

二見コミセンでの講座は西部文化会館で開催しています。

(月曜日・祝日休館)

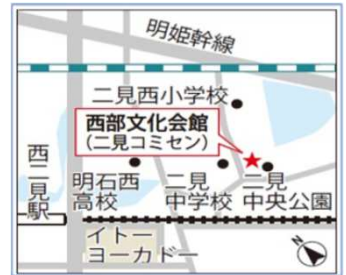
住所:〒674-0094明石市二見町西二見597-2(右地図参照)

アクセス:山陽電車「西二見駅」から徒歩10分。「東二見駅」から徒歩17分。

最寄りバス停:Tacoバス「西部文化会館前」



↑二見コミセン
ホームページ



西部文化会館

どなたでも学べます！



市民講座



4月～6月
開催予定の講座

申込方法：受付開始日の午前9時から窓口または電話、FAXで
先着順に受け付けます。(キャンセル待ちも対応しています)

二見コミセン(西部文化会館)

TEL：078-943-6741又はFAX：918-5975

※FAXでの申込方法：

開催コミセン名、講座名、講座開催日、氏名、住所、連絡先(電話とFAX)、必要な配慮(手話通訳、要約筆記等)を記入して送信(開館時間外は無効とします。)申し込みの様式も用意しておりますので、ご入用の方はお申し出ください。

※配慮が必要な方は講座開催日の2週間前までにお申し込みください。

4/22(水) アンサンブルBELL
13:30～
15:00
ア・カペラコンサート
講師：アンサンブルBELL

2004年に発足したグループです。
日本の懐かしの曲や外国の曲を織り
交ぜて歌います。是非ご参加下さい。

定員：80名

受付開始：3月19日(木)



4/23(木) わくわく・うきうき
13:30～
15:00
元気回復体操
講師：ダンシングチーム KIRARA
代表 西尾 弘子

椅子を使ったストレッチ体操と軽快な
音楽に合わせてリズム体操で健康維
持につなげましょう。

定員：30名

受付開始：3月24日(火)



5/22(金) 季節(春)の
13:30～
15:00
草花を楽しむ
講師：自然観察員
高野 哲司

集合：御厨神社鳥居前
持物等：動きやすい服装、飲み物、帽子、
雨具(小雨の場合)、虫眼鏡(お持ちの方)

*雨天の場合は西部文化会館での座学となります。

定員：30名

受付開始：4月21日(火)



5/29(金) 誰でも簡単！
13:30～
15:00
スマホでもできる
ちょっといい写真の撮り方
講師：映像クリエイター
森 邦和

写真の撮り方のポイントについて
講義を受け、人とはちょっと違う
いい写真の撮り方を学びませんか。

定員：15名

受付開始：4月28日(火)



6/3(水) 空家と相続
13:30～
15:00
講師：一級建築士 防災士
京橋 健一郎

神戸市内の山林約3,000m²と空家を相続する
こととなり、その解決に奮闘した経験を基に空家
問題についてお話しします。

定員：50名

受付開始：5月8日(金)

6/23(火) 薬膳講座
13:30～
15:00
喜ぶおやつ選び方
講師：国際薬膳調理師
竹田 あやこ

季節や体質に合わせた体に
やさしいおやつを選び方を
薬膳の視点からお話しします。

定員：50名

受付開始：5月23日(土)





あかねカレッジ「ライトコース」は、各中学校区コミセンで実施される年間300以上の講座から好きな物を自由に受講できるほか、一部はオンラインで視聴できます。

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。

まなびが広がる「科目別コース」

10ある学科から好きな学科を1つ選んで1年かけてじっくり学ぶことができます。

まなびが活きる「わたしを活かすコース」

学んできたこと活かしてあなたらしく活躍する方法を探ります。一歩踏み出してみませんか。

**2026年度
入学案内**

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」。2026年度のあかねカレッジは3つのコースが開講されます！
各コースの詳しい内容・申込方法などは、各中学校区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」をご覧ください。

ライトコース申込

(1) 入学願書をコミセンに持参
3月3日(火) 9:00~
※資料代として1,000円をお持ち下さい。

(2) **オリエンテーション**を受講
いずれかを必ず受講して下さい。
(二見コミセン開催日)

- ① 3月25日(水) 13:30~15:00
- ② 4月8日(水) 13:30~15:00
- ③ 5月7日(木) 10:00~11:30
- ④ 6月4日(木) 10:00~11:30

都合がつかない時は、他のコミセンで受講することもできます。

ライトコース 5~6月 開催予定の講座

講座申込

4/15(水) 9時 開始
西部文化会館943-6741

- 講座はまとめて申込可。
- オンライン可**の講座は、事前連絡のこと。
- 学生IDと受講希望講座IDを準備の上お申し込みください。

**5/13(水)
13:30~15:00**

**ライブ又は
録画配信**

オンライン可

シニアだからこそ楽しめる本の時間

-読んでなくても参加できる読書会-
講師：とまり木 文庫
読書は一人ですもの、苦手...と思われる方におすすめ「読書会」。本を通して人とつながる、見方・考え方が広がる、そんな体験をしてみませんか？
定員：50名

講座 ID 26-13-005

**5/14(木)
13:30~15:00**

終活・生前整理セミナー

講師：行政書士・終活アドバイザー
島瀬 靖弘

「終活」という言葉をよく耳にしますが、何かから手をつければいいのか分からないことはありませんか？ご家族が判断に困りそうなことを中心に終活のヒントをお伝えします。
定員：30名

講座 ID 26-13-006

**5/20(水)
14:00~15:30**

**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

講師：手塚山大学名誉教授 中川 幾郎
高齢期は「失う時期」ではなく「深まる時期」として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。
定員：50名

講座 ID 26-13-007

**5/26(火)
13:30~15:00**

明石の歴史(三木合戦と明石)

講師：元高校教員 今井 豊
織田信長の天下統一事業の中で、中国地方の攻略を担当した羽柴秀吉が、毛利方について別所長治を討つため三木合戦が起こる。その中で「明石」がどのように関わり、どのような役割を果たしたのかを考察する。
定員：50名

講座 ID 26-13-008

**6/9(火)
13:30~15:00**

**コミュニケーションを楽しむ
~頭と心とからだの体操~**

講師：望月 康恵(ステージコーディネーター)
初代NHK歌のお姉さんが、頭も体も柔らかくなる方法を、歌や演奏を交えながら、楽しくお伝えします。
定員：30名

講座 ID 26-13-009

**6/18(木)
14:00~15:30**

**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-**

講師：神戸学院大学 道重 さおり
心理学の視点から、「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」の依存症を中心に、そのメカニズムや回復への道筋を解説します。
定員：50名

講座 ID 26-13-010

**6/24(水)
13:30~15:00**

まち歩きマップ(船上・林を楽しもう)

講師：ヘリテージ明石 吉川 悟
延喜式神明帳にも記載された、明石で最も古い神社と言われる林神社や安土・桃山時代に明石領を治めた船上・林地域を楽しみましょう。
*西部文化会館での座学です。
定員：50名

講座 ID 26-13-011

警報発令時について

明石市に『大雨』『洪水』『暴風』のいずれかの警報が発表された場合講座は休講になります。

午前の講座：7時から講座開始時間
までの間

午後の講座：11時から講座開始時間
までの間

コミセンから申込者へ連絡はいたしません。