

2025年度
春号

地域の まなびの 情報紙

魚住東コミセン通信

〒674-0071 明石市魚住町金ヶ崎1687-14
(魚住東中学校内) ※月曜日・祝日休館
TEL: 078-947-0199
FAX: 078-947-0229

※コミセン情報紙は、HPでも閲覧できます。



地域のニュース < 魚住まちづくり協議会様より 情報提供して頂きました。 >

地域 みんなが幸せになれるように！左義長を開催しました

今年度一番の寒波が到来したこの日(1月11日(土))、今年も無病息災、みんなの幸せを願って「左義長」を開催しました。

子どもたちが企画し、うおずみ祭りで参加者が作り上げた「みんなでくすのんを作ろう」と、みんなdeお勉強のメンバーが作った5m四方の初筆書きも、各家のお飾りと一緒にどんど焼きで天まで届けました。

どんどこ勢いよく燃えた後は、昔遊びや餅つき体験でお楽しみと防災訓練も兼ねた炊き出し豚汁と甘〜いぜんざい、子どもたちが大好きな焼きマシュマロなども美味しくいただきました。

暗い話やつらい出来事が多い昨今、地域 みんなが幸せになれるように、人任せではなく、小さな事でも自分たちに出来る事を出来るタイミングで力を合わせてまちづくりを進めていけたらと感じる一日でした。



市民講座・あかねカレッジ ライトコースのご案内は中面へ

2025.春の市民講座

お申込みは 魚住東コミセン ☎078-947-0199へ
受付開始日の午前9時より電話受付 定員になり次第締切

市民講座の申し込みについて(明石市民の方であればどなたでも参加していただけます。)

各講座の受付開始日以降に、電話(078-947-0199)またはFAX(078-947-0229・原則本人のみ)で受付。
障害のある方など電話でのお申し込みがご不便な方は、FAXでのお申し込みが可能です。

FAXでのお申し込みの際は、「講座名」「講座開催日」「氏名」「連絡先(電話とFAX)」「必要な配慮(手話通訳、要約筆記等)」をご記入の上、コミセン通信の4面に記載しておりますコミセンの開館時間内に送信してください。



※配慮(手話通訳、要約筆記等)が必要な方は、講座開催日の2週間前までに
お申し込み込みください。

＜市民講座参加申込FAX用紙は [こちら](#)＞



5/17
(土)

13:30～
15:00

連続講座

5/24
(土)

13:30～
15:00

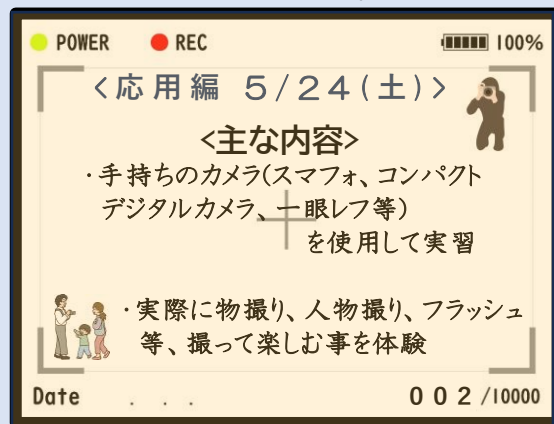
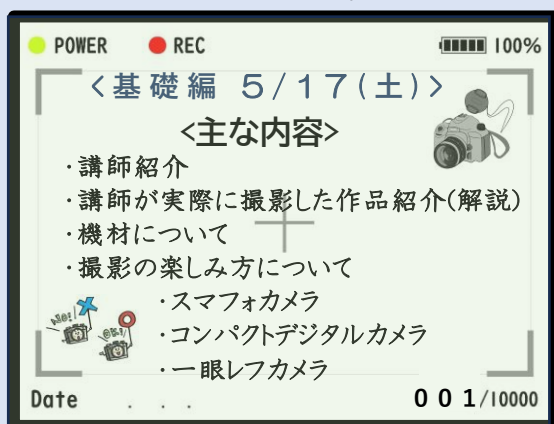
「写真の撮り方」講座＜基礎編・応用編＞

講師：大元 賢二(kenkenフォトスタジオ 代表)

[サポート助手：河野 浩美]



写真やカメラは一生涯楽しめて、人生を豊かにしてくれる代表的な趣味の一つと言えますね。今回は、プロのカメラマンから直接指導を受けられる絶好の機会です。みなさまの参加をお待ちしています。



※参加費：無料、定員：各回30名、持ち物：筆記用具・上履き。

※※お持ちのカメラをご持参ください。受付開始日：4月11日(金)～

6/7
(土)

10:00～
11:30

やさしいピラティス

講師：林 えみ(my control lesson 代表)

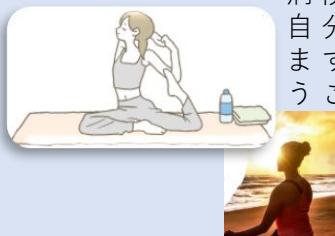


病院に行くほどでもない肩こりや頭痛、身体のダルサ等は、自分の身体をコントロール出来るようになると軽減していただけます。ピラティスを通して、コントロール＝体幹(お腹)を使うことの大切さを実感してみませんか？

参加費：無料 定員：10名

持ち物：筆記用具、上履き、水分、あればヨガマット(バスタオルでもOK)、動きやすい服装で参加してください。

受付開始日：5月9日(金)～



6/28
(土)

10:00～
11:30

ジャズ、ポップス、ボサノバ

講師：森 美和子 (ボーカル)
佐久間 勝浩 (ギター)

♪ 洋楽の世界！
世界の音楽を素敵な歌とギターで綴ります！！

参加費：無料 定員：30名

持ち物：筆記用具、上履き 受付開始日：5月23日(金)～



【気象警報発令時の対応】7時時点で発令中⇒午前中の講座は中止。11時時点で発令中⇒午後の講座は中止。

～あかねカレッジ ライトコース情報～



あかねカレッジライトコースは、60歳以上の明石市民であればだれでも入学することができる学びの場です。年間300以上の講座から、自分の興味や関心に合わせて好きな講座を好きなときに好きなだけ受けることができます！

※講座当日、明石市に「大雨」「洪水」「暴風」のいずれかの警報が発令されている場合は、講座を実施しません。詳しくは、学生ファイルの「講座の申込方法」をご覧ください。

25-12-001 【対面形式】

5/7(水)
13:30～
15:00



あなたの人生経験を本にする方法

講師/増田 ゆきみ (株式会社ペンコム代表)
市内で出版社を営む講師が、出版の基本から、書きたいテーマを本にまとめる方法その他、情報を整理する際に役立つ基本的な考え方等についてお伝えします。

25-12-003 【対面形式】

5/28(水)
13:30～
15:00



話し方教室

講師/山本 慧莉(えり)(あい☆えがお 代表)
聴き方の基本は、あ・い・う・え・お。
話し方の基本は、明るく・やさしく・美しく。心に響く、聴き方・接し方・話し方は、あなたに言葉の翼を届け、あなたの目の前の人を笑顔にします。

25-12-006 【オンラインまたは会場】

6/18(水)
13:30～
15:00



犯罪事例と対策～目指せ犯罪ゼロのまち～防犯講座

講師/明石市総合安全対策室

近年の犯罪事例を見ると、サイバー犯罪や特殊詐欺など巧妙かつ悪質な事例が増加しています。犯罪事例を知り、傾向と対策を勉強することで、被害にあわないようにしましょう。

25-12-011 【オンラインまたは会場】

5/14(水)
13:30～
15:00



子どもの目が輝く自然体験って？～身近な自然の良さを見つけてみませんか～

講師/一宮 小葉 (一般社団法人のはらくらぶ)
環境体験学習という言葉を目にしたことはありますか？子どもたちへの環境体験学習等のサポートを行ってられる講師の活動を通して、身近にある自然について考えてみましょう。

25-12-004 【対面形式】

6/4(水)
13:30～
15:00



講師/川原 啓治
(日本アドラー心理学会 正会員)

怒りよ、さようなら！アンガーマネジメント講座

人間関係の悩みや怒りの多くは、「自分が思うように相手を変えたい。でも変えられない。」ことから生まれています。相手を支配しようとする「タテ」の関係から、お互いを尊重する「ヨコ」の関係を築きましょう！

①25-12-007 ～ ④25-12-010

オリエンテーション

受講するにあたって 受講方法や心得等をお伝えします。

講座を受講するには、入学手続き(資料代1000円)と、オリエンテーションの受講が必要です。

- ① 3/22(土) 10:00～11:30
- ② 4/ 2(水) 13:30～15:00
- ③ 5/10(土) 10:00～11:30
- ④ 6/ 7(土) 13:30～15:00

※上記日程からひとつお選びください。

25-12-002 【オンラインまたは会場】

5/21(水)
13:30～
15:00



明石城の謎を探る

講師/宮本 博 (明石市立文化博物館)
いつも何気なく見上げる明石城。そんな身近に感じている明石城には「？」と考えさせられることも。なぜ、明石にお城が建てられることになったの？天守閣はなぜないの？明石城が建てられた時代背景や地理的条件について学びながら、一緒に明石城の謎にせまりましょう。

25-12-005 【対面形式】

6/11(水)
13:30～
15:00



似顔絵の描き方講座

講師/たにばた ゆう

(明舞カルチャーセンター講師)

絵を描くのが苦手な方でも、簡単に似顔絵を描くことができるようになるコツや考え方をお教えます。この講座では、似顔絵を描く楽しさをお伝えします！

いろんな講座を準備して60歳以上の“おとなのまなび”を応援します！

※受講には、ライトコースへの入学が必要です。

今回のライトコース各講座のお申込受付開始日は

4月15日(火) 9時～

※先着順

☎ 魚住東コミセン (☎947-0199)

60歳からのおとなのまなび
あかねカレッジ
Akane College



2025年度 入学案内 2025年3月1日 申し込み開始！

明石市内の60歳以上の方であれば、誰でも受けられる「あかねカレッジ」。2025年度のあかねカレッジは、3つのコースが開講されます！

まなびが見つかる「ライトコース」

自分の興味や関心に合わせて、好きな講座を好きなだけ受けることができます。市内13の中学校コミセンや自宅からのオンライン受講など300講座以上から受講可能。年度途中でも入学できます。

3月1日～申込受付開始！

まなびが広がる「科目別コース」

好きな学科を1年かけてじっくり学びます。
【開講予定学科：ボイス、アンサンブル、花づくり、野菜づくり、あかし地域、あかし自然環境、健康・スポーツ、広報・デザイン、サイエンス、ものづくり の全10学科】

申込受付期間：2月13日～2月28日

まなびが活きる「わたしを活かすコース」

学んだことを活かして、私にできることはないかな？～あなたができそうなこと、興味のあることにスポットをあて、かなえたいことを実現する方法を探ります。

申込受付期間：2月13日～2月28日

▶申込方法など詳しくは、各中学校コミセンなどで配架されている「入学案内パンフレット」または「あかねカレッジのホームページ」等をご覧ください。





魚

住

東

学びの掲示板



これまでのまなび



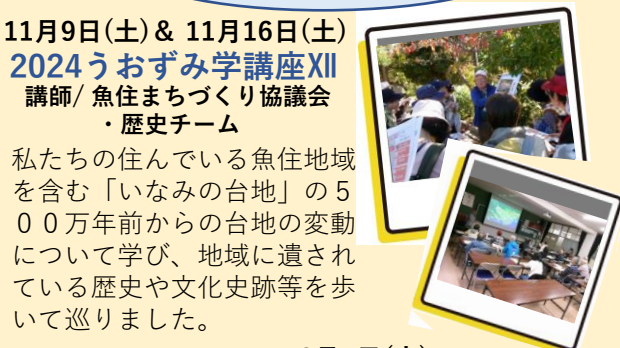
市民講座

11月9日(土) & 11月16日(土)

2024うおずみ学講座Ⅱ

講師/ 魚住まちづくり協議会
・歴史チーム

私たちの住んでいる魚住地域を含む「いなみの台地」の500万年前からの台地の変動について学び、地域に遺されている歴史や文化史跡等を歩いて巡りました。



12月7日(土)

上方落語の魅力再発見!

講師/ 桂 阿か枝(落語家)

一年の締め括りは、やはりこの方、桂阿か枝さんです。「芸能と笑いの文化の始まり」をテーマに、上方落語の祖とされる露の五郎兵衛(京都)、米澤彦八(大阪)の話や、「猿後家」「夢の革財布」の落語2席も披露していただきました。

12月21日(土)

親子でチャレンジ

「クレイアート教室」

講師/ 平石 晶子

(ひらいし文化教室 代表)

今回は、2025年がみなさまにとりまして開運招福健康長寿の一年になりますようにと願って「招き猫」を作っていました。



ライトコース

10月9日(水)

快適な格安旅行術

講師/ 鈴木 俊章

(旅程管理主任者(総合))



旅のプロである講師から、インターネット上で公開されている予約サイトの活用など、快適でよりお得に行ける旅行術のヒントについて学びました。

10月23日(水)

草花めぐりで神無月を感じる in 金ヶ崎公園

講師/ 高野 哲司

(NACS-J自然観察指導員)



自然に恵まれた地元の金ヶ崎公園内を散策しました。高野講師のユニークな解説をお聴きしながら、秋の草花をじっくり観察することができました。

今、世界で最も注目されている国インドについて

11月27日(水)

講師/ 垣見 玄悟

(垣見アドバイザリー事務所 代表)



今や中国を抜き世界一の人口規模を誇るインド。現在のインドの発展は目を見張るものがあります。そのインド発展の原動力や主な要因について具体的に学びました。

12月4日(水)

姿勢改善健康講座

～腰・猫背のお悩み解消～

講師/ 中田 哲生(姿勢調整師)



良い姿勢はあなた自身の健康を守ってくれます。姿勢をチェックし、正しい姿勢を保つための注意点や、ストレッチ等について学びました。

魚住東コミセン
LINE公式アカウント

魚住東コミセンからのお知らせ

コミセンからのお知らせや日々のニュースはLINE公式アカウントから、貸室や講座、サークルなどの基本情報は<まちナビあかし>ホームページからご覧いただけます。



<まちナビあかし>



魚住東コミュニティ・センター ☎ 078-947-0199

(FAX 078-947-0229)

開館時間: (火～土) 9:00～21:00 (日) 9:00～17:00

休館日: 月曜日、祝日(日曜日と重なった場合は開館) 年末年始(12/28～1/4)

～「コミセン情報紙」はお近くのコミセンにも設置しております。またホームページでも閲覧できます～ <JR魚住駅北口より、たこバス⑩青葉台ルート「青葉台口」下車徒歩5分>

