

「きずな」と「学び」の情報紙

大久保コミセン 通信

2025年度春号

〒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



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

市 民 講 座



～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ん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

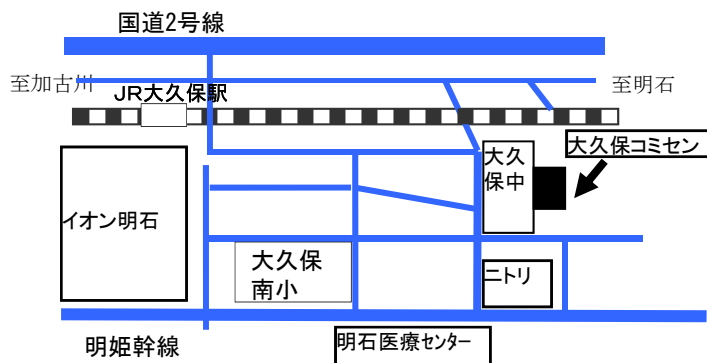


★受付開始日:4月8日(火)9:00～大久保コミセンへ電話(TEL:078-936-0879)
またはファックス(FAX:078-936-0947)

～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



市民講座



どなたでも電話またはFAX1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歳からのおとなのまなび



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
(アスパシア明石)

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
(アスパシア明石)

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、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

講座ID 25-07-001

5月20日(火)10:00～11:30

講座ID 25-07-003

4月4日(金)10:00～11:30

講座ID 25-07-002

6月13日(金)10:00～11:30

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 一宮小葉

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)

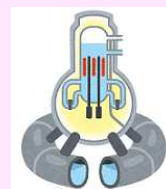
●日 時: 6月3日(火) 10:00～11:30

●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 | 土日 | 3 4 | 9:30～12:00 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 | ロウキュークラブ | 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 | A N T E L O P E S | 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 | E A G L E S | 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 |