二見町　学びの情報紙

二見コミセン通信　第３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

2021年
２月号

二見コミセン　２月～３月開催予定の講座情報

2月開催予定

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。

あかねが丘学園 教養講座体験授業

2/4（木）人前で話すポイントをつかむ

講師/望月　康恵(ステージコーディネーター)

元気いっぱいの初代NHK歌のお姉さんが、人前で話す時のポイントを歌や演奏を交えながら、明るく楽しく伝授してくれます。
お楽しみに。

●日　時：2月4日(木) 13:30～15:00
●参加費：無料　●定　員：40名程度
●持ち物：筆記用具
★受付開始日：1月14日(木) 9:00～

2/13（土）たのしく消しゴムはんこを作ろう！

講師/ 平木　和美

自分だけの消しゴムはんこ作りのお手伝い。お子さま用にイラストや名前入りのはんこなど、自分だけのオリジナルはんこを一緒に作りましょう！

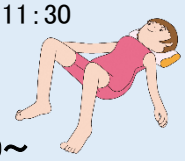
●日　時：2月13日(土) 10:00～11:30
●参加費：500円(材料費として)
●定　員：12名(親子での参加可)
※小学生以下は保護者の同伴が必要
●持ち物：ｻｲﾝﾍﾟﾝ、ﾎﾞｰﾙﾍﾟﾝ、鉛筆、ｶｯﾀｰ、お茶
★受付開始日：1月23日(土) 9:00～

2/9・16（火）骨盤調整体操

講師/山根　裕子

身体の中心にある骨盤が歪むと、そのしわ寄せが全身の様々なところに出てきます。身体のバランスを整える体操をしましょう。

●日　時：2月9日、16日(火)10:00～11:30
●参加費：無料　●定　員：30名
●持ち物：動きやすい服装、上靴
汗拭きタオル
★受付開始日：1月19日(火) 9:00～



2/25（木）頭の体操・身体の体操

講師/望月　康恵(元NHK歌のお姉さん)

簡単な動きで身体全体をストレッチし、頭もすっきりさせましょう！

●日　時：2月25日(木)13:30～15:30
●参加費：無料　●定　員：50名
●持ち物：動きやすい服装、上靴
★受付開始日：2月4日(木) 9:00～

▶　3月の講座情報、裏面に続く

3月開催予定

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。

あかねが丘学園 教養講座体験授業

3/4（木） シニアの装い ～若さを保つファッション～

講師/見寺　貞子(神戸芸術工科大学 教授)

神戸芸工大学教授が、高齢者や要介護者の社会参加を促すための機能的でおしゃれなファッションを提案します。

●日　時：3月4日(木) 13:30～15:00
●参加費：無料　●定　員：40名程度
●持ち物：筆記用具

★受付開始日：2月10日(水) 9:00～

3/6（土） みんなで遊ぼう！自然と遊びの教室

講師/ 渡辺　壮一郎　(あそび教育講師)

お子様や親子で自然や体を使って、様々な遊びを体験します。講座受講をキッカケに、親子や友達で一緒に遊べる仕掛けが盛りだくさん！皆さんのご参加をお待ちしています。

●日　時：3月6日(土) 10:00～12:00
●参加費：500円(材料費等として)
●定　員：親子10組
●持ち物：動きやすく汚れても良い服
　　飲み物（水分補給用）

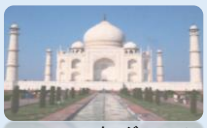
★受付開始日：2月13日(土) 9:00～

3/11（木） 素晴らしい世界遺産を訪ねて

講師/圓藤　清

世界遺産は、地球の生成と人類の歴史によって生み出された過去から未来へ引き継ぐ貴重な文化財や自然です。代表的な世界遺産の映像を見ながら楽しく学びましょう。

●日　時：3月11日(木) 13:30～15:30
●参加費：無料　●定　員：50名
●持ち物：筆記用具


タージ・マハル

★受付開始日：2月18日(木) 9:00～

コミセンからのお知らせ

コロナ感染拡大防止のお願い
ご来場の際には体調を整え、必ずマスク着用のうえ上履きをお持ちください。

サークル活動紹介

二見囲碁サークル

コロナにも負けない囲碁サークル
若い方・女性・初心者も大歓迎 ‼

毎週土曜日13時から16時30分まで西部文化会館で活動をしています。とにかく碁が好きな人たちが集まり、人との触れ合いの中で碁を打つことを楽しみにしています。お陰でボケ防止にも役立っています。（笑）

月1回の大会や明石市コミセン交流試合にも参加しています。（田中会長）皆で楽しく仲良くをモットーにしています。一度見に来てください。

親子リズム

ご一緒にいかがですか ‼

毎週火曜日9時30分から10時30分まで西部文化会館で先生指導のもと親子一緒に楽しくリズムに合わせて体を動かしています。

（参加者）3階の大きな会議室はカーペット敷きなので子供が自由に走り回ることができます。ケンケン・腕立て・ブリッジもできるようになりました。手足を鍛えることは子供の脳の発達にいいそうです。