

どなたでも学べる市民講座

申込方法：受付開始日の午前9時から電話受付。定員になり次第、締切り

歴史講座
古墳時代の遺跡～
王塚古墳・藤江別所遺跡など

講師：稲原 昭嘉
(明石市文化・スポーツ室
歴史文化財担当)

7/5(土) 10:00～11:30
定員：30名
参加費：無料

受付開始日 6/7(土)

夏休み自由研究応援講座①
対戦型サッカーゲーム盤を
作ろう！

講師：今井 由美
(デッサン子午線)

7/26(土) 10:00～11:30
定員：15名
材料費：500円
※3年生以下保護者同伴

受付開始日 6/22(日)

夏休み自由研究応援講座②
『なぜ？』を見つける動物園！
～動物を観察するときの
ポイント教えます～

講師：仲尾 有加
(元動物園飼育員)

8/2(土) 10:00～11:30
定員：20名
参加費：無料
※3年生以下保護者同伴

受付開始日 6/29(日)

女性のための健康講座
～いつまでも健康で
若々しくいるために～

講師：すがの しの
(徒手療法師)

8/30(土) 10:00～11:30
定員：30名
参加費：無料

受付開始日 7/27(日)

小さな音楽会
♪子どもから大人まで
童謡からクラシックを
聴いて歌おう♪

講師：ムジカライゼ

9/20(土) 10:00～11:30
定員：30名
参加費：無料

受付開始日 8/16(土)

**はじめての
フィットネスフラ講座**
～簡単・安全・楽しい有酸素運動～

講師：Natsuko
(JWI Fitness Hula
インストラクター)

9/27(土) 10:00～11:30
定員：15名
参加費：無料

受付開始日 8/23(土)

障害をお持ちの方など、電話での申込みがご不便な方へ

市民講座のみFAXでも受付いたします。開催コミセン名・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)を記入して送信(開館時間中以外は無効とします)※配慮が必要な方は講座開催日の2週間前までに
お申込みください。

FAX 918-5967



まなびが見つかる あかねカレッジライトコース

2025年度 あかねカレッジライトコース入学 随時受付

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」

- ①入学願書と資料代をコミセンへ持参
 - ②オリエンテーションを受講
 - ③講座を選択して申込⇒講座受講！
 - ④資料代…年間1,000円
- 申込み問い合わせ・受講場所：市内13の中学校コミセン



2025年度7～9月あかねカレッジライトコース講座申込方法：6月17日(火)9:00から電話で受付

**うきうきワクワク
元気回復体操**

講師：西尾 弘子
(ダンスグループ
キララ代表)

7/25(金)
13:30～15:00

定員：20名
講座ID：25-06-012

**あなたにもある
『無意識の思い込み』
アンコンシャス・バイア
スについて考えてみよう**

講師：藤原 弥季
(アーク社会保険
労務士法人代表)

7/30(水)
13:30～15:00

定員：30名
講座ID：25-06-013

**日本銀行の役割と
お札のあれこれ**

講師：日本銀行神戸支店

8/29(金)
13:30～15:00

定員：30名
講座ID：25-06-014

**防災講座
『阪神淡路大震災から
30年 地震への備え』**

講師：田中 隆一郎
(NPO法人技術者集団
ACT135明石 顧問)

9/3(水)
13:30～15:00

定員：30名
講座ID：25-06-015

**『詩』とは
歴史的に学ぶ
現代詩入門**

講師：福田 知子
(兵庫県現代詩協会理事)

9/24(水)
13:30～15:00

定員：30名
講座ID：25-06-016

開催日時	講座名	講師	定員	講座ID
7月9日(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～	岩永 望 管理栄養・給食管理アドバイザー	30名	25-06-017 オンライン
7月16日(水) 13:30～15:00	乗り鉄入門	溝口 光徳 乗りテツ旅行会	30名	25-06-010 オンライン
9月10日(水) 13:30～14:30	楽しく学ぼう！ ビーチクリーン活動とその大切さ	WATARIUMI	30名	25-06-018 オンライン
9月17日(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～	明石市高齢者総合支援室 健康づくり担当	30名	25-06-011 オンライン

令和7年度 望海コミセンサークル登録団体一覧



団体名	活動日		団体名	活動日	
	曜	時間帯		曜	時間帯
望海パソコンクラブ	毎週火	9:00～12:00	望海綱引きクラブ	毎週水	18:30～20:30
望海ハーモニカサークル	毎週火	13:00～16:00	ストイッカー(バドミントン)	毎週水	18:30～20:30
習字サークル	第1・2・3・4火	15:00～18:30	さくら卓球	毎週木	12:00～15:30
和服リフォーム	第2・4水	9:30～12:00	望海バドミントンサークル	毎週木	18:30～20:30
阿波踊り『海峡連』	毎週水	18:30～20:30	望海ディスコダンスサークル	毎週木	19:00～20:30
望海なでしこグループ	毎週木	12:30～16:30	神明F-Volley	毎週木	18:30～20:30
明石囲碁会	毎週木	12:30～16:30	望海卓球サークル	毎週金	9:00～12:00
明石ESS	毎週木	18:30～20:30	想拳塾(空手)	毎週金	18:30～20:30
リコーダーアンサンブル望海	毎週金	9:00～12:30	望海バレーボール	毎週金	18:30～20:30
童謡・唱歌の会「わらべ」	第1・3金	13:00～16:00	シルバースターズ(バスケットボール)	毎週金	18:30～20:30
洋画サークル「望」	第1・2・3・4土	13:30～16:30	空手道同好会	毎週土	18:30～20:30
望海なつメロ同好会	毎週日	13:00～16:30	望海合気道会	毎週土	19:00～20:30
Happy Go Luckies!! (バレーボール)	毎週火	18:30～20:30	BOUZ(バスケットボール)	毎週土	18:30～20:30
スカット(バスケットボール)	毎週火	18:30～20:30	明石柔友会	毎週日	9:30～12:00
ヨガ・ストレッチ体操サークル	毎週水	9:30～11:00	明石合気道	毎週日	13:00～16:30
望海マハロフラダンス	第1・2・3・4水	10:00～12:00			

随時、見学・入会受付しております
望海コミセンまでお問合せください



望海コミュニティ・センター（望海中内）

〒 西明石南町1丁目1-33

☎ 078-923-1439



明石市立望海コミュニティ・センター
運営委員長 池内 勝
I/Aマネージャー 大西 裕幸

- ・JR「西明石駅」より徒歩6分
- ・最寄りバス停 Tacoバス「望海中学校南」
- ・月曜日・祝日は休館です。
- ・お車での来館はご遠慮ください。