

北コミセンの ちょっといい話

2026年 夏号



大久保北コミセン
ホームページ



市内コミセンの
情報紙

THE
NORTH
NEWS

ひとが集う
ひとが繋がる

大久保北コミュニティ・センター
〒674-0051 明石市大久保町大窪2030番地(大久保北中学校内)
TEL: 078-935-3588 FAX: 078-935-3592 (月曜日・祝日休館)

北の トピックス

THE NORTH TOPICS

市民講座

ジャズ・ポップス・ボサノバ世界の音楽 ～会場が一体化！ ジャズと歌声が響くひとときに～

ギタリストの佐久間勝浩さんとジャズシンガーのKIYOKAさんが
「A列車で行こう」「ムーンリバー」「上を向いて歩こう」など
和洋の懐かしい曲を参加者に披露。

佐久間さんの繊細な演奏、KIYOKAさんのパワフルな歌声、
さらに軽快なトークが会場を魅了しました。
会場全体での合唱では大いに盛り上がりました。

参加者からは「プロの演奏と歌声に感動」「また開催してほしい」
といった声が寄せられました。



1/18(日)



ライトコース

コーヒー好き集まれ！ ～飲み比べて実感！ 違いと楽しさ～

「Youth Coffee (大明石町)」の橋本翔さんを講師に、
豆の産地や焙煎、抽出方法などを
わかりやすく解説していただきました。
定員いっぱいの15人が参加し、焙煎や精製の違いによる5種類のコーヒーを飲み比べ。

「同じ豆でも味が全く違う」「これからのコーヒータイムが楽しみ」と好評でした。

橋本さんの「コーヒーは自由に楽しむもの」との言葉のもと
参加者は好みを見つけながら、
コーヒーの奥深さを体感しました。



2/19(木)

明石北高生によるスマホ教室 「防災を学ぶ」 ～世代を超えた交流が深まる～

明石北高の生徒4人を講師に受講生7人が参加。
災害時の持ち物の確認や避難先の調べ方、帰宅支援ポータル、
災害伝言「Web171」の使い方や、LINEでの安否情報の発信方法を学びました。
講座を通じて高齢者と高校生の交流も深まり和やかな雰囲気の中で学びが進みました。

参加者からは「丁寧でわかりやすい！」「高校生との交流が刺激になった」と好評で、
高校生からは「楽しかった。またやってみたい」との声があり

世代を超えた有意義な取り組みとなりました。



3/17(火)



夏休み親子実験教室

講師：大久保北中学校 科学部

日時：7月25日（土）10：00～11：30

定員：親子10組（5歳～小学生）

大久保北中学校科学部の皆さんが、
“科学のおもしろさを体験してもらいたい”との思いで
いろいろな実験を教えてください。
今回はどんな実験かな？ お楽しみにしてください。



申込み： 6月27日（土） 9：00～

親子で楽しむ 多肉植物の不思議 ① ②

講師：山本 真理子

日時：① 7月4日（土）10：00～11：30

② 8月8日（土）10：00～11：30

定員：親子10組 参加料：各回1キット材料費500円
※希望数をお申込みください

水をためて育つ不思議でかわいい植物。
そんな多肉植物を夏休みの自由研究で観察してみませんか？
①で観察のしかたを学び
②で実際に観察した記録をまとめます。最後に親子で寄せ植えを…。



申込み： 6月13日（土） 9：00～

大久保北コミセン 令和8年度 登録団体一覧表

大久保北コミセンでは、卓球、バレーボール、健康体操など多彩なサークルが活動しています。
見学や体験参加ができる団体もありますので、
新しい仲間づくりや趣味の発見の場として、ぜひお気軽にご参加ください。

	登録団体名	内容	曜日	週	時間	入会金	月会費	会員数
	大久保北コミセン フィットネスダンス	フィットネス ダンス	火	1*2*3*4*5	9:30～12:30	1,000	2,400	11
	さわやか体操	ダンス・よさこい	金	1*2*3*4*5	9:00～13:00	0	2,500	28
	ソーシャルダンス コアラ	ソーシャルダンス	水	1*2*3*4*5	13:00～16:00	1,000	3,000	10
	明石R.G	新体操	水	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	0	17
	大久保北 太極拳サークル	太極拳	木	1*2*3*4	18:30～20:30	1,000	1,200	12
	明石カンフークラブ	中国表演武術	木	1*2*3*4*5	18:30～20:30	500	2000 年会費 500	24
	空手道C	空手道	金	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	100	11
	大久保北STクラブ	ショートテニス	火	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	0 年会費 2000	15
	バスケットボールサークル 「ピストンズ」	バスケットボール	土	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	0 年会費 500	20
	大久保北B.F.C.	革バレーボール	火	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	1,000	21
	西脇クラブ	ゴムバレーボール	金	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	0	19
	FEAT	バレーボール	木	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	500 (18歳以下) 300	21
	夢咲バレーボールクラブ	バレーボール	土	1*2*3*4*5	18:30～20:30	0	0 年会費 1000	17
	ペガサス明石 少年バレーボールクラブ	少年バレーボール	金	1*2*3*4*5	18:30～20:30	2,000	3,000	22
	大久保北コミセン 卓球サークル	卓球	土	1*2*3*4*5	13:00～16:00	1,000	250	18
	むつみ卓球サークル	卓球	火	1*2*3*4*5	12:30～15:30	1,000	200	16
	らびっと。	卓球	日	1*2*3*4*5	12:30～16:30	0	1,000	20

受講のお申し込みは、大久保北コミセンまで TEL：078-935-3588 FAX：078-935-3592

申込方法：受付開始日の午前9時から 電話・FAX・窓口で ご本人分のみの受付
＊先着順で定員になり次第、締め切らせていただきます ＊持ち物：筆記用具・上履き・水分補給用飲料

初めてでも安心 **編み物教室（全3回）**

講師：奥野所 小夜子

日時：① 9月 5日（土）10：00～11：30
② 9月12日（土）10：00～11：30
③ 9月26日（土）10：00～11：30

定員：10人 持ち物：毛糸（1巻）・かぎ針

道具や毛糸の選び方、編み図記号の読み取り方、作り目など、編み物の基礎をしっかりと習得し、コースターやポーチなどの小物を作ることを目指します。初心者の方大歓迎！おしゃべりしながら気軽に学んでみませんか。



申込み： 8月1日（土） 9：00～

本好き集まれ！ **驚くほどゆる～い読書会 ④ ⑤ ⑥**

講師：大地 靖晃

日時：④ 7月12日（日）9：30～10：30
⑤ 8月 9日（日）9：30～10：30

★中高生限定回★

⑥ 9月13日（日）9：30～10：30

定員：8人（毎回） 持ち物：あれば本

特にテーマは設けません。気軽におしゃべりに来てください。必ずしも本を読んでいる必要はありません。

申込み：④6月13日（土） 9：00～
⑤7月11日（土） 9：00～
⑥8月 8日（土） 9：00～



まなびが見つかる「**ライトコース**」

7月・8月・9月 **講座**

各講座（7月～9月）のお申込み受付開始日は **6月16日（火）9：00～** ※先着順
持ち物：各講座とも、学生ファイル・筆記用具・上履き・水分補給用飲み物

26-08-012

映画に登場する兵庫の魅力
～明石のロケ地も紹介します～

講師：映画評論家 津田 なおみ

日時：7月17日（金）10：00～11：30
定員：48人



兵庫県は昔から映画のロケ地に選ばれ数々のヒット作に登場してきました。明石をはじめ、県内のロケ地を紹介しながら映画・ドラマを彩る町になぜ選ばれてきたのかその魅力をお伝えします。

26-08-016

オンライン可

姿勢改善から始める基礎健康講座
～不調の原因は「姿勢」にあった～

講師：姿勢調整師 中田 哲生

日時：7月8日（水）13：30～15：00
定員：48人



「健康」と聞くと、運動や食事を思い浮かべる方が多いかもしれませんが、実は日常の「姿勢」が体の状態に大きく影響しています。姿勢の崩れは、様々な不調の原因にも。健康の基本をわかりやすく解説しながら、自宅のできる姿勢改善の方法やセルフケアをお伝えします。

26-08-013
26-08-014



二つの世界大戦と戦後（全2回）

講師：兵庫大学EC講師、歴史家 高堀 枝裕二

日時：① 7月 9日（木）13：30～15：00
② 7月16日（木）13：30～15：00

定員：48人

二度の大戦で、1億人以上の人が犠牲になりました。いまなお世界各地で紛争が絶えない中、大戦の原因や経過をたどるとともに、真珠湾攻撃や原爆投下など、日本が歩んだ歴史も学びます。過去を知ることは、これからの平和を築く第一歩です。



26-08-017

オンライン可



思い出を守る被災地支援
～「写真洗浄」を学ぼう！～

講師：あらいぐま明石 中南 晶一

日時：9月9日（水）13：30～15：00
定員：48人

被災された方の大切な思い出を守る活動「写真洗浄」を知っていますか？写真洗浄は現在も全国各地で活動中の災害ボランティアです。知っておくと万が一の時に役に立ちます。

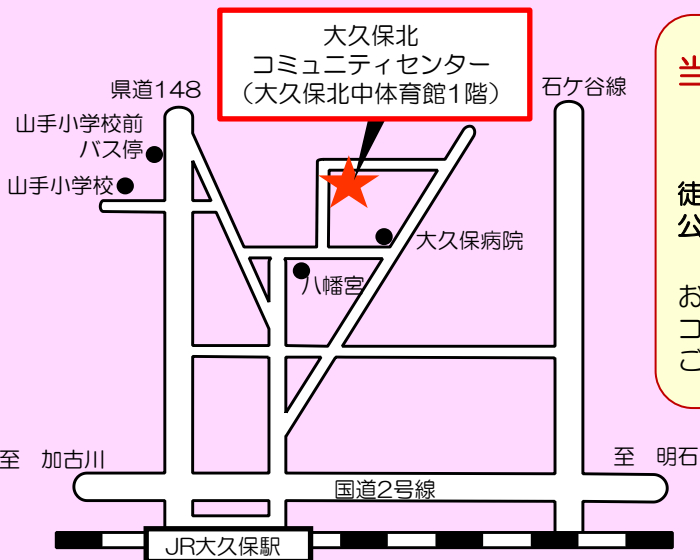
26-08-015

終 活
～生前整理セミナー～

講師：行政書士・終活アドバイザー 島瀬 靖弘

日時：9月18日（金）13：30～15：30
定員：30人

これから安心して過ごすためには、終活は大切です。ご家族が判断に困りそうなことを中心に、終活のヒントをお伝えします。「何から始めればいいのかわからない」という方もお気軽にご参加ください。



当コミセンには
駐車場がありません

徒歩・自転車・バイクまたは
公共交通機関をご利用ください

お互いが気持ちよく過ごせる
コミセンにするために
ご協力をお願いします

よく
お願いします



着任のごあいさつ



大久保北中学校 教頭
今井 竜也(いまい たつや)

4月より大久保北中学校の教頭として赴任いたしました。
前任校は高丘中学校です。本校は、生徒数が多い中でも、
始業式以降の生徒たちの落ち着いた行動や意欲的な姿に、日々感心しております。

本年度は私を含め20名の教職員が着任し、
新たな体制で『夢に向かって前進する生徒の育成』に向けて全力で取り組んでまいります。

子どもたちの健やかな成長と、安心して学校生活を送ることができるよう、
今後とも地域の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

北中学校の生徒が先生に！ 親子で楽しむ体験講座

科学部

1/31(土)

「わくわく実験教室」

昨年7月に続く開催で、好評を受けて冬にも実施しました。

大久保北中学校科学部生徒36人が講師を務め
31人の親子が参加しました。

空気を使った「空気砲づくり」や
鉄粉で作る「あったかカイロづくり」など、
生徒たちが考えた実験に挑戦。

子どもたちは、目を輝かせながら真剣に取り組み、
会場には時おり歓声が上がりました。

生徒たちからは「楽しんでもらえてうれしい」
「夏に向けてまた頑張りたい」との声も聞かれ
科学の楽しさが広がる一日となりました。



声の振動でお塩が踊る



あったかカイロづくり・・・真剣に計量中



空気砲、発射！

英語部

2/7(土)

「英語でビンゴを楽しみましょう」



みんなで一緒に発音



ビンゴカード



景品は何をもらうのかな

講師を務めたのは、大久保北中学校英語部の生徒24人。
親子27人が参加しました。

子供たちは、生徒たちが手作りした
動物のイラストカードを引き、生徒のお手本を参考に英語で発音。
ビンゴがたくさんそろうとお菓子の景品をもらえることから、
子どもも大人も夢中になっていました。

参加した親子からは
「楽しかった。しっかりと準備していただいて感謝しています」
「親子で英語に触れる機会をもっと作ってほしい」
などの声が寄せられました。

生徒からは「みんなに楽しんでもらえてうれしかった」
「またやってみたい」と話していました。

フリースペース(図書室)に気軽にお立ち寄りください

金・土・日 9:00～17:00



「親子で絵本を楽しむ」
「ボードゲームをする」
「ゆっくり読書」

「勉強する」
「友だちとおしゃべりする」

・・・使い方は自由です。

