

学ぶ！成長する！情報紙

通信

野々池コミセン・つーしん

夏号

〒673-0008 明石市沢野1-3-1 (野々池中学校内)
TEL: 078-929-0355 (月曜日・祝日休館)
FAX: 078-929-0808



どなたでも学べる！ みんなのまなび

7月～9月開催予定の講座

市民講座

7/22
(火)

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

- 日 時: 7月22日(火) 9:30～12:30
- メニュー: ラズベリーの焼き菓子
- 材料費: 1,300円 ●定 員: 8名
- 持ち物: エプロン、布巾2枚、三角巾、マスク、
使い捨て手袋、スリッパ、筆記用具、お持帰り
容器1個(15cm正方くらい)

★受付期間: 6月20日(金) 9:00～26日(木) 17:00

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、来所またはファックスで、
講座名、開催日、氏名、連絡先を記入し、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。



野々池コミセンHP

8/2
(土)

親子 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

講師: 谷山 比呂子 先生

- 日 時: 8月2日(土) 9:30～12:30
- メニュー: スノーボール(さくさくクッキー)
- 材料費: 無料 ●定員: 4組(8名)
- 持ち物: 持ち物: エプロン、布巾各自2枚、三角
巾、マスク、使い捨て手袋、スリッパ、筆記用具、
お持帰り容器1個(15cm正方くらい)

★受付期間: 7月4日(金) 9:00～10日(木) 17:00

8/21
(木)

元気アップ体操 特別講座 肩こりと腰痛のお話

- 日 時: 8月21日(木) 13:30～14:30
- 参加料: 無料
- 定 員: 5名ほど
- 持ち物: 上履き、筆記用具

※ライトコースでも募集

★受付開始日: 7月25日(木) 9:00～



8/9
(土)

親子工作教室

まんげきょう
ビー玉万華鏡をつくろう！

講師: 西村 稔 先生(笑夢工房)

- 日 時: 8月9日(土) 10:00～11:30
- 参加費: 無料 ●定 員: 10組(20名)ほど
小学校低学年と保護者
- 持ち物: 筆記用具、スリッパ

★受付開始日: 7月11日(金) 9:00～

9/30
(火)

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

- 日 時: 9月30日(火) 9:30～12:30
- メニュー: マロンのロール
- 材料費: 1,300円 ●定 員: 8名
- 持ち物: 持ち物: エプロン、布巾2枚、三角巾、
マスク、使い捨て手袋、スリッパ、筆記用具、お持
帰り容器1個(15cm正方くらい)

★受付期間: 8月22日(金) 9:00～28日(木) 17:00



野々池コミセンで オンライン 元気アップ体操教室を

身体を動かす機会が減っていませんか？運動不足解消や健康維持のために一緒に身体を動かしましょう

椅子に座って
椅子を支えに

①7月10日、②7月24日、③8月14日、④8月28日、⑤9月11日、⑥9月25日
いづれも木曜日13:30～14:30 体操と脳トレ

※ライトコースでも募集

●定 員: 5名

★受付開始日: 6月20日(金) 9:00～



市民講座のようすを 少し

ハソキ見



プリザーブドフラワー
11/30
クリスマスリース



心と体が元気
になる体操
2/6

ケーナが奏でる
アンデスの世界
12/17
素晴らしい演奏
を

こども将棋入門 2/8 2/22



お菓子教室 3/25
キャラメル風味のシューク
リーム



野々池コミセンでの オリエンテーション

随時行いますので、
ご相談ください。

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。

あかねカレッジ ライトコース

(あかねカレッジライトコース入学済の方のみ)

受付開始

6/17(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。

会場のみ

明石の歴史いろいろ 番外編 明石の怪談

7/2(水)13:30～15:00

講師:今井 豊

会場のみ



元気アップ体操教室

7/10、7/24、8/14
8/28、9/11、9/25

特別講座 8/21

いずれも木曜日

13:30～14:30

※市民講座でも募集

会場のみ



ライフストーリー・ レビュー入門①②

7/5(土) 7/12(土)
10:00～11:30

講師:公認心理師 小川玉樹
オカリナ・フルート演奏 マローネ
会場のみ



観る・演じる人形劇 劇団「ゆめっこ」と 人形劇を楽しもう

7/9(水)10:00～11:30

講師:野々池コミセン・サークル
人形劇団「ゆめっこ」

会場のみ



心と体が元気になる体操

7/15 8/19 9/16

いずれも火曜日

14:00～15:00

講師:青山 美貴

※市民講座でも募集

会場のみ



絵本で心のストレッチ

絵本の読み聞かせを聴いて
心をやわらかくしよう
8/20(水)13:30～15:00

講師:公認絵本セラピスト
田中 八潮 会場のみ

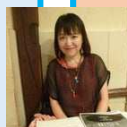


ひょうごの詩人④ 八木重吉とその時代

7/23(水)13:30～15:00

講師:福田 知子

会場のみ



ひょうごの詩人⑤ 津村信夫とその時代

8/6(水)13:30～15:00

講師:福田 知子

会場のみ

ひょうごの詩人⑥ 多田智満子とその時代

9/3(水)13:30～15:00

講師:福田 知子

会場のみ

会場・オンライン

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～

7/9(水)13:30～15:00

講師:岩永 望

会場・オンライン



乗り鉄入門

7/16(水)13:30～15:00

講師:溝口 光徳

会場・オンライン



楽しく学ぼう！ ビーチクリーン活動とその大切さ！

9/10(水)13:30～15:00

講師:WATARIUMI

会場・オンライン



活力ある毎日を！ フレイルを防いで元気に過ごそう

9/17(水)13:30～15:00

講師:明石市高齢者総合支援室

会場・オンライン



なかまとまなぶ「サークル紹介」



※体験希望の方はコミセン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

★明石ガールズ (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



野々池コミセンHP



コミセン情報紙アーカイブはこちら