

1月～3月開催

明石市民なら 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。
申込書先：望海コミセン ☎ 923-1439



己書講座

～筆ペンで、絵のような文字、字のような絵を描いてみませんか！～
講師/井上 雅美(己書師範)

- 日 時 :1月10日(土) 10:00～11:30
 - 材料費 :1,000円
 - 定 員 :10名
 - 持ち物 :特になし
- ★受付開始日:12月7日(日) 9:00～



理学療法士によるヨガ体験

「初めてでも大丈夫！心も身体も一緒にリフレッシュ！」

講師/瀧川 桃香
(理学療法士 ヨガインストラクター)

- 日 時 :1月24日(土) 10:00～11:30
 - 参加料 :無料
 - 定 員 :10名
 - 持ち物 :あればヨガマット
- ★受付開始日:12月20日(土) 9:00～

ベビーマッサージで
ふれあいタイム

講師/岡村 香 (RTA認定講師)

- 日 時 :2月7日(土) 10:00～11:30
 - 参加料 :無料
 - 定 員 :5組 生後2ヶ月～歩く前までの赤ちゃんとママ・パパ
 - 持ち物 :ベビーオイル、バスタオル1枚
赤ちゃんの水分補給
いつものお出かけセット
- ★受付開始日:1月7日(水) 9:00～

インドネシア文化を学び民族楽器
アンクルンに触れて楽しむ

講師/森井 國興(神戸インドネシア友の会)

- 日 時 :2月21日(土) 10:00～11:30
- 参加費:無料
- 定 員:30名
- 持ち物:特になし

★受付開始日:1月17日(土) 9:00～

春の旅路

メロディーは風に乗り♪
～歌とマリンバとピアノのコンサート～ ♪
講師/あんさんぶるdosso

- 日 時 :3月7日(土) 10:00～11:30
 - 参加費 :無料
 - 定 員 :30名
 - 持ち物 :特になし
- ★受付開始日:2月8日(日) 9:00～

飛ぶ実験工作講座

～身近なもので飛ぶものつくってみよう！～

講師/タック先生(キッズアース代表講師)

- 日 時 :3月28日(土) 10:00～11:30
- 参加費 :500円
- 定 員 :30名
- 持ち物 :特になし

★受付開始日:2月28日(土) 9:00～

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



明石市内の60歳以上の方であれば、誰でも受けられます。

受講するには…

- 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

令和7年度の申込みは2025年12月21日で終了

- ▶自分の興味や関心に合わせて、300以上の講座の中から好きなだけ受けることができます
- ▶自宅からのオンライン受講ができる講座もあります

2025年度1~3月あかねカレッジライトコース講座

対面式講座

『防災対策を学ぶ』
災害対策アプリの紹介
初心者向けスマートフォン教室
(androイドスマホを貸出)
KDDI 認定講師

1月9日(金) 13:30~15:30
定員 20名 講座ID:25-06-032

アフガニスタンを知って
そして忘れないで
～地雷被害者へ義足支援活動
を続けてきて～
NPO法人技術者集団ACT135明石
春木 信韻

1月28日(水) 13:30~15:00
定員 30名 講座ID:25-06-033

豊かな老後のためには
知っておきたいお金の話
金融経済教育推進機構
(J-FLEC)

2月4日(水) 13:30~15:00
定員 30名 講座ID:25-06-036

セルフストレッチ講座

理学療法士
古賀田 万典

2月26日(木) 10:00~11:30
定員 30名 講座ID:25-06-034

あかねカレッジライトコース 『1年をふりかえる交流会』

開催日時 3月4日(水) 13:30~ 講座ID 25-06-035

今年度のあかねカレッジライトコースが
まもなく終わりを迎えます。
この機会に、これまでの興味・関心をふり返り
次の学びにつながるヒントを見つけませんか？

オンライン講座

開催日時	講 座 名	講 師	定員	講座ID
1月14日(水) 13:30~15:00	暮らしを楽しむ写真撮影術	藤田 温 KATACHI PHOTO PROJECT 代表	30名	25-06-028
1月21日(水) 13:30~15:00				ライブ配信
2月18日(水) 13:30~15:00	高齢期における栄養学について ～心と身体の健康づくり～	横田 久代 管理栄養士	30名	25-06-029
3月11日(水) 13:30~15:00				ライブ配信
	趣味から始まった家紋調査 ～明石で読み解く名字と地域性	須貝 隆弘 明石市立文化博物館 学芸員	30名	25-06-031
				ライブ配信

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



- ・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。

