

# うおずみ まなびEye

2024年度

# 夏号

※コミセン情報紙はHPで閲覧できます

明石市 コミセン情報紙

検索



## 7・8月開催の

## 市民講座

お申し込みは Tel : 078-943-0303

Fax : 078-918-5973 (市民講座のみ、  
申込方法は下記参照)

申込方法 : 受付開始日の午前9時から電話受付。定員になり次第、締め切り。 月曜日・祝日休館

### 7月 スマホで始めよう！災害の備え

講師/ ソフトバンク スマホアドバイザー



防災に役立つアプリを紹介し、体験していただけます。スマホを活用し災害に備えましょう。

- 日 時: 7月2日(火) 13:30~15:00
- 参加費: 無料
- 定 員: 20名 ※最少催行人数(10名)に満たない場合、開催中止の判断をさせていただきます。
- 持ち物: 筆記用具・上履き  
※スマートフォンは1人1台貸し出します。  
(お手持ちのスマホでは操作できません。)

受付開始日 6月13日(木) 9時~

### 7月 はじめての地域活動講座 ~地域活動ってどんなもの?~

講師/ 明石市社会福祉協議会

地域で行われている様々な活動を知ることで「支え合い」の大切さを学び、ボランティア活動など地域課題に向けて活動することへのきっかけづくりを目指します。

- 日 時: 7月6日(土) 10:00~11:30
- 参加費: 無料
- 定 員: 30名
- 持ち物: 筆記用具  
上履き



受付開始日 6月13日(木) 9時~

### 8月 夏休み親子教室① 「鏡のふしぎ！キラキラ万華鏡づくり」

講師/ くらりか関西

のぞくとキラキラ光り、次々に形や色を変える万華鏡。個性あふれる万華鏡を作って、美しい模様を楽しみましょう。

- 日 時: 8月3日(土) 10:00~11:30
- 参加費: 300円(教材費として一人につき)
- 対 象: 小学生の子どもとその保護者
- 定 員: 10組
- 持ち物: 筆記用具・上履き



受付開始日 7月13日(土) 9時~

### 8月 夏休み親子教室② 「バルーンアートを楽しもう♪」

講師/ 吉川 義樹

風船をひねって、組み合わせ、さて何ができるかな？親子で楽しくバルーンアートを作りましょう。

- 日 時: 8月24日(土) 10:00~11:30
- 参加費: 300円(材料費として一人につき)
- 対 象: 幼稚園児から小学6年生までの子どもとその保護者
- 定 員: 10組
- 持ち物: 40L以上のゴミ袋1枚  
筆記用具・上履き



受付開始日 8月2日(金) 9時~

### 【市民講座 FAXでの申し込み方法】

- ・開催コミセン名・講座名・講座開催日・氏名・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
- ※開館時間中以外は無効とします
- ※手話通訳・要約筆記等が必要な方は講座開催日の2週間前までに申込みください
- ※申込様式が必要な方はご連絡ください
- ※あかねカレッジライトコースの講座は電話・窓口での申し込みのみです

9月開催の

# 市民講座

お申し込みは Tel : 078-943-0303

Fax : 078-918-5973 (市民講座のみ、  
申込方法は1ページ下欄参照)

申込方法 : 受付開始日の午前9時から電話受付。定員になり次第、締め切り。 月曜日・祝日休館

9月

赤ちゃん楽しく①

## 絆を育むベビーマッサージ



講師/岡村 香  
(RTA認定ベビーマッサージ講師)

ベビーマッサージの効果を知って  
親子で楽しくスキンシップ♪  
五感で感じるコミュニケーション  
を一緒にしましょう。

- 日時: 9月7日(土) 10:00~11:30
- 参加費: 無料
- 対象: 0歳児(生後2か月~1歳ごろまで)  
&ママ・パパ
- 定員: 10組
- 持ち物: バスタオル・ベビーオイル  
赤ちゃんの水分補給・筆記用具

受付開始日 8月17日(土) 9時~

9月

赤ちゃん楽しく②

## 親子で楽しむ手形アート ~「今」をかたちに~



講師/ あそう なおみ  
(petapeta-art® アドバイザー)

手形足形をぺったん♪おてて→ぞう  
さん、あんよ→たつさん。おててか  
あんよどちらか1つ。筆もじのお名  
前も添えさせていただきます。お子  
さまの成長の「きろく」に。

- 日時: 9月27日(金) 13:00~14:30
- 参加費: 無料
- 対象: 0歳児(生後2か月~1歳ごろまで)  
&ママ・パパ
- 定員: 6組
- 持ち物: ウェットティッシュ・汚れてもよい服装  
持ち帰り用の袋(A4サイズのフレームが  
入るくらい)・筆記用具

受付開始日 9月6日(金) 9時~

## うおずみ花の歳時記

春

~薬師院(魚住町西岡)のぼたん~

2024年4月17日撮影



### ★コミセンからのお知らせ★

市民の皆さんが、学び、集い、鍛え、語り合って交流の「わ」を  
広げる場所がコミュニティセンター(コミセン)です



魚住コミセン  
LINE公式アカウント

魚住コミセンの情報を  
お届けします。講座や  
コミセン関連情報を配  
信しています。ぜひご  
登録ください♪

LINE



魚住コミセンの  
ホームページが  
できました!

コミセン関連情報をご  
覧いただけます。ぜひ  
ご活用ください♪

HP

### 魚住コミセンへのアクセス

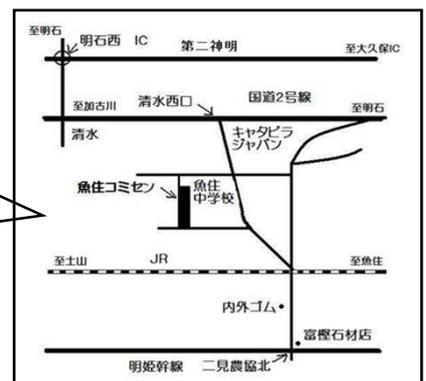
【JR魚住駅とたこバスを利用】

魚住駅北口より、たこバス⑪清水ルートに乗車し、「魚住中学校」  
下車

【神姫バスを利用】

国道2号線「清水西口」バス停で下車、徒歩10分

魚住コミセンは、魚住中  
学校南端にあるプールの  
所から西へ約200m、  
南門を入ってすぐの2階  
建ての建物です。



# あかねカレッジライトコース



【7月～9月開催予定の講座】

講座申込受付開始

6月15日(土)9時～ ※先着順

電話 (078-943-0303)または来館で受付

## ライトコースの講座を受講するには…

- ①入学願書と資料代1,000円をコミセンへ持参
- ②オリエンテーションを受講
- ③講座を選択して申込⇒講座受講!

申込・受講場所：市内13の中学校コミセン

オリエンテーションの開催日時はコミセンにお問い合わせください



詳細は

あかねカレッジ 検索

7/10  
(水)

アートで認知症予防!  
～アートがもたらす  
予防効果を知る編～

13:30～15:00 講師/大人の対話アート講師  
kiki



指先で描くことによる認知症予防効果について学びます。また、色のイメージに対する固定観念に気づき、色の意味・効果を知り多様な認知を学びます。

ライブ配信または録画形式  
講座ID:24-11-021

7/17  
(水)

地域の神社を巡って  
防災力を高めよう

13:30～15:00 講師/高田 知紀  
(兵庫県立大学准教授)



神社のロケーションや由緒から土地の災害リスクを把握し、さらに地域を徹底的に歩くことで健康も増進する総合的防災活動をご紹介します。

ライブ配信または録画形式  
講座ID:24-11-019

9/11  
(水)

暮らしの中に潜む  
デザインの裏側を知ろう  
～科目別コースを体験する編～

13:30～15:00 講師/原 裕己  
(あかねカレッジ科目別コース  
広報・デザイン学科講師)



あかねカレッジ科目別コース広報デザイン学科の内容を体験します。チラシを使って、情報がどのようにデザインされているのか、制作の裏側をのぞいてみましょう。

ライブ配信または録画形式  
講座ID:24-11-022

9/18  
(水)

心と身体を動かして  
フレイル予防!

13:30～15:00 講師/高橋 明子  
(地域総合支援担当)

簡単な自己チェックと健康でイキイキと暮らすための工夫についてお話しします。また、毎日の習慣にできる簡単な運動実技も行います。



※動きやすい服装でお越しください  
(スカート不可)

ライブ配信または録画形式  
講座ID:24-11-020

7/12  
(金)

世界のお話し会①  
「ベトナムの魅力発見！」

13:30～15:00 講師/ファム ティ  
クック



ベトナム出身のクックです。ベトナムの文化や習慣、特に日本とは違う結婚に関する行事などを紹介します。

対面形式  
講座ID:24-11-014

7/24  
(水)

納涼歴史講座  
「播磨の妖怪」

13:30～15:00 講師/香川 雅信  
(兵庫県立歴史博物館学芸課長)

『播磨国風土記』の「荒ぶる神」、『峯相記』の「伊佐々王」、姫路城の長壁など、播磨の妖怪伝承を通じて「妖怪とはなにか」を考えます。



対面形式  
講座ID:24-11-013

9/6  
(金)

世界のお話し会②  
「メキシコの魅力発見！」

13:30～15:00 講師/稲垣 マリア



メキシコ出身のマリアです。私は生まれ育ったメキシコの文化や食べ物、自然のことを紹介します。

対面形式  
講座ID:24-11-016

9/20  
(金)

元気な声を取り戻そう  
呼吸と声のトレーニング

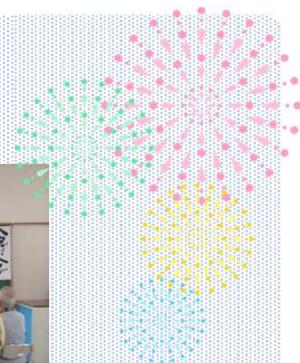
13:30～15:00 講師/新見 典子  
(健康ボイストレーナー)

マスク生活で弱ったのどやお口、呼吸と声のトレーニング法をご紹介します!一緒にトレーニングして若々しい声を取り戻し、誤嚥性肺炎も予防しましょう。



対面形式  
講座ID:24-11-015

市民講座「へたでいい、へたがいい 絵手紙教室」(1月27日)



市民講座「赤ちゃん楽しく① フォトボードを作ろう」(2月2日)



登録団体一覧表

魚住コミセンでは、多くの方がサークルを作って自主的に活動しています。関心のある方は、魚住コミセン(TEL 943-0303)までお問い合わせください。

※2024年4月現在

《文化》

No.	団体名	曜日	週	時間	No.	団体名	曜日	週	時間
1	魚住パソコンクラブ	木	1~4	13:30~16:30	3	魚住歌謡	土	1~4	13:00~16:00
2	陶芸サークル	土	2~5	13:00~17:00					

《体育》

No.	団体名	曜日	週	時間	No.	団体名	曜日	週	時間	
1	少林寺拳法	火	1~5	19:30~20:30	10	CLUB STARS (バスケットボール)	金	1~5	18:00~20:30	
2	輪投げサークル	水	1~5	13:00~16:00	11	魚住コミセン卓球部	土	1~5	9:30~13:30	
3	武道研究会(空手)	水	1~4	19:00~20:30	12	剣道「魚住清心館B」	土	1~5	17:00~20:30	
4	剣道「魚住清心館A」	水	1~5	18:00~20:30	13	魚住バスケット	土	1~5	18:00~20:30	
5	魚住クラブ(皮バレー)	水	1~5	18:30~20:30	14	Smile (バスケットボール)	土	1・3・5	18:00~20:30	
6	Gem Stones (バスケットボール)	水	1~5	18:00~20:30	15	ZERO (バスケットボール)	土	2・4	18:00~20:30	
7	空手道 B	木	1~4	19:00~20:30	16	太極拳サークル	日	1~4	9:30~11:30	
8	ママさんバレー SHIMIZU	木	1~5	18:30~20:30	17	魚住合気道	子ども 大人	日	1~4	9:30~10:30 10:30~12:30
9	空手道 A	金	1~4	19:00~20:30						

魚住コミュニティ・センター

〒674-0074

明石市魚住町清水364(魚住中学校内) 月曜日・祝日休館

開館時間:【火~土】9:00~21:00 【日】9:00~17:00



078-943-0303

FAX 078-918-5973

