



# 野々池コミセン・つーしん

〒673-0008 明石市沢野1-3-1 (野々池中学校内)  
TEL: 078-929-0355 FAX: 078-929-0808  
休館日: 月曜日・祝日・年末年始 (12/28~1/4)



野々池コミセンHP

どなたでも学べる！  
R7年4月～6月開催予定

**市 民 講 座**

申し込みは 受付開始日時以降に 野々池コミセンまで。電話が困難な方は、来所、ファックスで、講座名、開催日、氏名、連絡先・方法を記入し、お申し込みください(原則ご本人分のみ)。専用FAX用紙は、野々池コミセンホームページで。

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**

次のページ

いっしょに続けましょう！ **オンライン元気アップ体操**を野々池コミセンで  
身体を動かす機会が減っていませんか？いっしょに健康維持のために、簡単な  
体操をしませんか？

☆4月10日(木)、24日(木) (定員25名程度) 受付開始:3月15日(土) 9:00

☆5月8日(木)、22日(木) 6月12日(木)、26日(木)  
(定員5名程度。 ライトコースでも募集) 受付開始:4月18日(金) 9:00

- 時間等: 全日 13:30~14:30
- 持ち物: 上履き、水分、タオル

講師: 明石市地域総合支援担当



5/31  
(土)

## ベビーマッサージで つながろう

★受付開始:4月25日(金) 9:00

●日 時:5月31日(土)10:00~  
11:30

●定員:5組  
0歳児(2か月~1歳ごろまで)  
とパパ・ママ

●持ち物:バスタオル、ベビーオイル  
水分、いつものおでかけセット



岡村 香 先生



6/28  
(土)

## きずな はぐく 絆を育む

## ふれあい遊び

★受付開始:5月30日(金) 9:00

●日 時:6月28日(土)10:00~  
11:30

●定員:5組  
1歳から3歳までのこども  
とパパ・ママ

●持ち物:筆記用具、バスタオル、  
水分、いつものおでかけセット



岡村 香 先生



## 谷山比呂子先生のお菓子教室

応募多数の場合は  
抽選となります。  
ご了承ください

4/22  
(火)

●メニュー:マドレーヌ  
初級者向け

★受付期間:3月21日(金)9:00~  
3月27日(木)20:00まで



5/27  
(火)

●メニュー:抹茶と大納言のムース

★受付期間:4月25日(金) 9:00~



共通内容 5月1日(木)20:00まで  
●時間:9:30~12:30 ●材料費: 1,300円 ●定員:8名  
●持ち物:エプロン、布巾2枚、マスク、三角巾、筆記用具、  
スリッパ、お持帰り容器10cm正方ぐらい

## 谷山比呂子先生のお料理教室

応募多数の場合は  
抽選となります。  
ご了承ください

6/24  
(火)

●メニュー:  
昆布ジュレの冷製パスタ

★受付期間:5月23日(金) 9:00~

5月29日(木)20:00まで



●時間:9:30~12:30 ●材料費: 1,000円 ●定員:8名  
●持ち物:エプロン、布巾2枚、マスク、三角巾、筆記用具、  
スリッパ、お持帰り容器10cm正方ぐらい

👉 明石市にお住まいの60歳以上の方にオススメ！



# あかねカレッジの各コース

## 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**

各コースの詳しい内容・申込方法などは、  
中学校コミセンにある「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。



あかねカレッジ

ライトコース

って、なーに？

明石市にお住いの60歳以上の方であれば、どなたでも入学できる学びの場。

市内13か所の中学校コミセンで開講する対象講座から好きな講座を選べます。(講座ごとの定員があります)

対象講座は300以上

オンライン講座もあります。

年度途中からでも入学OK!

入学申込

お近くの中学コミセンへ願書と学習資料代1,000円(年額)を提出。(願書はコミセンにあります。)



オリエンテーションを受講

※(必須)各コミセンで開催されます。



ご希望の講座を申込



受講



# あかねカレッジ ライトコース

R7年5月～6月開催予定

入学申し込みが必要です。当コミセンまでお問い合わせください。

## 野々池コミセンでの オリエンテーション

3/26(水) 13:30～15:00

4/2(水) 13:30～15:00

5/7(水) 13:30～15:00

6月以降は随時行います。

オリエンテーションは他コミセンでの受講も  
可能です。お尋ねください。



受講申し込み受付開始 4/15(火) 9:00～

※お電話の混雑が予想されます。  
ご迷惑をおかけして申し訳ございません。

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～

5/14(水) 13:30～15:00

講師：のはらくらぶ  
一宮 小葉  
会場・オンライン

いっしょにしよう！  
元気アップ体操！

5/8(木)、22(木)

6/12(木)、26(木)

時間13:30～14:30

講師：明石市  
地域総合支援担当  
会場のみ

心と体が元気になる体操！  
青山先生 来所

5/20(火)、6/17(火)

時間 14:00～15:30

講師：健康運動指導士  
青山 美貴  
会場のみ



明石の謎を探る

5/21(水) 13:30～15:00

講師：明石市立文化博物館  
宮本 博  
会場・オンライン

野々池の草木を楽しもう  
(春)

野々池にはまだまだ  
貴重な草木があります

5/28(水) 10:00～11:30

講師：高野 哲司  
会場のみ

明石の歴史いろいろ  
平家物語と明石

6/4(水) 13:30～15:00

講師：今井 豊  
会場のみ



犯罪事例と対策  
目指せ犯罪ゼロのまち

6/18(水) 13:30～15:00

講師：明石市  
総合安全対策室  
会場・オンライン

サクストと  
ピアノ、フルート(予定)  
演奏とトーク

6/25(水) 13:30～15:00

講師：平山 賢次  
& ゲスト講師  
会場のみ





# の学びの掲示板

## な か ま と ま な ぶ 「サークル紹介」



※体験希望の方は野々池コミセン(078-929-0355)までお問い合わせ下さい。

☆人形劇ゆめっこ

☆川柳楽しみタイ

☆Sparkleキッズ英会話

☆茶道

☆コーラス

☆尺八

☆囲碁

☆文科系  
★体育系

★明石ガ-ルス (バレーボール Jr.)

★NBBC(バスケットボール)

★野々池バスケットボール

★空手

★空手道「平成館」

★西明石剣友会

★レディース卓球

★バドミントン

★合気道

★明石柔道會

### コミセンからのお願い

- ①体調不良の場合はご来場をお控えください
- ②スリッパなどの持参
- ③基本的な感染防止にご協力ください
- ④お車でのご来場はお控えください

### 野々池コミュニティ・センター (野々池中内)

〒 沢野 1 丁目 3-1

☎ 078-929-0355



※JR「西明石駅」より徒歩 21 分。

※最寄りバス停 Taco バス「野々池中学校」



コミセン情報誌アーカイブ



野々池コミセンHP