

野々池コミセンだより

〒673-0008 明石市沢野1-3-1 (野々池中学校内)

TEL: 078-929-0355 (月曜日・祝日休館)



トピックス

あかねカレッジライトコース

4月10(土)11日(日)

オリエンテーション開催!!



初めてのオリエンテーションで、短時間でしたが、自己紹介を兼ね、学びについて語り合いました。
一年、互いに学び、成長しましょう!!

あかねカレッジライトコース

明石市にお住まいの60歳以上の方であれば、どなたでも入学することができる新しい学びの機会です。市内13か所の中学校コミセンで開講する対象講座から、好きな講座を選んで受講できます。

※講座の受講には、入学手続きとオリエンテーションの受講が必要です。



ライトコース3つの特色

対象講座は300以上

特色ある講座の中から好きな講座を選んで受講できます。

※講座ごとに定員があります

年度途中の入学可

「学びたい」と思った時が始め時。年度途中の入学もできます。

※令和3年度の受付は12月25日まで

新しい受講スタイル

お住まいの校区以外のコミセンでも受講が可能。自宅で受講できるオンライン講座もあります。

7月～9月開催予定の講座

受講のお申し込みは 野々池コミセンまで(TEL:078-929-0355)

どなたでも学べます！

みんなのまなび 市民講座

ベビーマッサージ

講師/伊藤 真由子



- 日 時:7月 17日(土)
7月 31日(土) 全日10:00～11:30
8月 7日(土)
- 参加費:無料 ●定員:8組
- 持ち物:バスタオル、ベビーオイル、スリッパ

7/17
(土)



7/31
(土)



8/7
(土)

★受付開始日:6月19日(土) 9:00～

骨盤調整健康体操

講師/山根 裕子

(日本カイロプラクティック連合会会員)

9/18
(土)

9/25
(土)

10/2
(土)

- 日 時:9月18日(土)
9月25日(土) 全日
10月 2日(土) 13:30～15:00
- 参加料:無料
- 定員:10名 **3回とも参加できる方**
- 持ち物:バスタオル、汗拭きタオル、スリッパ、運動しやすい服

★受付開始日:8月15日(日) 9:00～

7/28
(水)

薬膳っておもしろい

講師/坂野 美津子(国際薬膳師)

薬膳の考えから、季節に合わせた食材を知り、
体質に合わせた食材を選んでみませんか。



- 日 時:7月28日(水)10:00～11:30
- 参加料:無料
- 定員:20名
- 持ち物:筆記用具、スリッパ

★受付開始日:6月30日(水) 9:00～

8/8
(日)

夏休み親子教室

講師/加藤 巡一(実験ひろば主宰)

紙で人体模型を作ろう！！
自分の体の部分全部わかるかな？



- 日 時:8月8日(日)10:00～12:00
- 参加料:無料
- 定員:10組
- 持ち物:なし

★受付開始日:7月1日(木) 9:00～

9/22
(水)

デコパージュ (トートバッグ)

講師/今井 由美(太平洋美術会会員)

コットンのトートバッグに専用のりでペーパーナプキンを貼り、コーティングします。100種類以上の中から選べます。あなただけのバッグを作ろう！

- 日 時:9月22日(水)13:30～15:00
- 参加料:無料(但し材料費300円要)
- 定員:15名
- 持ち物:なし



★受付開始日:8月15日(日) 9:00～

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。

👉 明石市にお住まいの60歳以上の方にオススメ！

あかねカレッジライトコース



あかねカレッジライト
コースの講座を受講するに
は、入学の手続きとオリエン
テーションの受講が必要
です。

野々池コミセンでの オリエンテーション

7/7(水) 13:30~15:00
8/4(水) 10:00~11:30
9/8(水) 10:00~11:30

オリエンテーションは
他コミセンでの受講も可能です。
お尋ねください。

受付開始

6/15(火) 9:00~

※お電話の混雑が予想されます。
ご迷惑をおかけして申し訳ございません。

元気なうちにしっかり準備 ～終活のはじめかた～

9/15(水) 13:30~15:00
講師：明石市市民相談室

弁護士資格を有する市職員
が、たくさん事例を紹介
しながら、法律的観点から
終活の始め方をアドバイス
します。

ホームページってなに？ 作ってみよう！

9/29(水) 13:30~15:00
講師：山田秀幸

情報発信って何をどう始めた
らいいのか、わからない。無
料で始められるホームページ
やSNS、その利点と注意点を
聞き、実際にホームページを
作ってみよう。

散歩から始まった鳥たちの 観察記録～播磨町北池から 届けたいメッセージ～

7/14(水) 13:30~15:30
講師：衣笠誠一郎

野鳥観察の話に加えて、どうい
う経緯で今の活動に至ったのか、活
動を始めてみるとどんなことが起
こったのかなどお話いただきます。

加害者・被害者に ならないために ～高齢者虐待を防ぐ介護の知識～

7/21(水) 13:30~15:00
講師：川原 諭
(ライフ明海ケアマネジャー)

加害者・被害者にならない
ための、虐待の特徴や起こ
る要因、また認知症や介護
の知識等を学びます。

動物園講座

7/7(水) 9:30~11:30
講師：大橋有加

横浜市立野毛山動物園の元
飼育員さん。あまり知られ
ていない動物の生態につい
て楽しいお話を聞かせて下
さいます。

音楽♪講座 オカリナの世界

9/22(水) 10:00~12:00
講師：小田正子・小田眞一

馴染みのある曲を、オカリ
ナとギターで演奏。ご夫
婦のお話とオカリナの音色
で素敵なひとときを過ご
しましょう。

わたしのいのちの輝くとき ～食をとおした地域の つながり～

9/8(水) 13:30~15:30
講師：入江一恵

阪神淡路大震災後、25年余りのボ
ランティア活動を通じて、
心の変化を出会った人々、多くの
事例を通してお話されます。

地球温暖化の実際と お家でできる実践

8/18(水) 13:30~15:00
講師：真田由美子
(ひょうご環境創造協会環境技術専門員)

国内外での温暖化の影響、
世界の動きなどをご紹介します。
私たちは何をすれば良いか
一緒に考えましょう。

高齢者健康体操講座

7/14(水) 9:30~11:30
講師：神保栄子


あっちこっち痛むところが
あるけれど…心と体を健康
に、教わりながら楽しく運
動しましょう！

明石の歴史

8/25(水) 10:00~11:30
講師：森本眞一

明石の歴史に大きく関係す
る江戸時代初期に作られた
林崎の掘割について、学び
ます。

野々池の学びの掲示板

野々池のまなび 

あかねカレッジライトコースがスタートしました！


野々池コミセンでは、52名の申込みがあり(5/6時点)、4月には2回のオリエンテーションを無事に開催することができました。4月27日には講座受講申し込みも始まり、沢山のお申込みが入っています。

5月末には第2期(7~9月)の講座一覧ができあがります。コミセンにてお渡しできますので、楽しみにお待ちください。

《お知らせ》

5月中の講座は、緊急事態宣言の為オンライン講座のみの開催となりました。



なかまとまなぶ 「サークル紹介」 

※体験希望の方はコミセンまでお問い合わせ下さい。

- | | |
|----------------|-------------------------|
| ☆バンビ児童画 | ☆女子トレーニング |
| ☆人形劇ゆめっこ | ★明石ガールズ (バレーボール Jr.) |
| ☆手編み押し花 | ★野々池スプリングス (バレーボール Jr.) |
| ☆川柳楽しみタイ | ★Argus (バスケットボール Jr.) |
| ☆Sparkleキッズ英会話 | ★DCHA (バスケットボール Jr.) |
| ☆手編みフレンド | ★NBBC (バスケットボール) |
| ☆茶道 | ★野々池バスケットボール |
| ☆コーラス | ★空手 |
| ☆パソコン | ★西明石剣友会 |
| ☆陶芸 | ★レディース卓球 |
| ☆書道 | ★空手道「平成館」 |
| ☆尺八 | ★太極拳 |
| ☆囲碁 | ★親子体操 |
| | ★合気道 |

★ コミセンからのお知らせ ★

コミセンからのお願い

- ①お出かけ前の検温
- ②マスクの着用
- ③スリッパの持参
- ④手指消毒
- ⑤ソーシャルディスタンスの確保

