

うおずみ まなびEye



※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



10・11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

10月

ヨガで身体リセット

講師/ 松井 暢子



土曜日のひととき、ゆったりと
リラックスしながら、一緒に
ヨガを楽しんでみませんか♪

- 日 時: ① 10月 5日(土) 10:00~11:00
- ② 10月26日(土) 10:00~11:00

- 参加費: 無料
- 定 員: 15名(2回とも参加できる方)
- 持ち物: ヨガマット(又はバスタオル)・水筒
汗拭きタオル・筆記用具・動きやすい服装

受付開始日 9月19日(木) 9時~

11月

クレイアート

~お正月飾りを作ろう♪~

講師/ 平石 晶子 (ひらいし文化教室陶芸講師)

来年の干支・巳(み)と鏡餅の
飾り(高さ5~6センチ)を陶芸
用の粘土で作ってみせん
か?
皆様のご参加をお待ちして
います♪



- 日 時: 11月 2日(土) 10:00~11:30
- 参加費: 800円(材料費)
- 定 員: 20名(親子での参加可)
- 持ち物: エプロン・手拭きタオル・筆記用具・上履き

受付開始日 10月11日(金) 9時~

11月

うおずみの草木を楽しむ in 17号池魚住みんな公園(秋)



講師/ 高野 哲司(NACS-J 自然観察指導員)

昨年オープンした17号池魚住みんな公園の草木をめぐって、
暮れ行く秋の気配を感じましょう♪

- 日 時: 11月 9日(土) 10:00~11:30
(雨天中止・小雨決行) ※中止する場合は連絡します。
- 集合場所: 公園駐車場横 管理棟前
- 参加費: 無料
- 定 員: 15名
- 持ち物: 筆記用具・帽子・水筒
雨具(小雨の場合)
下敷き用クリップボード
虫めがね(お持ちの方のみ)



※動きやすい服装、靴でお越しください。

受付開始日 10月18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

12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

12月

多肉植物を楽しもう

講師/ 山本 真理子 (多肉植物講師)

ぷくぷくかわいい多肉植物の
寄せ植えを作りませんか?
多肉植物に興味のある方ない
方?! ぜひご参加お待ちしております。



- 日 時: 12月7日(土) 10:00~11:30
- 参加費: 500円(材料費)
- 定員: 10名
- 持ち物: 筆記用具・上履き

※持ち帰り用のビニール袋は用意しますが、作品が
傷まないよう、できれば箱や袋をご持参ください。

受付開始日 11月19日(火) 9時~

12月

「ヘタでいい、ヘタがいい」 絵手紙(年賀状)講座

講師/ 岸本 まゆみ (日本絵手紙協会公認講師)

「新年おめでとうございます!」
年の初めのご挨拶。大切な方へ、
お世話になった方へ、自分らしい
文字と絵で。心を込めた手書き
の年賀状をかいてみませんか?



- 日 時: 12月14日(土) 10:00~11:30
- 参加費: 300円(材料費)
- 定員: 10名
- 持ち物: 新聞紙2~3枚、ティッシュペーパー2~3枚、
筆記用具、上履き

※お正月にちなんだ素材、筆・顔彩・紙などは講師が
用意します。

受付開始日 11月19日(火) 9時~

うおずみ花の歳時記

夏

~住吉神社のあじさい~

2024年6月12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♪



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♪

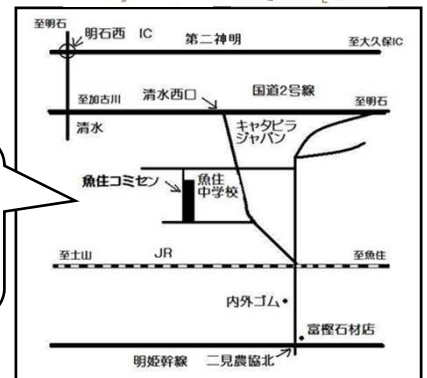
HP



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⑩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 【10月～12月開催予定の講座】

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
詳細は

あかねカレッジ 検索

講座申込受付開始
9月17日(火)
9時～ ※先着順

10/16
(水)

持続可能な
社会づくりと高齢者

13:30～15:00

講師／松岡 広路
(神戸大学教授)

2030年までの達成
目標として国連で合
意された『SDGs(持
続可能な開発目
標)』を平易に解説
しつつ、持続可能な
社会づくりに求めら
れる「学び」についてお話しします。



ライブ配信または録画形式
講座ID: 24-11-034

11/13
(水)

最近貯筋してますか!?
～健康寿命を延ばす
トレーニング基礎編～
14:00～15:30 講師／高 亜希子
(フィットネスインストラクター)



運動不足解消や健康維持
のために、自宅で簡単に
できるセルフケアや、体
や筋肉の作用などを学び
ます。

持ち物 水分・汗拭きタオル・運動靴(室内用)
動きやすい服装 (スカート不可)

ライブ配信または録画形式
講座ID: 24-11-037

11/20
(水)

あなたは騙されない?
かしこい消費者になろう
～SNSトラブルの実際～
13:30～15:00 講師／荒木 武文
(文部科学省消費者教育アドバイザー)

人はなぜ騙されるのか。
後を絶たない詐欺商法。
そしてデジタル、SNSに
潜む落とし穴。高齢者を
惑わす様々な実話から、
誰もが騙されてしまう
「心理」を読み解き、高齢者の知恵をどう
活かすか、一緒に考えます。



ライブ配信または録画形式
講座ID: 24-11-035

12/18
(水)

共生社会をめざして
～関わり方について
考えてみませんか～
13:30～15:00 講師／明石市人権推進課



「多様性」と耳にしま
すが、他人を理解する
ことができればもう少
しやさしい社会になる
のではないのでしょうか。
生きづらさを抱える
方々の事例と対応例を
お話いただき理解を深
めましょう。

ライブ配信または録画形式
講座ID: 24-11-036

10/4
(金)

小さな音楽会♪
講師／ムジカライゼ
13:30～15:00

クラシックから
童謡唱歌まで。
鑑賞したり皆さ
んで歌ったりし
て楽しみましょ
う。



対面形式
講座ID: 24-11-027

10/23
(水)

家電製品の進化
講師／梶村 好宏
(明石工業高等専門学校教授)
13:30～15:00



昭和30年代に三種
の神器と言われた
「洗濯機、冷蔵庫、
テレビ」の今、そし
て最新式の家電製品
はどうやって進化し
てきたかを振り返り
ます。

対面形式
講座ID: 24-11-028

11/5
(火)

歩くことから始める健康づくり
「効果的なウォーキングの
実践方法」
13:30～15:00 講師／明石市健康推進課
健康運動指導士

いつでも、どこでも、誰で
も、手軽に楽しくできる
ウォーキングは、体力の維
持向上や生活習慣病予防に
効果的です。ウォーキング
の実践方法を学びましょ
う。
※室内での講義・実践です。



持ち物 動きやすい服装・運動靴(室内用)・筆記用具

対面形式
講座ID: 24-11-030

11/15
(金)

古書店から
古書を学ぶ
講師／一本松 文夫
(あかつき書房店主)
13:30～15:00

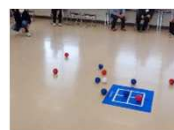


江戸時代に出版された書
物(和本)、明石周辺、
播磨国や摂津国の名所が
紹介された200年以上
前の版本を、現物を手に
取りながらご覧いただき、
古典籍の愉しみが伝わら
ば幸いです。

対面形式
講座ID: 24-11-031

12/3
(火)

みんなで
ニュースポーツを
楽しもう♪
講師／社会福祉法人
明石恵泉福祉会
13:30～15:00



ニュースポーツは年齢
に関係なく「誰でも気
楽に」参加できるス
ポーツです。今回は2
種類に挑戦。ポッチャ
ともう1種目は当日
のお楽しみ!楽しく汗を
流しましょう。

持ち物 動きやすい服装・運動靴(室内用)
タオル・水分補給・筆記用具

対面形式
講座ID: 24-11-032

12/20
(金)

うおずみ歴史講座
「明石の名字と家紋」
講師／須貝 隆弘
(明石市立文化博物館学芸員)
13:30～15:00

明石にゆかりの
ある歴史的な名
字と家紋や、現
在明石に残る特
色ある名字と家
紋についてお話
しします。



横河家家紋 (七枚棍)

対面形式
講座ID: 24-11-033

市民講座「光り輝くローズウィンドウ～初めて作る紙のスタンドグラス～」(5月18・25日)



市民講座「アイヌのせかい☆スペシャルインタビュー」(6月22日)



講師：藤戸ひろ子さん



秋の一日入門教室

魚住コミセンで活動しているサークルが一日入門教室を行います。興味のあるサークルに体験入門してみませんか？

申込方法：9月10日(火) 午前9時から電話受付。定員になり次第、締め切り。
TEL：078-943-0303

《文化》

月日	時間	サークル名	定員	講師	材料費、持ち物等
10月3日・17日	(木) 14:00～16:00	魚住パソコンクラブ	5人	島 守人	ノートパソコン、筆記用具
10月12日・26日	(土) 13:30～17:00	陶芸サークル	4人	永恵 陽子	「ランプシェードをつくろう」 粘土代(1,000円)、エプロン、雑巾、上履き

《体育》

月日	時間	サークル名	定員	講師	材料費、持ち物等
10月2日	(水) 13:00～16:00	輪投げサークル	5人		室内用運動靴
10月2日～23日	各水曜日 19:00～20:30	武道研究会(高校生以上の空手)	制限なし	大野 達洋	運動ができる服装、タオル、飲み物
10月3日～24日	各木曜日 19:00～20:30	空手道B			
10月4日～25日	各金曜日 19:00～20:30	空手道A			
10月5日	(土) 17:00～18:00	剣道「魚住清心館」	10人	林 憲彦	体操服
10月6日～27日	各日曜日 9:30～10:30	魚住合気道(子ども)	10人	神田 康弘	運動ができる服装
	10:35～12:00	魚住合気道(大人)	10人		
10月8日～22日	各火曜日 19:30～20:30	少林寺拳法	制限なし	清水 由香里	運動ができる服装
10月13日	(日) 10:00～11:30	太極拳サークル	10人	池内 広司	上靴、タオル、飲み物
10月17日	(木) 19:00～20:30	ママさんバレー-SHIMIZU	制限なし		運動ができる服装、体育館シューズ

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

