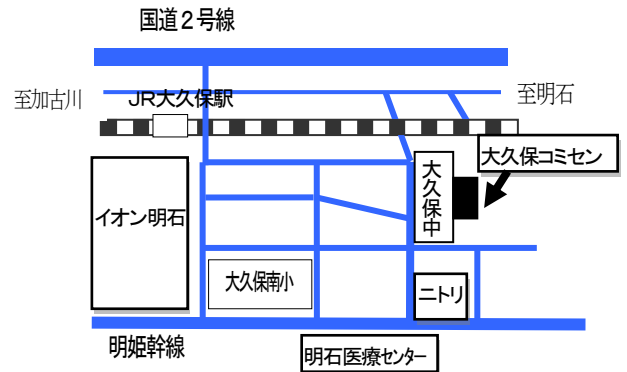
2019年度 大久保コミセン通信(前期)

電話 936-0879 休館日 月曜日・祝日

市の施策を学ぶ講座	講師
第3回：心と体が元気になる地域づくり ～地域総合支援の取り組み～	地域総合支援室
第8回：文化財を知る ～探訪・わがまち明石の歴史と文化～	文化振興課
地域を学び、地域と連携する講座	講師
第5回：地域の魅力発見～まち歩きを楽しむ～	ヘリテージ明石 吉川 悟
第7回：明石を歩いた象さん	岡田 悦夫
第9回：寄って来って支え合い塾	明石歌声交流会 大園 満子

高齢者大学

受付期間：2019年2月15日(金)～3月31日(日)
定員：80名
対象：市内在住の60歳以上の方
参加費：無料(ただし、保険料、自治会費などは実費必要)
時間：13:30～15:30
※定員を越えたときは、本科生の入学を優先します。



市民の皆さんが、学び、集い、鍛え、語り合って交流の「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ご用意しています。皆さんのご参加をお待ちしています。

市民講座

※ 申込み方法：受付開始日の午前9時から
大久保コミセンで電話等で受付、定員になり次第締切

——初級洋菓子教室——

受付開始日：4月16日(火)
定員：各回15名(原則2回出席できる方)
対象：市民
参加費：無料(但し材料費1回につき1300円)
持ち物：エプロン、三角巾、布巾2枚、持ち帰り容器、筆記用具

月日	時間	内容	講師
5/21(火)	10:00～	苺チョコブラウニー	谷山比呂子
6/18(火)	12:30	抹茶の焼き菓子	

——夏の絵手紙教室——

受付開始日：5月14日(火)
定員：各回16名(原則3回出席できる方)
対象：市民
参加費：無料(但し材料費1回につき300円)
持ち物：特になし

月日	時間	内容	講師
6/8(土)	9:30～ 12:00	夏の絵手紙	脇坂正義
6/15(土)			
6/22(土)			

回	月日	内容	講師等
1	5/8(水)	開講式	
2	5/15(水)	みんなで歌おう懐かしのメロディ	藤本 明生
3	5/22(水)	心と体が元気になる地域づくり ～地域総合支援の取り組み～	地域総合支援室
4	5/29(水)	B1グラブプリを活用したまちおこし ～西日本大会の報告と全国大会に向けて～	古志 利宗
5	6/5(水)	地域の魅力発見 ～まち歩きを楽しむ～	ヘリテージ明石 吉川 悟
6	6/12(水)	加齢性疾患の薬	神戸学院大学 教授 岡本 正志
7	6/19(水)	明石を歩いた象さん	岡田 悦夫
8	6/26(水)	文化財を知る ～探訪・わがまち明石の歴史と文化～	文化振興課
9	7/3(水)	寄って来って支え合い塾	明石歌声交流会 大園 満子
10	7/10(水)	世界水紀行「ウズベキスタン編」	森本 眞一
11	9/4(水)	刑務官物語(塀の中のよもやま話)	松井 昇
12	9/11(水)	動物園に行きたくなる話	大橋 有加
13	9/18(水)	発表会	学級生

市民講座

——ゆかたの着方——

受付開始日：5月15日（水）
 定員：各回5名
 対象：市民（女性）
 参加費：無料
 持ち物：ゆかた、半幅帯、肌じゅばん、裾よけ、帯板、腰ひも3本、伊達締め1本



月日	時間	内容	講師
6/11(火)	9:30~	ゆかたの着方	信川 須美子
7/2(火)	11:30		

——料理教室——

受付開始日：8月1日（木）
 定員：各回12名（原則3回出席できる方）
 対象：市民
 参加費：無料（材料代1回につき1000円）
 持ち物：エプロン、三角巾、布巾2枚、手拭きタオル、筆記用具



月日	時間	内容	講師
9/5(木)	9:30~ 12:00	中華料理	へるすいート
9/12(木)		旬の食材で洋食を	
9/19(木)		創作和食	

親子教室

——親子創作粘土教室——

受付開始日：7月3日（水）
 定員：8組（保護者と4歳以上のお子様1組で申し込んで下さい）
 対象：市民
 参加費：無料（材料代1組1回につき850円）
 持ち物：雑巾、持ち帰り用袋(小)

月日	時間	内容	講師
7/27(土)	10:00~12:00	宇宙図鑑	梶 美智子

——親子手打ちうどん教室——

受付開始日：7月3日（水）
 定員：6組（保護者と4歳以上のお子様1組で申し込んで下さい）
 対象：市民
 参加費：無料（材料代1組1回につき1000円）
 持ち物：エプロン、三角巾、布巾2枚、手拭きタオル、筆記用具



月日	時間	内容	講師
8/3(土)	9:30~12:30	手打ちうどんを作ろう	へるすいート



2019年度 大久保コミセン登録団体一覧表（予定）

【文化】

No.	団体名	曜	週	時間
1	木彫	水	2 4	9:30~12:00
2	やさしい英会話	水	1 2 3 4	10:00~11:30
3	ゆかいな仲間	木	1 2 3 4	9:30~12:00
4	編み物	木	1 2 4	13:30~16:30
5	歌謡	木	1 2 3 4	18:30~20:30
6	民舞	金	1 2 3 4	13:00~16:00
7	明石吟詠	金	1 2 3 4	13:30~15:30
8	パソコンⅡ	金	1 2 3 4	13:30~16:30
9	囲碁	土	1 2 3 4	13:00~16:30
10	パソコンⅠ	日	1 2 3 4	9:30~12:00
11	R C 明石友の会	土	4	9:30~12:00
		日	4	13:00~16:30

【体育】

No.	団体名	曜	週	時間
1	太極拳Ⅱ	火	1 2 3 4	9:30~12:00
2	33クラブ (社交ダンス)	火	1 2 3 4	13:00~16:00

3	ヨガ	水	1 2 3 4	10:00~11:30
4	プアレファフラ (フラダンス)	水	1 2 3 4 5	13:00~16:00
5	ロウキュークラブ (バスケットボール)	水	1 2 3 4 5	18:30~20:30
6	空手道サークル1	水	1 2 3 4 5	18:30~20:30
7	レディース卓球	木	1 2 3 4 5	9:30~12:00
8	太極拳	木	1 2 3 4	18:30~20:30
9	剣道	木	1 2 3 4 5	18:30~20:30
10	健康体操	金	1 2 3 4	9:30~12:00
11	練功&健康太極拳	金	1 2 3 4	9:30~12:00
12	コミセンクラブ (バレーボール)	金	1 2 3 4 5	18:30~20:30
13	Zサークル (ダンス)	金	1 2 3 4	18:30~20:30
14	f r e e (バスケットボール)	金	1 2 3 4 5	18:30~20:30
15	卓球同好会	土	1 2 3 4 5	9:30~12:00
16	コミュニティdeダンスサークル	土	1 3 5	13:00~16:30
17	空手道3	土	1 2 3 4 5	18:00~20:00
18	ピエロ (バスケットボール)	土	1 2 3 4 5	18:30~20:30
19	あかし楽しむくらぶ	土	2 4	13:00~16:30
20	オーバーリミット (バスケットボール)	土	1 2 3 4 5	18:30~20:30
21	フレンドリー卓球	日	1 2 3 4 5	9:30~12:00
22	ピンポン同好会	日	1 2 3 4 5	13:00~16:30