



2025年度
夏号

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

< 錦が丘まちづくり協議会様より情報提供していただきました。 >

にしきマルシェ 開催しました！

2025年4月6日(日)、錦が丘中央公園にて「にしきマルシェ」を開催しました。

桜が咲き始める中、春の陽気に包まれて、心地よい一日となりました。

会場にはキッチンカーやめだかすくい、フリーマーケットのほかモルック体験、コーヒーや米粉パンの販売など、さまざまな出店が並びました。

また、今回はご縁があり、江井島コミセンの茶道サークルの会員の皆さまにお茶席をご提供いただき、来場された多くの方々に本格的なお抹茶と和菓子を楽しんでいただきました。子どもから大人まで、たくさんの笑顔があふれる、にぎやかな一日となりました。



仲間とまなぶ「サークル紹介」



文 化

No	登録団体名	曜	週	時 間
1	魚住東パソコンサークル	火	1~5	13:00~15:30
2	箏サークル	火	1~5	13:30~16:30
3	魚住東童謡・唱歌サークル	木	2.4	13:00~16:00
4	魚住コーラス「わかくさ」	金	1.3.5	9:00~13:00
5	魚住東写真クラブ	日	3	9:00~12:00
6	陶友会	日	2.4	9:00~12:00
7	明石子午線ウインドオーケストラ	日	2.4.5	12:30~16:30

魚住東コミセンでは、現在16のサークル（文化：7・体育：9）が活動しています。見学や体験などご希望の方は、当コミセンまでお問い合わせください。

体 育

No	登録団体名	曜	週	時 間
1	竹葉卓球同好会	水	1~5	9:00~12:00
2	清水クラブ(卓球)	水	1~5	18:30~20:30
3	卓球サークルレインボー	木	1~5	9:00~12:00
4	MMV(ママさんバレーボール)	木	1~5	18:30~20:30
5	浜西ウイング(ママさんバレーボール)	木	1~5	19:00~20:30
6	魚住東ジュニアハンドボール	金	1~5	18:30~20:30
7	空手道	土	1~5	18:30~20:30
8	影(シャドー)(男子バレーボール)	土	1~5	18:30~20:30
9	ジュエル(バスケットボール)	土	1~5	18:30~20:30

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.夏の市民講座

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

7/12
(土)

13:30~
15:00



連続講座



7/19
(土)

13:30~
15:00



「記録映像ってなんとなく撮ってるけど・・・
～心に残る瞬間を映像に～」

講師：有安 あり(映像カメラマン)
多田 直(写真カメラマン)

1日目

撮影の目的を
考える

何を撮る？
何を伝えたい？

2日目

安定した
撮影のコツ

ブレない映像と
見やすい写真

参加費：無料 定員：20名(各回)

持ち物：筆記用具、上履き

※カメラ、スマートフォンをご持参ください。

受付開始日：6月13日(金)～



9/6
(土)

10:00~
11:30

連続講座



9/13
(土)

10:00~
11:30

COLOR PENCILS

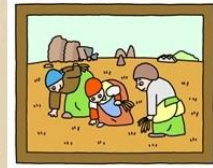
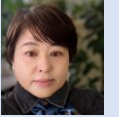


楽しい色鉛筆画入門

9/6 入門編① & 9/13 入門編②

名画をモチーフにした「ぬり絵」
から始めましょう！

講師：江夏 香織
(神戸新聞文化センター講師)



☆神戸新聞カルチャーセンターTio舞子では、他に「こどものアトリエ」「はじめてのパステル画」等多数の教室で講師を担当されています。

参加費：無料 定員：15名(各回)

持ち物：色鉛筆、消しゴム、上履き、飲み物 受付開始日：8月8日(金)～

映画制作の舞台裏2025

講師：川東 敏幸さん(映画監督)

【オフィスイーストジャパNSTAジオグリタ統括】



明石を拠点に、映像を通して元気なまちづくり活動発信し続ける映画集団「スタジオグリタ」！
その映画監督が、制作現場での裏話や、現在制作中で話題の新作「西灘、時のしずく」についてもお話しします。



参加費：無料 定員：30名

持ち物：筆記用具、上履き

受付開始日：8月22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。

25-12-012 【対面形式】

7/2(水)
13:30～
15:00



筑前琵琶の魅力を楽しむ ～お話と演奏～



講師/大藪 旭晶 (筑前琵琶奏者)

筑前琵琶についてのお話と「源氏物語～須磨・明石～」 「耳なし芳一」など名曲の演奏をお聴きいただき、その魅力をお楽しみいただきます。

25-12-013 【対面形式】

7/23(水)
13:30～
15:00



元気に100歳を迎えよう 「百寿いきいき体操」

講師/中谷 友祐 (介護福祉士)

「元気に100歳を迎えよう」をテーマに運動や他者との交流を通じて、健康な身体づくりに繋がります。

※動きやすい服装でご参加ください。

25-12-017 【オンラインまたは会場】

9/17(水)
13:30～
15:00



活力ある毎日を！

～フレイルを防いで元気に過ごそう～

講師/明石市高齢者総合支援室

フレイルを知らずに過ごす健康を損なうリスクが高まります。本講座では、日常生活に取り入れられる予防方法をお伝えして、みなさんのアクティブな生活をサポート！さあ一緒に、いつまでも歩ける身体づくりを学びましょう！

25-12-018 【オンラインまたは会場】

7/9(水)
13:30～
15:00



シニアのための食生活講座 ～10年後のわたしに届けたいもの～

(管理栄養・給食管理アドバイザー)

10年後のわたしはどうなっていたい？そのためにはどうしたらいいの？食事の際に気を付けるポイントなど、毎日の食生活について管理栄養士の方と一緒に考えてみましょう。

25-12-014 【対面形式】

9/3(水)
13:30～
15:00



明石を演劇のまちに！ ～朗読劇を体験～

講師/劇団ソラシード(はせなか・妻鹿)

市内で劇団を主宰する講師が、朗読劇の楽しさをお伝えします。声を出し、心動かし、戯曲を読んでみましょう！

25-12-015 【対面形式】

9/24(水)
13:30～
15:00



明石周辺で始める野鳥観察

講師/衣笠 誠一郎

これから野鳥の観察を始めたい方に、野鳥観察の具体的な方法について、基礎からお伝えします。

25-12-016 【オンラインまたは会場】

7/16(水)
13:30～
15:00



乗り鉄入門 講師/溝口 光徳(乗りテツ旅行会)

鉄道マニアと一言で言っても、さまざまな種類と楽しみ方があります。今回は、趣味の鉄道で人生を豊かにすることを目指して『乗りテツ旅行会』を立ち上げ、鉄道旅行やイベントの企画・開催や講演活動を行っている溝口講師に、『乗り鉄』の魅力を伝えていただきます。

25-12-019 【オンラインまたは会場】

9/10(水)
13:30～
15:00



楽しく学ぼう！ビーチクリーン活動 とその大切さ

講師/WATARIRIUMI

明石の海でゴミ拾いに取り組むWATARIRIUMIさんの活動から、海洋汚染の現状・海の生き物達にどう影響しているのかを学び、明るい未来を守るために、わたしたちが出来ることはないか一緒に考えてみましょう。

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

6月17日(火) 9時～
※先着順

魚住東コミセン (☎947-0199)

市民講座(前頁に掲載)のお申込について

(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。

<市民講座参加申込FAX用紙は→>



コミセン職員のご紹介

退職しました。在職中はお世話になりました。

職員 馬木 和重 (令和5年～令和6年)

中村 優子 (令和4年～令和6年)



このたび着任しました。よろしくお願いします。

職員 小西 幸子 (魚住コミセンより)

中川 睦美 (二見コミセンより)



これまでのまなび

市民講座

1月18日(土)

アンデス音楽の世界



講師/ 勝野 勉

(ケーナ奏者)

ケーナ、サンポーニャなどの織りなす南米アンデス地方の音楽に心癒やされ、至福の時間を過ごす事が出来ました。



1月11日(土)&2月1日(土)

兵庫の詩人たちシリーズ

- ・三木露風とその時代
- ・竹中郁とその時代

講師/ 福田 知子



二人の詩人の生涯をたどりながら、代表的な詩の解釈だけでなく背景に至るまで丁寧に解説していただきました。



2月8日(土)

チャンバラを体験しよう

～殺陣師に学ぼう～

講師/ 徳丸 新作

(役者・映画プロデューサー)



応援/ 高山 旭 (映画監督)

講師のお二方は、現在制作中の映画「Lotus～久遠に流れし三世の因果～」の多忙な撮影の合間を縫って、奈良県から駆けつけてくださいました。



2月15日(土)

みんなで歌うイギリスの歌
アイルランドの歌

講師/ 嵯峨山 まり子

(コーラス指導者)



遠い異国に思いを馳せながら、元となった詩の背景や解説もお聞きしました。今なお歌い継がれる名曲の数々を講師のピアノ伴奏で歌いました。



3月1日(土)

なんでもかんでもハラスメント!?

講師/ 下村 千恵

(NPO法人ファザーリング・ジャパン関西・理事)



コミュニケーションを取る際ハラスメントにならないために気をつけたい5つのポイントについて、具体的な事例を見ながら学ぶことが出来ました。



ライトコース

12月13日(金)

紫式部が見た平安宮中

～紫式部日記絵巻～

講師/ 木村 朱晶

(美術史学会会員)



当時の宮中の日常や平安貴族の様子などを紫式部日記絵巻をとおして知る事が出来ました。



1月22日(水)

鉄道の歴史

講師/ チームふるさと27

(長江豊・清水圭三・井上裕行)

我が国の鉄道の歴史について、貴重なスライドを見ながら駆け足で振り返ることが出来ました。



1月29日(水)

みんなの相続

講師/ ジブラルタ生命保険(株)

(坂西幸雄・井上由利子)



相続全般に関する基本的な事項(相続税、法定相続、税率や税額、生前贈与、遺言)について、スライドを見ながら学びました。

2月12日(水)

パラスポーツを
体験しよう!

講師/ あかしパラスポネット



障害の有無、年齢や性別を問わず、誰もが楽しめ、身体や心の運動にもなる「ボッチャ」や「卓球バレー」を実際に体験していただきました。



2月26日(水)

人生100年時代の終活

講師/ 三井住友信託銀行(株)

明石支店(清水晃一・安居加奈子)



人生100年時代を迎えた今。今からでも間に合う「終活でやるべきこと」について、項目を整理し具体的にわかりやすく、解説していただきました。

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 >

