

春号 魚住コミセン通信

魚住地域のまなびの情報紙

2026年度

市民講座



魚住コミセン
ホームページ

【申し込み方法】

受付開始日の午前9時から電話で受け付けます。
FAXでの申し込みも可能です。(開館時間以外は無効となります。)
FAX用紙が必要な方はご連絡ください。

Tel: 078-943-0303
Fax: 078-918-5973

4月 うおずみの草木を楽しむ
in 住吉神社(春)

講師/高野 哲司

4/25(土) 13:30~15:00
(小雨決行・荒天時コミセンにて座学)
住吉神社をめぐって春の気配を感じましょう♪

●場 所: 住吉神社(集合:能舞台前)

●参加費: 無料
●定 員: 15名
●持ち物: 帽子着用・水筒・雨具(小雨の場合)
虫めがね(お持ちの方のみ)

受付開始日 3月28日(土) 9時~

5月 光輝くローズウィンドウ
~初めて作る紙のステンドグラス~
オンリーワンを窓辺に飾ってみませんか...

講師/秋田 直美(日本ローズウィンドウ協会講師)

★ 初心者コース

5/23(土) 10:00~11:30

★ 経験者コース

5/30(土) 10:00~11:30

●参加費: 各800円(材料費)
●持ち物: シャープペンシル・消しゴム
●定 員: 各15名(各コース単独でも受講できます)

受付開始日 4月25日(土) 9時~

6月 落語のお時間
~第3回うおずみ寄席~

6/13(土) 10:30~12:00

出演予定

上田 哲也 (結納亭金封) <<創作落語>>
世崎 田上
可愛家 ねっほ
甲家 乱春

神戸大学落語研究会 <<古典落語>>
魚住 寄席

受付開始日 5月16日(土) 9時~

6月 スマホ活用セミナー その①
スマホで簡単!情報の集め方

講師/ソフトバンク(株)

6/19(金) 13:30~15:00

情報格差を解消!
情報弱者とならないためにスマホで情報入手体験

【主な内容】

- ・ニュースや天気予報をみよう
- ・調べ物をしよう
- ・情報を受け取ろう

●参加費: 無料
●定 員: 20名
●持ち物: 筆記用具

※スマホがなくても大丈夫!統一の貸出機を使用します

受付開始日 5月22日(金) 9時~

魚住コミュニティ・センター
〒674-0074
明石市魚住町清水364(魚住中学校内) 月曜日・祝日休館
開館時間:【火~土】9:00~21:00 【日】9:00~17:00

☎ 078-943-0303
FAX 078-918-5973

アクセス

魚住コミセン
正門
魚住中学校
南門

魚住コミセンへは、
中学校の南門から
入ってください。



60歳からのおとなのまなび



あかねカレッジ

Akane College

【4月～6月開催予定の講座】

講座申込受付開始

4月15日(水) 9時00分～

ライトコース

2026年度入学案内

市内の60歳以上の方であれば、受講できます。

受講するには…

- ①入学願書をコミセンへ持参 (資料代 1,000円を添えて)
- ②オリエンテーション受講 (下記の都合の良い日程を選んで下さい)
- ③講座を選択してコミセンへ申し込み

入学受付開始 3月3日(火)～

必須

オリエンテーション
開催日時

- ①3/28(土) 10:00～11:30
- ②4/10(金) 13:30～15:00
- ③5/1(金) 10:00～11:30
- ④5/27(水) 13:30～15:00

4/22(水)

阿か枝の
上方らくご高座



10:00
～11:30

講師/桂 阿か枝

お馴染みの桂阿か枝さんが、上方落語の魅力をつっぷりとお話します。皆さんで落語の世界を楽しみましょう。

講座ID:26-11-005

5/13(水)

ライブ又は録画配信

シニアだからこそ
楽しめる本の時間

13:30-読んでなくても参加できる読書会-
～15:00 講師/とまり木 文庫

読書は一人でするもの、苦手…と思われる方におすすめ「読書会」。読書会は本を読む会というより、本を通して人生の話を静かに分け合う時間。



感じたことを出し合える、人とつながる、見方・考え方が広がる、そんな体験を試みませんか?

講座ID:26-11-011

5/20(水)

ライブ又は録画配信

高齢期の生きがいと
幸福に対する考え方

14:00 講師/中川 幾郎
～15:30 (帝塚山大学名誉教授)

高齢期は“深まる時期”として、人や社会とのつながりが幸福度に大きな影響を及ぼします。自分の人生を肯定的に振り返り、小さな行動でも生きがいや喜びにつながることを事例を交えて学びます。



講座ID:26-11-009

6/3(水)

季節の健康づくり①
「熱中症」予防

13:30～15:00



講師/
明石市健康推進課

本格的な夏を迎える前に暑さに強い体力づくりのポイントや熱中症の予防方法についてお伝えします。



講座ID:26-11-006

6/5(金)

続・呼吸と声の
トレーニング

13:30 講師/新見 典子
～15:00 (健康ボイストレーナー)

マスク生活で弱った喉の力、呼吸の力をトレーニングしてみませんか。

一緒にトレーニングして若々しい声を取り戻し、誤嚥性肺炎を予防しましょう!



講座ID:26-11-007

6/18(木)

ライブ又は録画配信

ハマる心理

依存について正しく理解しよう

14:00
～15:30

講師/道重 さおり
(神戸学院大学)

ハマるという行動が、どのように依存症へと移行し、個人の生活や周囲に、影響を及ぼすのかアルコール・ギャンブル依存症を中心に、そのメカニズムと現状、回復への道筋を解説します。



講座ID:26-11-010

6/24(水)

うおずみ歴史講座③
「古代の文化」

13:30 講師/鈴木 俊章
～15:00 (播磨歴史研究会)

日本は古代から世界と繋がり、その影響が日本国内に広がっていきました。その文化が今の我々の暮らしにも浸透しています。日本各地で語られる伝承、歌や踊り、日本語、お祭りやお正月の風習に至るまでこの独特な文化の起源を探っていきます。びっくり仰天、驚きの真実をご堪能ください。



講座ID:26-11-008