



地域の まなびの 情報紙

# 魚住東コミセン通信

〒674-0071 明石市魚住町金ヶ崎1687-14  
(魚住東中学校内) ※月曜日・祝日休館  
TEL: 078-947-0199  
FAX: 078-947-0229

※コミセン情報紙は、ホームページでも閲覧できます



## 2024サークル発表会を開催

10月20日(日)に今年で3回目となる「2024コミセンサークル発表会」が、同実行委員会(山下広文代表)の主催により開催されました。ステージでは5サークル、展示では3サークルが日頃の練習や活動の成果を来館者に披露し、中学校コミセンを拠点とした仲間づくりの和・輪を拡げました。



地域のニュース < 錦が丘まちづくり協議会様より 情報提供していただきました。 >

### 「敬老の日 のつどい」を開催しました

錦が丘校区まちづくり協議会では、地域みんなで敬老の日をお祝いしようとの合言葉のもと、9月29日(日)にマルシェと併せて「敬老の日のつどい」を開催しました。

私たちの願いが通じたのか、これまでの猛暑日とはうってかわった好天に恵まれ、子どもから大人まで約千名の方々が錦が丘中央公園に集い、魚住東中学校吹奏楽部の見事な演奏に耳を傾けたり、空手の力強い演武で勇気をもったり、マルシェで買い物を楽しまれるなど、さわやかな初秋のひと時を過ごしていただきました。

次の「敬老の日のつどい」が待ち遠しいなあと言われるように、地域みんなで長寿のお祝いをし、多世代間の交流を深めていただけるような催しにしていきたいと考えています。

< 錦が丘校区まちづくり協会会長 西海 薫 >



市民講座・あかねカレッジ ライトコースのご案内は中面へ

# 2024.冬の 市民講座

市民講座の申込方法は：受付開始日の午前9時から窓口または電話078-947-0199、FAX078-947-0229(原則：本人分のみ)で先着順に受け付けます。※FAXでの申込方法：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)を記入の上、送信してください。(FAXの送信は、コミセン情報紙4面に記載の開館時間中以外は無効とします。)

1/18  
(土)  
10:00～  
11:30

## アンデス音楽の世界

講師：勝野 勉(ケーナ奏者)

南米アンデス音楽の世界へようこそ。  
ケーナ、サンポーニャー、ギターの織りなす  
アンデスの音楽に心を癒やされてみませんか？

参加費：無料 定員：30名  
持ち物：筆記用具、上履き 受付開始日：12月13日(金)～



1/11  
(土)  
10:00～  
11:30

詩を朗読しながら、意味内容を解き明かし、より深い詩の楽しみ方をわかりやすくご紹介します。

## 兵庫の詩人たち シリーズ①(1/11)

～三木露風とその時代～

たつの市には赤とんぼの詩碑、生家、関連の文学館があります。

連続講座

2/1  
(土)

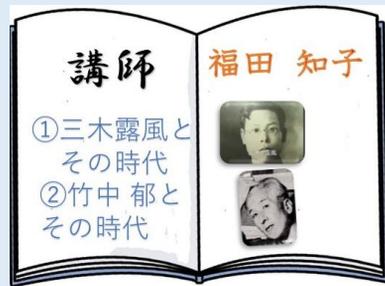
10:00～  
11:30

## 兵庫の詩人たち シリーズ②(2/1)

～竹中郁とその時代～

神戸市出身の画家 小磯良平との関わりについてもお話しします。

参加費：無料・定員：30名  
持ち物：筆記用具、上履き  
受付開始日：12月20日(金)～



2/8  
(土)

13:30～  
15:00

## チャンバラを体験しよう

～殺陣師に学ぼう～

講師：徳丸 新作(役者・映画プロデューサー)

水戸黄門や暴れん坊将軍・・・みなさんもよくご存知の時代劇に欠かせない物語の終盤を飾る痛快な格闘シーンにおいて、俳優による素手素足もしくは刀等の武器を用いた演技は、一般に殺陣(たて)と呼ばれています。現役の役者で殺陣師兼映画プロデューサーとしても活躍しておられる講師から殺陣の基本について学びましょう

参加費：無料 定員：30名 持ち物：運動靴・動きやすい服装  
でご参加ください。実技体験があります。受付開始日：1月10日(金)～



2/15  
(土)

10:00～  
11:30

## みんなで歌うイギリスの歌、アイルランドの歌

講師：嵯峨山 まり子(コーラス指導者)

世界中で歌われる曲はメロディーも美しく、魅了される曲だからこそ歌い継がれています。今回はアイルランド民謡、イングランド民謡そしてスコットランド民謡を、遠い国に思いを馳せながら楽しくみなさまと一緒に歌いましょう！

参加費：無料 定員：30名  
持ち物：筆記用具・上履き 受付開始日：1月17日(金)～



3/1  
(土)

10:00～  
11:30

## なんでもかんでもハラスメント！？

～気をつけるべき5つのこと～

講師：下村 千恵(FJK理事)

職場ではもちろんのこと、地域活動やボランティア活動においても、ハラスメントは防止しなくてはならない重要な問題の一つです。一方で、気軽なコミュニケーションがとれないのも、さみしいですね。コミュニケーションをとる際、ハラスメントにならないために、気をつけたい5つのポイントをお伝えします！

参加費：無料 定員：30名  
持ち物：筆記用具・上履き 受付開始日：2月7日(金)～



【気象警報発令時の対応】7時時点で発令中→午前中の講座は中止。11時時点で発令中→午後の講座は中止。

# ～あかねカレッジ ライトコース講座情報～



あかねカレッジライトコースは、60歳以上の明石市民であればだれでも入学することができる学びの場です。年間300以上の講座から、自分の興味や関心に合わせて好きな講座を好きなときに好きなだけ受けることができます！

※講座当日、明石市に「大雨」「洪水」「暴風」のいずれかの警報が発令されている場合は、講座を実施しません。詳しくは、学生ファイルの「講座の申込方法」をご覧ください。

## 24-12-040【オンラインまたは会場】

1/8(水)  
13:30～  
15:00



**お洋服の整理とリユースの話**  
～スッキリ&エコな暮らしを～

講師/片山 香南・津田 弘美  
(NPO法人エコベ 整理収納アドバイザー)

整理収納アドバイザーからお洋服の整理や収納の仕方、お洋服の3R(リユース・リデュース・リサイクル)について学び、片付かない原因や問題点を知りましょう。

## 24-12-038【オンラインまたは会場】

1/15(水)  
13:30～  
15:00



**ファッションで元気な社会づくりを目指そう！～おしゃれは心と身体のビタミン剤～**

講師/見寺貞子(神戸芸術工科大学名誉教授)  
人生100年時代に向けて、ファッション(装うこと)は、いつまでも元気でおしゃれでありたいと思うシニアたちの重要な生活行為です。おしゃれに装う具体的なヒントを学びます。

## 24-12-034【対面形式】

1/22(水)  
13:30～  
15:00



**鉄道の歴史**

講師/チーム/ふるさと27

日本の鉄道は、明治時代に始まり、以降発展を続け、新幹線を始めとする技術革新や社会変化に対応しながら発展してきました。その歴史をお話しします。

## 24-12-035【対面形式】

1/29(水)  
13:30～  
15:00



**みんなの相続**

講師/ジブラルタ生命保険株式会社  
セミナー講師

相続全般に関する基本といくつかの事例をご紹介します、具体的対策方法をご提供します。

## 24-12-036【対面形式】

2/12(水)  
13:30～  
15:00



**パラスポーツを体験しよう！**

講師/あかしパラスポネット

ポッチャや卓球バレーなど障害の有無、年齢や性別を問わず、誰もが楽しめ身体や心の運動にもなるパラスポーツを体験しましょう。

## 24-12-039【オンラインまたは会場】

2/19(水)  
13:30～  
15:00



**脱炭素社会への挑戦**

講師/小塩 浩司

(公益財団法人ひょうご環境創造協会)  
地球温暖化で、異常気象による災害が頻発しています。日本政府も、2050年までに温室効果ガスの排出を実質ゼロにするカーボンニュートラルを目指すことを宣言しました。今「脱炭素社会」への挑戦が始まっています。

## 24-12-037【対面形式】

2/26(水)  
13:30～  
15:00



**人生100年時代の終活**

講師/三井住友信託銀行明石支店  
財務コンサルタント

これまでの一般的な終活に加え、人生100年時代に考えておくべき、資金管理・健康・死後事務等の対策について学びましょう。

## 24-12-041【オンラインまたは会場】

3/12(水)  
13:30～  
15:00



**まち歩きで見つける身近な文化遺産**

講師/河野 さや香  
(ヘリテージ明石)

「ふだん無意識に見ている風景に、実は歴史的文化遺産が隠れているかも？」私たちの身近にある文化財や地域固有の資源の活用について、明石市内で保全活動が行われている、ヘリテージ明石さんの取り組みを通して学びます。

いろんな講座を準備して60歳以上の“おとなのまなび”を応援します！

※受講には、ライトコースへの入学が必要です。

今回のライトコース各講座のお申込受付開始日は

**12月17日(火) 9時～**

※先着順

魚住東コミセン (☎947-0199)



## 『1年をふりかえる交流会』

## 開催のお知らせ



今年度のあかねカレッジライトコースも、まもなく終盤を迎えます。この機会にこれまで学んできた自分を振り返り、これからの学びにつながる視点や気づきを見つけませんか？

### 開催日時

24-12-042

2月 5日(水)13:30～

### 参加方法

お電話でお申込みください。

※中学校コミセン(全13カ所)

どこでも受講できます。詳しくは

開催一覧表をご覧ください。

### 持ち物

・筆記用具

・上履き

・学生ファイル



これまでのまなび

## 市民講座

7月13日(土)

### 聴いて!歌って! みんなで楽しむ童謡唱歌

～小さな音楽会 音楽で巡る世界の旅～

講師/ ムジカライゼ

(三宅恭子・今江充子・藤井恭子)



前半は懐かしい日本の童謡唱歌を、後半は音楽で巡る世界の旅のタイトルどおり馴染みのある世界のスタンダードナンバーの名曲を披露していただきました。



7月20日(土)

### 似顔絵の描き方講座

講師/ たにばた ゆう

(明舞カルチャーセンター講師)

似顔絵を描く準備段階では、先ず人物の特徴(眼、鼻、眉毛や髪型の配置など)を簡条書きでよいので正確に把握する必要があること、その他心得ておくべきポイントを、映像を見ながら詳しく学習した後、実習へと進みました。



9月7日(土)

### ピアノ&フルート&トロンボーンアンサンブルコンサート

講師/山本ありさ/坂本裕樹/西海佳苗

坂本裕樹さんのユーモア溢れるお話、各楽器の説明をはじめ素晴らしい演奏をお聴きしました。途中懐かしい歌を生演奏と一緒に歌うコーナーもあり、楽しいひと時を過ごしました。



9月14日(土)

### 俳句を始めてみようかなと 思っている人の俳句講座

講師/ 今井 豊

(いぶき俳句会代表/俳人協会幹事)

講師の今井さんはこの度、ご自宅を改修されて「俳句資料館」とレンタル可能な「句会場」を整備されたとのこと。「ぜひ来館して俳句への興味を深めてほしい!」と今井さん。(ご連絡は、今井豊090-3827-2727まで。)

## ライトコース

7月3日(水)

### うおずみ歴史講座 明石の高山右近

講師/ 鈴木 俊章 (播磨歴史研究会)



戦国時代から江戸初期にかけて活躍した高山右近はキリシタン大名として世に知られています。信長・秀吉に仕え、天正13年(1585年)には、高槻から播磨国明石6万石に転封となり船上城に入りました。右近の生涯で明石にいたのはわずか1年半でしたが、明石や播磨地域に及ぼした影響は大きく、多くの遺跡が残されています。

8月28日(水)アウトプット講座

### アートで認知症予防!

～パステルを使ったアート体験編～

講師/ 大人の対話アート講師 kiki



7月10日にオンラインで開催された講座の続編。普段使っていない方の指を使って色を塗る、色を自由に選ぶことを、みなさんに体験していただきました。

9月4日(水)

### スマホで始めよう!災害への備え

講師/ ソフトバンク(株)

スマホアドバイザー



情報伝達ツールとして身近にあるスマホの便利なアプリを実際に操作体験しながら学びました。

9月25日(水)

～へたでいい、へたがいい～

### 絵手紙教室

講師/ 岸本 まゆみ

(日本絵手紙協会公認講師)



初めて絵手紙を体験された方が多数おられました。最初は慣れない筆遣いでしたが、講師の丁寧で温かいご指導により、世界でたった一枚の「柿」をモチーフにした個性溢れる絵手紙が完成しました。受講者のみなさん大満足でした。

## コミセン登録説明会のお知らせ

令和7年度に登録を希望されるサークルは、必ずご参加ください。

- 日時 令和7年1月26日(日) (時間は未定)
- 場所 魚住東コミセン 会議室
- 内容 登録申請の手続き、その他

※当日、登録に必要な書類一式をお渡しします。

## コミセンからのご案内

コミセンからのお知らせや日々のニュースはLINE公式アカウントから、貸室や講座、サークルなどの基本情報は<まちなびあかし>ホームページからご覧いただけます。

魚住東コミセンLINE公式アカウント



## 魚住東コミュニティ・センター ☎ 078-947-0199

(FAX 078-947-0229)

開館時間: (火~土) 9:00~21:00 (日) 9:00~17:00

休館日: 月曜日、祝日 (日曜日と重なった場合は開館) 年末年始 (12/28~1/4)

~「コミセン情報紙」はお近くのコミセンにも設置しております。またホームページでも閲覧できます~ <JR魚住駅北口より、たこバス⑩青葉台ルート「青葉台口」下車徒歩5分>

