

# 平成30年度 野々池コミセン通信（後期）

電話 929-0355 休館日 月曜日・祝日



市民の方々が、学び、集い、鍛え、語り合って交流の「輪」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（後期）も皆さんに有意義な活動をしていただくために、幅広い年齢層を対象に各種の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（マスターカレッジ）

◎高齢者大学（マスターカレッジ）では、前期同様、「市の施策を学ぶ講座」と「地域を学び、地域と連携する講座」を実施します。

第39回  
野々池コミセン祭り  
11月18日（日）  
10：00～

| 月 日      | 講 座 内 容                   | 講 師(担当部署)              |
|----------|---------------------------|------------------------|
| 11/ 6(火) | 寄って来って支え合い塾               | 明石歌声交流会                |
| 11/27(火) | 明石でつながる 世界でつながる ～身近な国際交流～ | NPO 法人 多文化センター まんまるあかし |
| 12/ 4(火) | 明石の観光 ～まちづくりとおもてなしの機運づくり～ | シティセールス課               |
| 1/15(火)  | シニア向け健康づくり講座「認知症を予防しよう」   | 地域総合支援室                |

後期の講座内容です。講師の都合で変更になる場合もあります。尚、後期だけの学生募集はしておりません。



| 回  | 月 日      | テ ー マ                        | 講 師                | 回  | 月 日     | テ ー マ                       | 講 師      |
|----|----------|------------------------------|--------------------|----|---------|-----------------------------|----------|
| 12 | 10/ 9(火) | 文化博物館観覧                      | 明石市文化博物館           | 19 | 1/ 8(火) | 「玉すだれ」講演                    | チェリーボンボン |
| 13 | 10/18(木) | 「健康」について考えよう                 | やす整形外科<br>大西康央     | 20 | 1/15(火) | シニア向け健康づくり講座<br>「認知症を予防しよう」 | 地域総合支援室  |
| 14 | 10/30(火) | ゴスペルで楽しもう！                   | インチフォーム            | 21 | 1/22(火) | 「歌」を楽しもう！                   | 坂元 亮介    |
| 15 | 11/ 6(火) | 寄って来って支え合い塾                  | 明石歌声交流会            | 22 | 2/ 5(火) | 「折り紙」を楽しむ！                  | 樫永 典子    |
| 16 | 11/27(火) | 明石でつながる 世界でつながる<br>～身近な国際交流～ | 多文化センター<br>まんまるあかし | 23 | 2/12(火) | 「シルバー体操」                    | 飯田 文     |
| 17 | 12/ 4(火) | 明石の観光<br>～まちづくりとおもてなしの機運づくり～ | シティセールス課           | 24 | 2/19(火) | ママさんブラスバンド演奏                | ママレンジャー  |
| 18 | 12/18(火) | 「オカリナ」演奏会                    | 小田眞一・正子            | 25 | 3/ 5(火) | 修了式と一年を振り返って                |          |

|   |          |          |      |   |         |           |      |
|---|----------|----------|------|---|---------|-----------|------|
| - | 11/17(土) | コミセン祭り準備 | 自主活動 | - | 12/9(日) | クリーンアップ作戦 | 自主活動 |
| - | 11/18(日) | コミセン祭り   | 自主活動 | - | -       | -         | -    |

## 市 民 講 座

### — ケーキ作り教室 —



対 象：一般市民  
定 員：各日 20 名、複数選択受講可能  
参加費：無 料（但し、材料費として 1 回 1,300 円）  
持ち物：エプロン、布巾各自 2 枚、筆記用具、お持ち帰り用箱  
時 間：9:30～12:30  
申込み方法：①は 9 月 1 日（土）午前 9 時から、②は 10 月 2 日（火）午前 9 時から、③は 11 月 1 日（木）午前 9 時から野々池コミセンで電話受付、定員になり次第締め切り。

| 月 日      | 内 容            | 講 師    |
|----------|----------------|--------|
| 9/26(水)  | ①スフレタイプのチーズケーキ | 谷山 比呂子 |
| 10/24(水) | ②チョコレートのタルト    |        |
| 11/28(水) | ③クリスマスケーキ      |        |

### — フラワーアレンジメント —



対 象：一般市民（原則 2 回とも参加できる方）  
定 員：15 名  
参加費：無 料（但し材料費として 1 回 1,300 円）  
持ち物：はさみ（できれば生花用）  
時 間：9:30～11:30  
申込み方法：10 月 2 日（火）午前 9 時から野々池コミセンで電話受付、定員になり次第締め切り。

| 月 日      | 内 容          | 講 師    |
|----------|--------------|--------|
| 10/20(土) | 生花のアレンジ      | 大原 美智子 |
| 10/27(土) | ドライフラワーのアレンジ |        |

## 一ポーセリンペインティングー



対 象:一般市民  
 定 員:10名(3回で1つの作品の為、全回出席可能な方)  
 参加費:無 料(但し、材料費として1000円)  
 持ち物:筆記用具  
 時 間:10:00~12:00  
 申込み方法:9月1日(土)午前9時から野々池コミセンで  
 電話受付、定員になり次第締め切り。

| 月 日      | 内 容   | 講 師   |
|----------|---|-------|
| 10/17(水) | ポーセリンペインティングの説明。<br>図案をトレースフィルムに写し、器に絵<br>をトレース後、筆で色を載せる。 | 山田 容子 |
| 10/24(水) | 器をアルコールで拭き絵具を重ね、<br>焼成する。                                 |       |
| 11/ 7(水) |   |       |

## 一親子で遊ぼう。0歳児のふれあい教室ー ~パパも一緒に遊ぼう~



対 象:0歳児(2ヶ月~)から1歳児の親子  
 (原則3回とも参加できる方)  
 定 員:10組  
 参加費:無 料(但し、ベビーオイルお持ちでない場合、1回400円)  
 持ち物:大きめのバスタオル1枚、ベビーオイル、動きやすい服装  
 時 間:10:00~11:30  
 申込み方法:10月2日(火)午前9時から野々池コミセンで  
 電話受付、定員になり次第締め切り。

| 月 日      | 内 容                 | 講 師    |
|----------|---------------------|--------|
| 11/10(土) | ベビーマッサージ&手あそびで遊ぼう   | 伊藤 真由子 |
| 11/24(土) | ベビーマッサージ&読み聞かせを楽しもう |        |
| 12/ 1(土) | ベビーマッサージ&かんたん工作を親子で |        |

## 秋の一日入門教室



対 象:一般市民  
 参加費:無 料(但し、材料費など実費の必要な場合があります)  
 申込み方法:原則として平成30年9月15日(土)午前9時から野々池コミセンで電話受付、定員のあるものは定員になり次第締切。

| 日                    | 時 間         | サークル名(内容)    | 定 員  | 講 師   | 材料費   | 持ち物等                            |
|----------------------|-------------|--------------|------|-------|-------|---------------------------------|
| 10/2(火)              | 10:00~11:00 | 女子トレーニング     | 制限なし | 道廣 政子 | 不要    | 運動のできる服装、タオル、上靴<br>水筒           |
| 10/2(火)              | 15:15~17:30 | バンビ児童画(絵画工作) | 5名   | 大山 絹江 | 500円  | 水彩絵の具一式、鉛筆、消しゴム<br>のり、ハサミ、セロテープ |
| 10/2(火)              | 18:30~20:30 | 吟詠愛好会(詩吟)    | 2名   |       | 不要    | 特に必要ありません                       |
| 10/3(水)              | 9:30~12:00  | レディース卓球      | 5名   |       | 不要    | 運動のできる服装、上靴、ラケット                |
| 10/3(水)              | 10:00~12:00 | 生 花(アレンジ)    | 制限なし | 大原美智子 | 1500円 | 花用はさみ、新聞紙、あれば器                  |
| 10/3(水)              | 14:00~16:00 | 手編み・押し花(手編み) | 若干名  | 行村智枝子 | 700円  | かぎ針・棒針 4~6号                     |
| 10/4(木)              | 9:30~14:00  | 茶道           | 制限なし |       | 不要    | 特に必要ありません                       |
| 10/ 4(木)<br>10/11(木) | 18:30~20:30 | 尺八           | 制限なし | 寺岡 錠平 | 不要    | 特に必要ありません                       |
| 10/5(金)              | 18:30~20:30 | ゴムバレーボール     | 制限なし |       | 不要    | 運動のできる服装、サポータ、上靴                |
| 10/5(金)              | 19:00~20:30 | 西明石剣友会(基本動作) | 制限なし | 清原 教弘 | 不要    | 運動のできる服装、タオル、水筒                 |
| 10/6(土)              | 18:40~20:00 | 空手           | 若干名  | 山本 尚功 | 不要    | 運動のできる服装                        |
| 10/7(日)              | 9:30~12:00  | 囲碁           | 数名   | 石塚 義夫 | 不要    | 特に必要ありません                       |
| 10/7(日)              | 13:00~16:00 | 陶芸           | 5名   | 上西 卓男 | 900円  | 古いタオル、エプロン                      |
| 10/11(木)             | 19:30~20:30 | 合気道          | 10名  | 若米 顕光 | 不要    | 運動のできる服装                        |
| 10/12(金)             | 9:30~12:00  | 手編みフレンド(帽子)  | 制限なし | 島 久子  | 500円  | 用具はお貸します                        |
| 10/12(金)             | 13:15~14:40 | 太極拳          | 制限なし | 池野 順子 | 不要    | 運動のできる服装、上靴                     |
| 10/13(土)             | 13:15~15:00 | ゆうすげ短歌(歌評)   | 10名  | 小松 美枝 | 不要    | 筆記用具                            |

※内容を確認していただき、期日までにお申し込み(連絡)していただけますようお願いいたします。