

「きずな」と「学び」の情報紙

大久保コミセン 通信

〒674-0067 明石市大久保町大久保町244-3(大久保中学校の東隣)
TEL:078-936-0879 (月曜日・祝日休館)

※コミセン通信は、検索するか、こちらを読み取ると、
HPで閲覧できます

明石市 コミセン情報紙

検索



2025年度春号



どなたでも電話またはFAX 1本で参加できます



みんなのまなび



～5月～6月開催予定の講座～



受講のお申し込みは、各受付開始日から大久保コミセンまで(TEL:078-936-0879)
(FAX:078-936-0947)

FAXの場合は、開館時間中に、講座名、開催日、氏名、連絡先(電話・FAX)、必要な配慮(手話通訳、要約筆記等)を記入・送信して下さい。開館時間中以外は無効です。FAXの様式はコミセンに設置しています。

【警報発令時について】明石市に「大雨」「暴風」「洪水」のいずれかが以下の時間帯で発令した場合、講座は中止になります。

午前の講座:7:00～講座開始時間 午後の講座:11:00～講座開始時間

5/9(金)

意外にできるこんなこと～スマホ使いこなし講座～
講師/a u ショップ大久保店

- 日 時:5月9日(金) 10:00～12:00
- 内 容:スマホで電話とメールしか使っていない方必見です。
ご自身のスマホでできる色々なことを学びましょう。
- 参加費:無料
- 定 員:30名
- 持ち物:スマホ、筆記用具

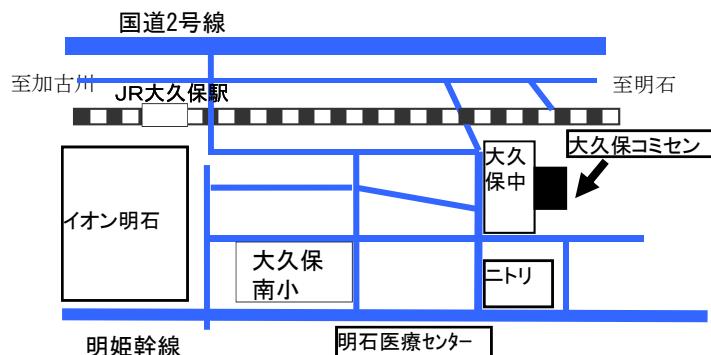


★受付開始日:4月8日(火)9:00～大久保コミセンへ電話(TEL:078-936-0879)
またはファックス(FAX:078-936-0947)

～受講にあたってのお願い～

- ①マスク着用は個人の判断でお願いします
- ②公共交通機関、徒歩、自転車でお越しください

コミセンへのアクセス





どなたでも電話またはFAX 1本で参加できます♪

6/21(土)
6/28(土)

ゆかたの着方
講師/信川 須美子

●日 時：6月21日(土) 9:30～11:30
6月28日(土) 9:30～11:30

●内 容：ゆかたで夏祭り等にお出かけ！
ゆかたの着方を基礎から学びましょう。

●参加費：無料

●定 員：各回5名 ※両日とも、同じ講座内容です。

●持ち物：ゆかた、半幅帯、肌じゅばん、裾よけ、
帯板、腰ひも3本、伊達締め



★受付開始日：5月16日(金)9:00～大久保コミセンへ電話(TEL:078-936-0879)
またはファックス(FAX:078-936-0947)

明石市にお住まいの60歳以上の方にオススメ！

あかねカレッジライトコース

60歳からのおとなのみなび



あかねカレッジ
Akane College

2025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」。2025年度のあかねカレッジは3つのコースが開講されます！

まなびが見つかる「ライトコース」

申込・受講場所

：市内13の中学校コミセン
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、自分の興味や関心に合わせて受講できます。年度途中でも入学できます。

- ①入学願書をコミセンへ持参
- ②オリエンテーションを受講
- ③資料代として年間1千円が必要
- ④講座を選択して申込→受講

3月1日～申込受付開始！

まなびが広がる「科目別コース」

申込・受講場所

：ウィズあかし
(アスピア明石)

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」

申込・受講場所

：ウィズあかし
(アスピア明石)

学んだことを活かして、私にできることはないかな？—あなたができうこと、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、各中学校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。

＜大久保コミセンでの「ライトコース」オリエンテーション＞

定員40名

●持ち物：筆記用具

3月21日(金)10:00～11:30

4月4日(金)10:00～11:30

講座ID 25-07-001

講座ID 25-07-002

5月20日(火)10:00～11:30

6月13日(金)10:00～11:30

講座ID 25-07-003

講座ID 25-07-004

あかねカレッジライトコース



受付開始日:4月15日(火)9時~電話(TEL:078-936-0879)または来館 ※先着順

定員36名

ライブ又は録画配信

子どもの目が輝く自然
体験って?

5/14(水) 13:30~15:00

講師:一般社団法人のはら
くらぶ 一宮小栄

講座ID 25-07-005

定員36名

ライブ又は録画配信

明石城の謎を探る

5/21(水) 13:30~15:00

講師:明石市文化博物館
宮本 博

講座ID 25-07-006

定員36名

ライブ又は録画配信

犯罪事例と対策~目指せ犯
罪ゼロのまち~防犯講座

6/18(水) 13:30~15:00

講師:明石市総合安全対策室

講座ID 25-07-011

※ライブ又は録画配信は、コミセン会議室のスクリーンで講座の映像を視聴することとなります。

5/23(金)

お家でできる薬膳講座

講師/竹田 あやこ (国際薬膳調理師)



●日 時:5月23日(金) 10:00~11:30

●内 容:子どもから高齢者まで、身近な食材で元気をつくる薬膳ご飯をご紹介
します。レシピサイトcookpad人気検索1位にもなった講師による
「かんたん薬膳レシピ」や梅雨の薬膳もご説明します。

●参加費:無料 ●定員:40名

●持ち物:学生ファイル、筆記用具

講座ID 25-07-007

5/30(金)

明石の源氏物語遺跡

講師/井上裕行、清水圭三



●日 時:5月30日(金) 10:00~11:30

●内 容:五代明石藩主松平忠国は文学好きで、明石藩内に源氏物語の
須磨・明石の巻にちなんだ遺跡として見立てた史跡を説明します。

●参加費:無料 ●定員:40名

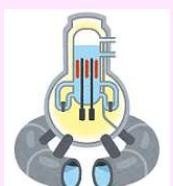
●持ち物:学生ファイル、筆記用具

講座ID 25-07-008

6/3(火)

核融合エネルギーの話

講師/梶村 好宏 (明石工業高等専門学校電気情報工学科教授)



●日 時:6月3日(火) 10:00~11:30

●内 容:人類の究極のエネルギー源として注目されている
核融合や核融合発電について、その仕組みや
最近の情報を紹介します。

●参加費:無料 ●定員:40名

●持ち物:学生ファイル、筆記用具

講座ID 25-07-009

6/4(水)

脳を知る、脳を守る、脳と生きる~健康長寿を獲得するために~

講師/大西 英之 (大西脳神経外科病院会長)



●日 時:6月4(水) 13:30~15:00

●内 容:脳は人間としての活動をするためのコンピューターです。
脳の構造や働きを学んで、皆さん健康長寿を目指しましょう!

●参加費:無料

●定員:40名

●持ち物:学生ファイル、筆記用具

講座ID 25-07-010

大久保コミセン登録サークル一覧表

※大久保コミセンには、33のサークルがあります。興味や関心がある方は、コミセン

までご連絡下さい。（TEL：078-936-0879）

【2025年2月1日現在】

【文科系】					
No.	団体名	活動内容	曜日	週	時間
1	カラオケ楽楽会	歌謡	火	2 4	9:00~12:00
2	井戸端会	輪投げ、クイズ等	火	1 2 3 4	13:00~15:00
3	歌謡サークル	歌謡	火	1 2 3 4	13:30~16:30
4	木彫サークル	木彫	水	2 4	9:00~12:00
5	ゆかいな仲間	歌、有酸素運動	木	1 2 3 4	9:00~12:00
6	編み物サークル	編み物、手芸	木	1 2 4	13:00~16:00
7	明石吟詠サークル	詩吟	金	1 2 3 4	13:30~15:30
8	大久保パソコンサークルⅡ	パソコン	金	1 2 3 4 5	13:00~16:30
9	囲碁サークル	囲碁	土	1 2 3 4 5	13:00~17:00
10	大久保パソコンサークルⅠ	パソコン	日	1 2 3 4 5	9:00~12:30
11	R C 明石友の会	地域研究	土	3	9:30~12:00
			日	4	13:00~16:30

【スポーツ系】					
No.	団体名	活動内容	曜日	週	時間
1	太極拳サークルⅡ	太極拳	火	1 2 3 4	9:00~12:00
2	33クラブ	社交ダンス	火	1 2 3 4	13:00~16:00
3	大久保ミニバレー	バレーボール	火	1 2 3 4 5	18:30~20:30
4	H C 大久保ジュニア	ハンドボール	火	1 2 3 4 5	18:30~20:30
5	ヨガサークル	ヨガ	水	1 2 3 4 5	9:30~12:00
6	空手道サークル1	空手	水	1 2 3 4 5	18:30~20:30
7	大久保 無刀会	剣道	水	1 2 3 4 5	18:30~20:30
8	ロウキュウクラブ	バスケットボール	水	1 2 3 4 5	18:30~20:30
9	レディース卓球	卓球	木	1 2 3 4 5	9:30~12:00
10	太極拳サークル	太極拳	木	1 2 3 4	13:00~17:00
11	剣道	剣道	木	1 2 3 4 5	18:30~20:30
12	ANTELOPES	バスケットボール	木	1 2 3 4 5	18:30~20:30
13	健康体操サークル	健康体操	金	1 2 3 4 5	9:00~12:00
14	EAGLES	ハンドボール	金	1 2 3 4 5	18:30~20:30
15	大久保コミセンクラブ	バレーボール	金	1 2 3 4 5	18:30~20:30
16	卓球同好会	卓球	土	1 2 3 4 5	9:00~12:00
17	あかし楽しむくらぶCS	室内スポーツ各種	土	1 3 5	13:00~17:00
18	空手道3	空手	土	1 2 3 4 5	18:00~20:00
19	オーバーリミット	バスケットボール	土	1 2 3 4 5	18:30~20:30
20	ピエロ	バスケットボール	土	1 2 3 4 5	18:30~20:30
21	フレンドリー卓球	卓球	日	1 2 3 4 5	9:00~12:00
22	ピンポン同好会	卓球	日	1 2 3 4 5	13:00~17:00