



## まだまだみのる わたしのまなび

### ★市民講座のご案内

俳句の連続講座、青春18きっぷの報告会、ぶらり歩こう会、ピブリオトークにお料理教室。お気に入りの講座をお申し込みください。明石市民の方ならどなたでも受講できますよ。

### ★あかねカレッジライトコースのご案内

地域講座は5つのオリジナル講座を用意。ヨガ、新聞記事、絵本、漢字、ため池と今回も盛りだくさん。市内各コミセンの講座もチェックして、どんどん学びを探していきましょう。

### ★祝 全国大会出場・しおさい賞受賞

今年度、登録サークルの高丘クラブ(革バレー)さんと剣道サークルⅡの指導者高野さんが全国大会に出場。T-jumpキッズダンスの指導者岡本先生は、2023年度のしおさい賞を受賞されました。

### ★まなびの掲示板

- ・市民講座「青春18きっぷを学ぼう(計画)」より
- ・高丘コミセンサークル発表会、一日体験・見学会

表紙写真: 酒米(山田錦、五百万石)の稲穂 稲刈りの日に撮影

祝 全国大会出場！21年ぶり！

高丘クラブ

今年度、登録サークルの高丘クラブ(革バレー)さんが、5月の県大会で優勝され、兵庫県代表として第54回全国ママさんバレーボール大会に出場されます。平成14年の全国大会(東京)では、みごと優勝。今回、21年ぶりの出場となります。



▲県予選優勝2023.5.27



▲全国大会優勝の賞状 平成14年7月28日

スポーツ

### バレーボール全国ママさん大会県予選、高丘クラブが優勝

2023/05/25 21:05



バレーボールの全国ママさん大会兵庫県予選会は25日、神戸市須磨区のグリーンアリーナ神戸で決勝トーナメントがあり、決勝は高丘クラブが2-0でチェスナッツを退け、頂点に立った。高丘クラブは8月に奈良県で開かれる全国大会に出場する。

写真を拡大 (全1枚)

スポーツ バレー

▲神戸新聞NEXTの記事

代表の津田さんにお話を伺うと「21年前には選手として出場し全国優勝しました。ここ数年は県大会で惜しいところで負けていたので、今回は久しぶりの出場です。優勝めざしてがんばります」と意気込みを語っていただきました。

日程 令和5年8月24日(木)~27日(日)  
会場 奈良県 ジェイテクトアリーナ(橿原市)  
シダーアリーナ(五條市)

### 俳句② 明石公園で吟行しよう

2回目は明石公園をフィールドにして園内の句碑や文学碑を巡ります。現地で俳句をつくりましょう。

日時 10月7日(土)10:00~12:00

持ち物 筆記用具、歩きやすい服装

定員 20名 (少雨決行)

集合 明石公園サービスコーナー前



### 俳句③ どうする！これからの俳句

これまでの振り返りと吟行作品への評価、優秀作品の紹介。今後どう俳句と向き合えばいいか考えます。

日時 10月28日(土)10:00~12:00

講師 今井 豊 (いびき俳句会代表、俳人協会会員)

★3回シリーズのため募集済み

### 青春18きっぷの旅 (報告会)

参加者のみなさんから旅の記録や思い出を紹介いただきます。「こんなところ行きました」「こんな計画もあるのね！」情報共有して次の旅の参考にしましょう。

日時 10月14日(土)10:00~12:00

講師 澤井 一夫(神戸海星女子学院大学非常勤講師)

持ち物 筆記用具・旅の記録を紹介するもの(写真、文章など)

報告内容 ・旅のテーマ:グルメ、観光、史跡めぐりなど  
・日程、経路、人数等  
・旅の感想

※報告時間:3~5分程度

★報告についての参考様式は高丘コミセンのHPをご覧ください。



定員 55名(A:報告する B:聴講のみ)

★受付開始 9月12日(火)9:00~

※受付時にA・Bをお伝えください。

### ぶらり歩こう会 「明石市でイチオシの砂浜」

～谷八木海岸の生きものたち～

谷八木海岸を歩いて、砂浜にはどのような生きものが生活しているのか探してみよう。

日時 10月19日(木)9:30~12:00

講師 竹上 秀己(兵庫植物同好会)  
福島 秀毅(西日本ハチ研究会)

持ち物 筆記用具、歩きやすい服装

集合 山陽電車 中八木駅南側

定員 15名



★受付開始 9月19日(火)9:00~

実施日前日19:00前のNHK天気予報で、翌日の降水確率が午前・午後に関わらず、60%以上の場合は中止します。

### ビブリオトーク おすすめの本を紹介しよう

今年の読書週間は、あらゆる世代に向けた本が対象。みなさんがおすすめする本を紹介してください。

★ビブリオトーク:ひとり3分以内でおすすめしたい本を紹介。みんなの発表が終わったら、講師を囲んでトークタイムです。

日時 11月11日(土)10:00~12:00

講師 小田原 典子(元播磨町立図書館司書)

持ち物 筆記用具・紹介する本

定員 15名

★申込時に書名を伝えてください。

★受付開始 10月10日(火)9:00~



### ぶらり歩こう会 「釜谷池の草花を楽しむ秋」

春に続いて秋の釜谷池周辺を観察します。春に比べてどのような変化があるのかお楽しみです。

日時 11月18日(土)10:00~12:00

講師 高野 哲司(野草の世界を楽しむ会)

持ち物 筆記用具、歩きやすい服装

定員 20名

雨天時 中央集会所にて別メニューを実施します。

★受付開始 10月17日(火)9:00~



### 冬のあったか洋食

へるすイートさんと一緒にほっこり心も体もあったまる冬の洋食を作りましょう。

日時 11月25日(土)9:30~12:30

講師 食を考える会 へるすイート

持ち物 筆記用具・三角巾・エプロン  
お箸・ふきん・上履き

費用 1,000円/1人

※キャンセル料は2日前より発生します

定員 16名

★受付開始 10月24日(火)9:00~



### 年末年始のおもてなし料理

へるすイートさんと一緒に年末・年始のおもてなし料理を作ってみよう。お肉を使ってひと工夫しますよ。

日時 12月9日(土)9:30~12:30

講師 食を考える会 へるすイート

持ち物 筆記用具・三角巾・エプロン  
お箸・ふきん・上履き

費用 1,000円/1人

※キャンセル料は2日前より発生します

定員 16名

★受付開始 11月7日(火)9:00~



## ▼オンライン形式◎

ID:23-09-034

## ◎なぜ美術館へ行くのか

美術館で芸術を愉しみ、感性を培い、考える力を養って現代社会の様々な障害をも乗り越える力を身につけましょう。



日時 10月18日(水)13:30~15:00

講師 蓑 豊(兵庫県立美術館名誉館長)

ID:23-09-038

## ◎「パン作りが人生を変えた！」

~セカンドライフでの新たな挑戦~

「男・本気のパン教室」で初めてのパン作り。新しいチャレンジで人生がどのように変わったのか、お話を伺います。



日時 11月8日(水)13:30~15:00

講師 佐々木 昌作さん パンじい(1期生)

ID:23-09-035

## ◎近世・近代の子育てとおもちゃ

江戸時代後期に人々に愛されていた玩具の色や形、子どもの着物の意匠を通して、近世における子育ての様子を紹介し、また、近代以降の変化も探ります。



日時 11月15日(水)13:30~15:00

講師 尾崎 織女(日本玩具博物館学芸員)

ID:23-09-036

## ◎明石の地形

「明石市域の最高所は?」「明石川河口の平野は三角州?」などの疑問はありませんか?これまでの研究と「明石市史」編纂の調査によって新たに判明したことなどをもとに、地形やその形成について易しく解説します。



日時 12月20日(水)13:30~15:00

講師 藤崎 和生(兵庫地理学協会会員)

## オリエンテーション

これから入学する方は、あかねカレッジライトコースの入学申込(資料代1,000円)とオリエンテーションの受講が必要です。中央集会所(935-5325)へお申し込みください。

10月6日(金)10:00~11:30 ID:23-09-027

11月10日(金)10:00~11:30 ID:23-09-028

## 『次の学びに出会うためのふり返し会』

☞当日は、学生ファイルを必ずご持参ください。

12月22日(金)10:00~11:30 ID:23-09-037

## ▼対面形式(会場)地域講座

ID:23-09-029

## 笑いヨガでいつも元気

ラフターヨガティーチャーあっちゃんがお送りする「笑いヨガ」。みんなで楽しく笑って心も身体もすっきりとリフレッシュ。



日時 10月4日(水)13:30~15:00

講師 ラフターヨガティーチャーあっちゃん(足達敦子)

ID:23-09-030

## 新聞取材の裏側

「ワケあって親子になりました」

神戸新聞に連載された「ワケあって親子になりました」(全6回)の裏話。「大人養子」のビジネスについて取材担当の新聞記者さんからお話を伺います。

日時 10月11日(水)13:30~15:00

講師 松本 寿美子(神戸新聞社明石総局)



ID:23-09-031

## すてきな絵本で暮らしを豊かに

~一人読みから孫育てまで♪

あなたも絵本を“聴く”体験と“読む”体験を~

大人向け絵本の読み聞かせを通して、その効用をお聞きします。孫育て向けの絵本の紹介と注意点についても学びます。実際に声に出して読んでみましょう。

日時 11月1日(水)13:30~15:00

講師 田中 八潮  
(絵本・児童文学研究センター会員 絵本講師)



ID:23-09-032

## 日本各地の地名いろいろ

~由来を調べると実におもしろい~

- ・由来がはっきりしない地名が多いわけ
- ・ちょっと変わったおもしろい地名
- ・日本各地の難読地名及び難読市名など、地名の由来を解き明かしていただきます。



日時 11月22日(水)13:30~15:00

講師 川こう(漢字教育士/漢検・日本語検・諺検各1級)

## 東播磨のため池伝説

ID:23-09-033

東播磨地域で築造されたため池は、県下で最大規模を誇るため池を含めて1,000以上を数え、現在でも約600のため池が残存しています。ため池にまつわる祭事や伝統行事など、固有の「ため池文化」にまつわる伝説を中心にお話を伺います。



日時 12月6日(水)13:30~15:00

講師 森本 眞一(明石溜池研究会)

祝 全国大会出場！

剣道サークルⅡ指導者  
高野 真延さん

毎週金曜日に体育館の高丘剣道サークルⅡで子どもたちの指導をされている高野(こうの)さんが、ねんりんピック予選大会65才以上の部で優勝。

今年10月の全国大会(愛媛)に神戸市代表として出場されます。

ねんりんピック(全国健康福祉祭)は60歳以上の高齢者が主体となる厚生労働省主催のスポーツ、文化交流大会で今年で35回目。

高野さんは現在67才の剣道教士七段。「いつも教室で子どもたちと稽古をしているので、子どもたちから元気をもらい全国大会に行けることになりました。老骨にむち打ち全力で頑張ります！」と決意も新た。

スポーツ、文化活動に年齢の制限はありません。高丘コミセンで活動されている皆様の一層のご活躍を願っています。



日程 令和5年10月28日(土)~31日(火)  
会場 愛媛県武道館(松山市)

祝 しおさい賞 受賞！

2023年度明石市しおさい賞を明石市生涯学習指導者会高丘部会から、岡本智愛先生(T-jumpキッズダンス)が受賞されました。おめでとうございます！



岡本先生

長年、子どもたちとともに楽しくがんばってきました。今回、このような賞をいただき本当にうれしく思います。これからも子どもたちの笑顔とともに楽しくがんばります。

高丘コミセンの各種情報は下のQRコードから



▲高丘コミセンHP

▲コミセン情報紙

▲高丘コミセン公式LINE

たかおかまなびの掲示板

まなびのたね(6)

市民講座「青春18きっぷ」を学ぼう(計画)より

6/17(土)「青春18きっぷを学ぼう(計画)」を開催しました。当日は、基礎編、活用例、応用編の3部構成。

基礎編では、価格や発売日、利用期間、使用ルールなどを学び、活用例では、講師先生からこれまで旅した様々なルートを時刻表と写真や地図で解説いただきました。

応用編では受講者のみなさんが、資料やスマホ、時刻表を使いながらの計画作り。「広島にお好み焼き食べに行こ!」「あこがれの只見線に乗りたいです!」と、これまで温めてきた旅について和気あいあいと相談する姿も。小中学生の兄弟で参加した二人は、「乗り鉄」と「撮り鉄」とのこと。「岡山方面に行ってみたいです」と話してくれました。

みなさんの「青春18きっぷの旅」が楽しくワクワクするものになることを願っています。

★10月14日(土)には「旅の報告会」を予定しています。



スマホ、路線図、虫メガネで調べてます→

高丘コミセンサークル発表会 5年ぶりの開催！

日程 令和5年10月8日(日)10:00~12:00  
会場 高丘コミセン中央集会所

展示発表	教育・実用書道、いつかの会 二一八才!高丘
ステージ発表	高丘女声コーラス、高丘詩吟サークル 謡曲サークル、健康極拳倶楽部 フォルクローレサークル グルーポ・アルト 空手道クラブ、喜春太鼓、高丘コミセン 太極拳サークル、T-jumpキッズダンス 音和会
協力	高丘コミセンアマチュア無線クラブ

コミセンサークル一休体験見学会を開催します!

日程 令和5年10月10日(火)~11月5日(日)  
会場 高丘中学校コミセン・中央集会所  
★各サークルの活動日にお越しください。予約不要。

アクセス

高丘コミュニティ・センター(高丘中央集会所)

〒大久保町高丘3丁目3

☎ 078-935-5325

JR大久保駅から神姫バス  
49系統 高丘循環10分  
高丘中央センター前下車  
徒歩1分

45系統 天郷行 10分  
高丘中央センター前下車  
徒歩1分

12系統 西神中央行 10分  
高丘5丁目下車  
徒歩1分



※最寄りバス停 神姫バス「中央センター前」

★表紙写真は、明石市魚住町にある酒蔵で撮影した写真。好天に恵まれた稲刈り日和に、すすくと実った稲穂が青空に映えています。

発行 明石市立高丘コミュニティ・センター

〒674-0057 明石市大久保町高丘3丁目3(高丘中央集会所)

Tel(078)935-5325 fax(078)918-5969