

市民講座これまでのまなび



まだまだ広がる わたしのまなび

★市民講座のご案内

明石の農業、ぶらり歩こう会、羊毛フェルト教室、民謡やオカリナコンサートにお料理教室。お気に入りの講座をお申し込みください。明石市民の方ならどなたでも受講できます。

※受付開始日の午前9時から電話または窓口(中央集会所)にて受付。定員になり次第締め切らせていただきます。

★あかねカレッジライトコースのご案内

地域講座は、ピアノとソプラノのアンサンブル、博物館の楽しみ方、ぶらり歩こう会、おもしろ手作り楽器ショー、高齢福祉サービスのいろいろの合計5つのオリジナル講座を用意。

◎オンライン講座は、会場とご自宅のどちらでも受講できます。

★たかおかまなびの掲示板

令和7年度 市民講座・あかねカレッジライトコース(高丘企画)これまでのまなび

★つなごうみんなのまなび

まちなか展示スペース「MiTeTTe TAKAOKA」
高丘コミセン開設50周年記念サークル発表会、一日体験・見学会



5.17 オカリナコンサート
フェイバリットとカンカン
ガールズ

トリプルオカリナの音域の広さと響きに聞き入ってしまいました。オカリナだけでなく、ピアノあり、歌あり踊りありと盛り沢山の内容で楽しいひとときを過ごしました。

あいにくの雨のため室内講義となりましたが、実際に中笠池周辺で見られる植物をルーペで観察しました。受講者同志の会話も弾み、先生が詠まれた短歌とともに楽しく学びました。



5.24 ぶらり歩こう会
中笠池の草花



5.28 アンデス音楽の
世界

ケーナ、サンポーニヤ、チャランゴなど独特の旋律とリズムが心に響きました。生演奏を聴きながら、アンデス地方の雄大な自然や歴史、文化に触れることができました。

4歳から一般までの約20名が参加され、ストレッチに始まり、基礎ステップから最後は1曲ダンスを完成させました。明るく楽しい雰囲気の中、子どもさんだけでなく保護者の方も一緒にダンスを楽しみました。



6.8 Kid's Dance
を楽しもう



6.11 明石の水道水の水質
～安全な水道水を皆様に～

明石の水道水のできるまで(水源・浄水システム・排水方法)について学びました。また、PFASの除去対策の詳細な説明を聞き、明石の水道水の安全性について詳しく知ることができました。

※電話での申込みがご不便な方はFAXでも受付します。参加申込書は、高丘コミセンHPに掲載しておりますので、ご利用ください。

知ってほしい「明石の農業」

お米はもちろん、いちご、スイートコーン、キャベツ、ブロッコリーなど明石では様々な作物が作られています。明石市産の農産物はどこで買えるの？田畑がどんどん宅地に変わっているけど大丈夫？など、身近な疑問から明石の農業について一緒に考えてませんか？

日 時 **10/8**(水)13:30~15:00

講 師 明石市農業振興課

定 員 60名

★受付開始 9月9日(火)



楽しいやさしい民謡

日本の心の歌、「民謡」
ふるさとの民謡を皆さんと一緒に！

日 時 **12/12**(金)13:30~15:00

講 師 宮瀧 唯男
(日本民謡みやたき会会主、兵庫県民謡祭17代名人位)

定 員 60名

★受付開始 11月13日(木)



ぶらり歩こう会 中笠池の草花(秋)

春に続いて中笠池周辺を歩いて観察します。春に比べてどのような変化があるのかお楽しみです。

日 時 **11/15**(土)10:00~12:00

講 師 高野 哲司(野草の世界を楽しむ会)

定 員 20名

集 合 高丘コミセン中央集会所

※雨天時は中央集会所にて別メニューを実施します。

★受付開始 10月16日(木)



みんなが集まる時の献立

～冬に食べたい料理など～

へるすいートさんと一緒に、みんなが集まる時の料理を作ってみましょう。

日 時 **12/13**(土)9:45~12:45

講 師 食を考える会 へるすいート

定 員 16名

参加費 1,000円(材料費) ※事前徴収
※キャンセル料は3日前より全額発生します。

持ち物 筆記用具・三角巾・エプロン
お箸・ふきん3枚・マスク・上履き

★受付開始 11月14日(金)



羊毛フェルトでクリスマスフレイム作り

ふわふわの羊毛フェルトを専用の針でチクチク刺し固めて半立体のクリスマス飾りを作ります。2Lサイズのフレイムに入れて完成。季節の飾りとしてちょっとしたスペースやプレゼントにもおすすめです♪

日 時 **11/26**(水)10:00~12:00

講 師 chico(羊毛フェルト作家)

定 員 15名

参加費 500円(材料費)

持ち物 老眼鏡、ピンセット(小さなパーツを使うので必要な方)、筆記用具

★受付開始 10月28日(火)



オカリナ クリスマスコンサート フェイバリットとカンカンガールズ

結成9年目のオカリナデュオ。ともに宝塚スタジオコッシ徐香淑氏に師事。トリプルオカリナを使用してジャンルにこだわらず、曲に独自のアレンジを加えて二人ならではのハーモニーを奏でます。カンカンガールズも友情出演します！

日 時 **12/20**(土)13:30~15:00

講 師 フェイバリット
(オカリナスマイル認定講師)

定 員 60名

★受付開始 11月21日(金)



▼オンライン形式◎

◎明石の酒

ID:25-09-024

明石は、神戸の灘に対し、「西灘」と呼ばれる酒どころです。江戸時代から続き、情熱と確かな技を持った職人たちが行う酒造りは、蔵の数は減りましたが、今も明石が誇る宝物です。今回は、その酒蔵の一つ明石酒類醸造の米澤社長に「明石の酒」についてお話しいたします。

日 時 10/15(水)13:30～15:00



講 師 米澤 仁雄
(明石酒類醸造株式会社 代表取締役)

◎ ITリテラシーを高めよう！

ID:25-09-025

～安心・安全な使い方と工夫～

スマホやインターネットは便利な反面、詐欺などのリスクもあるため、正しい知識と対策が必要です。安心して使うために、注意したいポイントをお伝えします。さらに、最新の機能やサービスを知ること、日々の暮らしをより便利で豊かなものにしてみませんか？

日 時 11/12(水)13:30～15:00



講 師 大石 学
(めいまい・セキュア・コミュニティ)

※本講座の内容を実際に体験できる講座を一部のコミセンで開講予定です。

ID:25-09-026

◎まちづくりはアイデア次第

少子高齢化、空き家問題…。地域にはいたるところに課題があります。新しいアイデアや眠れる町の魅力を発見し、とっても低いハードルからはじめるまちづくりを学べます。そうしてできたつながりは、実は自分の健康にも良い影響があるみたいです。

日 時 11/19(水)13:30～15:00



講 師 佐伯 亮太
(合同会社Roof 共同代表)

◎天文の不思議

ID:25-09-027

宇宙は私たちにとって最も身近で最も遠い存在です。明石といえば天文科学館、長くこの街を見てきた天文科学館の歴史から最新の宇宙論まで幅広くお話しいたします。きっと新たな発見があることでしょう。天文の不思議を通して持続可能な社会について考えてみましょう。

日 時 12/17(水)13:30～15:00



講 師 井上 毅
(明石市立天文科学館 館長)

あかねカレッジライトコースオリエンテーション

これから入学する方は、入学申込(資料代1,000円)とオリエンテーションの受講が必要です。受付は随時行っています。中央集会所(935-5325)へお申し込みください。

▼対面形式(中央集会所会場)地域講座

ID:25-09-019

「ふるさとのうた」コンサート♪

2009年よりユニットを結成。童謡、唱歌からクラシックまで幅広く演奏。今回は日本と世界の故郷の歌・心の歌を皆様と一緒に楽しみたいと思います。

日 時 10/22(水)13:30～15:00

定 員 60名

講 師 ソプラノ 広瀬 江利
ピアノ 広瀬 一葉



ID:25-09-020

博物館の楽しみ方

博物館の展示を見るのは好きですか？それとも苦手？楽しみ方は人それぞれですが、好きな方も苦手な方も、博物館と展示に少し詳しくなって、新しい楽しみ方を見つめませんか？

日 時 10/24(金)13:30～15:00

定 員 60名

講 師 村上 賢治
(兵庫県立考古博物館 学芸課)



ID:25-09-021

ぶらり歩こう会

～高丘東公園の草花を楽しむ(霜月)～

身近な秋の草木について高丘東公園を散策しながらご紹介します。野草の短歌も紹介します。

日 時 11/1(土)13:30～15:00

定 員 20名

講 師 高野 哲司(野草の世界を楽しむ会)

集 合 高丘コミセン中央集会所

※雨天時は中央集会所にて別メニューを実施します。



ID:25-09-022

おもしろ手作り楽器ショー

廃棄物や身近にある素材から作られたリサイクル楽器の天才、マエストロ足立さんによる、ふしぎで楽しいコンサート！

日 時 11/6(木)13:30～15:00

定 員 60名

講 師 マエストロ足立(リサイクル楽器製作・演奏家)



ID:25-09-023

いきいき・安心

「高齢者福祉サービスのいろいろ」

高齢者の方に、援護が必要になった時、介護保険以外の色々な福祉施策やいきいきと活動していくための事業等をご紹介します。

日 時 12/3(水)13:30～15:00

定 員 60名

講 師 明石市高齢者総合支援室



あかねカレッジライトコース 高丘企画 これまでの学び



5.10 絵手紙教室
～ハタでいい ハタがいい～

下書き無しの一発で実際に絵手紙用のハガキに挑戦!自分らしさを表現した作品を完成しました。
参加者からは「達成感でいっぱい。」「いい時間を過ごせた。」「全く絵心がないので不安だったが、すごく楽しかった。」と喜びの声が上がりました。

介護や医療、その先をどう過ごすかなど、もしもの時の備えを知り、アドバンス・ケア・プランニング(ACP)の重要性について学びました。健康に過ごすためのコツや体操も教えていただきました。



6.5 高齢世代のもしもの備え～(ACP)とは～



6.14 小さな音楽会
ムジカライゼコンサート

歌、ピアノ、バイオリン、リコーダーの演奏をたっぴりと聴かせていただき、楽しい素敵なコンサートでした。歌のコーナーでは、馴染みのある選曲で、皆さん自然と口ずさんでられました。

高丘コミセンから徒歩15分の「高丘西公園」をルーペ片手に散策しました。「すずめのやり」や「にわほこり」等、身近な草花を講師先生が詠まれた短歌とともに楽しく学びました。



6.21 ぶらり歩こう会
～高丘西公園の草花めぐり～

高丘コミセンの各種情報はここから



▲高丘コミセンHP



▲コミセン情報紙



▲高丘コミセン
公式LINE

つなごうみんなのまなび

まちなか展示スペース「MiTeTTe TAKAOKA」



1階ロビーにまちなか展示スペース「MiTeTTe TAKAOKA」に、サークルや様々な創作活動をされている方の作品を展示しています。
※展示希望の方は、高丘コミセン中央集会所までお問い合わせください



▲日本画(高丘7丁目絵画同好会)



▲絵手紙サークルあさがお



▲高丘フォトクラブ作品展



▲二人の思い出絵画展

＼高丘コミセン開設50周年記念サークル発表会開催／

日程 令和7年10月26日(日)10:00～12:00
会場 高丘コミセン中央集会所

展示発表	高丘文庫ボランティアグループ
ステージ発表	高丘女声コーラス、高丘詩吟サークル、健康太極拳倶楽部、フォークローレサークル グループ・アルト、喜春太鼓、高丘コミセン太極拳サークル、音和会
協力	高丘コミセンアマチュア無線クラブ

＼コミセンサークル一日体験見学会を開催します／

日程 令和7年10月28日(火)～11月9日(日)
会場 高丘中学校コミセン・中央集会所
★各サークルの活動日にお越しください。予約不要。

アクセス

JR大久保駅から神姫バス
49系統 高丘循環10分
中央センター前下車徒歩1分

高丘コミュニティ・センター(高丘中央集会所)

〒 大久保町高丘3丁目3
☎ 078-935-5325



※最寄りバス停 神姫バス「中央センター前」

(体育館)

大久保町高丘5-14
☎078-935-0909

発行 明石市立高丘コミュニティ・センター
〒674-0057 明石市大久保町高丘3丁目3(高丘中央集会所)
Tel(078)935-5325 fax(078)918-5969