



～お近くのコミセンでまなびませんか～

新しい始まりへの期待に満ちた1月は、
新たな学びを始めるのに最適な季節です。

普段触れることのない分野に挑戦したり、
長年の関心事を深掘りしたりして、
充実した一年をスタートさせませんか？



1/10
(土)

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～

望海中コミセン

講師 井上 雅美

電話 : 923-1439
FAX : 918-5967

年始に新鮮な体験を！筆ペンを使ってオリジナルの素敵な文字や絵を描いてみましょう！



- 時間 : 10:00～11:30
- 材料費 : 1000円
- 定員 : 10名
- 12/7(日) 朝9時より受付開始

1/20
(火)

「カムイミントラ」(神々の遊ぶ庭)
北海道大雪山の魅力を写真で体感!!

講師 三川 八恵

二見中コミセン
(西部文化会館)

電話 : 943-6741
FAX : 918-5975

アイヌ語でカムイミントラと称される北海道大雪山の魅力を写真とお話で体感してみませんか。



- 時間 : 13:30～15:00
- 参加費 : 無料
- 定員 : 50名
- 12/19(金) 朝9時より受付開始

1/31
(土)

科学部による

わくわく・サイエンス教室

講師 大久保北中科学部

大久保北中コミセン

電話 : 935-3588
FAX : 935-3592

今回は、家でできないような、
スペシャルな実験を科学部がご用意させていただきます。
おたのしみに！



- 時間 : 10:00～11:30
- 参加費 : 無料
- 定員 : 親子10組
(5歳～小学生)
- 12/20(土) 朝9時より受付開始

1/31
(土)

季節のクッキング ちょっぴり大人のバレンタイン

講師 食を考える会 へるすイート

高丘中コミセン
(高丘中央集会所)

電話 : 935-5325
FAX : 918-5969

へるすイートさんと一緒に、
ラザニアやサラダ、チョコ
ケーキなどを作ってみましょう。



- 時間 : 9:45～13:00
- 材料費 : 1000円/1人
- 定員 : 16名
- 12/26(金) 朝9時より受付開始

～障害がある方など、電話でのお申し込みがご不便な方へ～

市民講座は、ファックスでお申込できます。

開催コミセン名、講座名、講座開催日、氏名、住所、連絡先(電話とFAX)、必要な配慮(手話通訳、要約筆記等)を記入して送信してください(開館時間中以外は無効とします)。配慮(手話通訳、要約筆記等)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の申込みフォームが必要な方は裏面のQRから明石市のホームページを確認してください。



| 中学校 コミセン | 開催日 | 時間 | 講座名 | 講師 | 内容 | 定員 | 受付 開始 | 連絡先 |
|-------------|---------------------|-----------------|--|------------------------|--|---------|----------|--|
| 大蔵 | 1/17 (土) | 10:00～ 11:30 | トルコ横断2000キロ | 藤本 明生 | ヨーロッパとアジアの境はどこにあるのか。実際に歩いてみないとわかりません。新しい冒険の始まりです。 | 40 | 12/18 | ☎ 912-3620 Fax912-3633 |
| | 1/24 (土) | 10:00～ 11:30 | 見直そう「室町時代」 ～太平記から豊臣氏まで～ | 高堀枝裕二 | 日本人のものの考え方・生活は室町時代に確立しました。その過程をわかりやすく説明していただきます。 | 40 | 12/20 | ☎ 912-3620 Fax912-3633 |
| 衣川 | 1/17 (土) | 13:30～ 15:00 | 五感で遊ぶ♪ ～誰もが楽しい演劇体験☆～ (小学生以上対象) | 中川 義文 | 兵庫県立ピッコロ劇団員が他には無い「県立」劇団の仕事を紹介。プレインストレーミングの体験もあり。 | 30 | 12/17 | ☎ 922-4700 Fax918-5965 |
| | 1/31 (土) | 13:30～ 15:00 | モンゴルの魅力発見！ | レンツェン ホルロ オユングレル | 日本ではあまり知られていないモンゴルの魅力について、教えていただきます。 | 40 | 12/26 | ☎ 922-4700 Fax918-5965 |
| 野々池 | 1/10 (土) | 10:00～ 11:30 | 色褪せないヒューマンドラマ 講談の世界にふれよう | 旭堂 南歩 | ケーブルテレビ「地元探索！ここから南歩」でおなじみ、稲美町出身の講談師。講談の魅力を存分語ります。 | 50 | 12/12 | ☎ 929-0355 Fax929-0808 |
| | 1/27 (火) | 9:30～ 12:30 | 谷山比呂子先生のお菓子教室 初級編 | 谷山比呂子 | サクサクほろほろなスノーボールクッキーを作りますか。 (材料費：1000円必要) | 8 | 12/20 | ☎ 929-0355 Fax929-0808 |
| | 1/31 (土) | 9:30～ 12:30 | 本格 水餃子作り 中国文化に親しもう | 笹尾 女依 | 皮から作る本格水餃子と一緒に作りませんか。 (材料費：600円必要) | 16 | 1/ 6 | ☎ 929-0355 Fax929-0808 |
| 望海 | 1/24 (土) | 10:00～ 11:30 | 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！」 | 瀧川 桃香 | 寒さで硬くなった身体をほぐし、心身リフレッシュ！理学療法士から正しいヨガのやり方を学びましょう！ | 10 | 12/20 | ☎ 923-1439 Fax918-5967 |
| 大久保 | 1/27 (火) | 10:00～ 11:30 | おなかの健康と乳酸菌・骨の健康度測定 | 兵庫ヤルト 販売㈱ | 骨の健康度の測定もあわせて、おなかの健康と乳酸菌など、食生活での改善ポイントをお話します。 | 40 | 12/23 | ☎ 936-0879 Fax936-0947 |
| 大久保 北 | 1/11 (日) | 9:30～ 10:30 | リニューアル 驚くほどゆる～い読書会⑩ テーマ 「今年最初に読みたい一冊」 | 大地 靖晃 | テーマ以外の本でもかまいません。本を持ち寄り、紹介し合って感想や疑問を語り合いませんか。 | 8 | 12/13 | ☎ 935-3588 Fax935-3592 |
| | 1/18 (日) | 10:00～ 11:30 | ジャズ・ポップス・ボサノバ世界の音楽 | 佐久間勝浩 KIYOKA | 多くの皆さんから「もう一度聴きたい」の声をいただきました。素晴らしいハーモニーをお楽しみください。 | 48 | 12/16 | ☎ 935-3588 Fax935-3592 |
| 高丘 | 1/28 (水) | 13:30～ 15:00 | スマホの基本操作講座 | ソフト バンク | スマホの基本操作練習からLINEの活用方法まで楽しく体験していただけます。 | 20 | 12/27 | ☎ 935-5325 Fax918-5969 (高丘中央集会所) |
| 魚住東 | 1/17 2/ 7 (土) | 10:00～ 11:30 | 薬膳講座 ①お家でできる薬膳講座 ②風邪と冷えに備える薬膳講座 | 竹田あやこ | ①いつもの食事で「風邪をひかない」「冷えない」ポイントをお伝えします。 ②身近な食材を使う「食養生の基本」をお伝えします。 | 各 30 | 12/12 | ☎ 947-0199 Fax947-0229 |
| 二見 | 1/22 (木) | 10:00～ 11:30 | ニューイヤー アンサンブルコンサート | 西海 佳苗 坂本 裕樹 | ピアノ・トロンボーンの優しい音色を聴きながら素敵なおと時を過ごしませんか♪ | 80 | 12/23 | ☎ 943-6741 Fax918-5975 (西部文化会館) |
| | 1/28 (水) | 10:00～ 12:00 | 大人の陶芸教室 ※材料費800円必要 | ととろ会 | 初めてでも大丈夫！世界に一つだけの作品をお気に入りの色で仕上げませんか？ | 12 | 12/26 | ☎ 943-6741 Fax918-5975 (西部文化会館) |

コミセンは火曜～土曜は9:00～21:00、日曜は9:00～17:00開館。月曜・祝日は休館。駐車場はありません。

公共交通機関でお越しください。

※受付開始日の午前9時から先着順に窓口、電話、FAXにて受付。(開館時間中のみ)

※持ち物など、詳しくは各コミセンにご確認ください。

※基本的に受講は無料です。ただし、講座によっては別途材料費等がかかる場合があります。

※衣川/大久保中学校コミセンは、学校施設内にはありません。