

あさぎり 掲 示 板

朝霧地区人権教育研究協議会



朝霧地区人権教育研究協議会は、朝霧中学校区内の自治会・高年クラブ・学校園・PTA等から企業までの幅広いに団体によって構成され、「誰一人取り残さない人権感覚あふれる地域」をつくるため、人権啓発・研修活動を推進し誰もが住みやすい地域づくりを進めています。

そして、事業を推進するため、人権教育推進員が置かれ独自の研究のほか、地区内の各種団体での人権研修会の開催や人権問題の相談などを行っています。

地区人権教育研究協議会は市内13中学校区ごとに設置され、連携を取りながらそれぞれの地域の特性を踏まえて、人権文化あふれる地域づくりのためのきめ細やかな活動を行っています。

「人権」は、空気と同じでそれがなくては人間が人間らしく生きることができないものです。そして、「人権」を尊重し守っていくためにはすべての人が意識し、わがごととして取り組んでいかなければなりません。みんなで人権文化あふれる地域づくりを進めていきましょう。

問合せは、朝霧コミセン内の人権教育推進員までお願いします。
(Tel.078-913-0633)



朝霧コミュニティ・センター

〒大蔵谷奥 4-1
☎ 078-913-0633



朝霧コミセンの情報をお届けします。

まちなびAKASHI HP



朝霧中学校内にあります。公共交通機関をご利用ください。
<アクセス方法>
“明舞団地行き”乗車「松が丘小学校前」下車、徒歩3分。

朝霧コミュニティ・センター ☎ 078-913-0633

(FAX 078-913-0643)

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)

～「あさぎりdeまなぶる」はお近くのコミセンにも設置しております&HPでも閲覧できます～

明石市 コミセン情報紙 検索

身近なところでたのしいまなび

あさぎりde

まなぶる



Vol.15

朝霧コミュニティ・センター情報紙

2024年2月号



「春のコミセンの風景」



市民講座「家庭を彩る寄せ植えづくり」



「明石大橋と朝日」



市民講座「韓国語でK-POPの歌詞を詠もう」

4月から、朝霧コミュニティ・センターで春の講座がスタートします。

身近なところで、たのしいまなびを一

地域で学ぶ講座で、“知る”たのしみ、“学ぶ”たのしみ、“つながる”たのしみと出会いませんか。

4月5月6月の 市民講座

お申込み ☎ 078-913-0633 FAX 078-913-0643

【警報発令時について】朝7時に市内警報が出ていれば、午前中の講座は中止。朝11時に警報が出ていれば、午後の講座は中止とします。

4/17 (水) 「睡眠」と「健康」の知恵袋

良い睡眠は、心と身体の必需品。睡眠についての正しい知識を『知る』、『実践する』、『実感する』という良い睡眠をとる3つのステップから、具体的な寝具の選び方などの睡眠環境まで幅広く「睡眠」と「健康」について講義します。

講師： 明治安田生命保険相互会社講座担当
日時： 4月17日(水) 13:30~15:00
受講料： 無料
定員： 30名
持ち物： 筆記用具

受付開始
3月15日(金)~

5/18 (土) こどもの発達障害 理解とかかわりのヒント

発達障害はまず知って理解することが大切です。学童期から思春期の発達特性を学び、家庭や地域でどう関わればよいか。みんなで一緒に考えてみましょう。

講師： 木股 真理子
(明石市立発達支援センター所長・臨床心理士)
日時： 5月18日(土) 10:00~11:30
受講料： 無料
定員： 25名
持ち物： 筆記用具

受付開始
4月16日(火)~

連続講座 6/2・9・16・23(日) 韓国語でK-POPを詠もう

~K-POPの歌詞を詠んで意味を理解する~
外国語が上達する方法のひとつとして音楽を通じて覚える方法があります。この講座では日本でも流れる韓国のポピュラーな音楽を韓国語で詠みながら学ぶ講座です。



講師： 黄 晶禧
日時： 6月2・9・16・23日(日) 10:00~11:30
受講料： 無料
定員： 20名
持ち物： 筆記用具

受付開始
5月1日(水)~

6/8(土) 楽しくコミュニケーションをとりながら健康になろう

元気いっぱいの明るい先生が、歌や演奏、お話、頭と体の体操や、健康にいいこと、様々なことをみんなとコミュニケーションをとりながら楽しみましょう。



講師： 望月 康恵 (ステージコーディネーター)
日時： 6月8日(土) 13:30~15:00
受講料： 無料
定員： 20名
持ち物： 筆記用具

受付開始
5月1日(水)~

~お知らせ~ 6月に申込みできる講座

7/3(水) ベーシックヨガ

呼吸を感じながらヨガをしましょう！
ヨガ初心者から経験者まで、幅広い方を対象にした講座です。基礎を学びながら心と身体のバランスを整えます。

講師： 池上 一葉
日時： 7月3日(水) 10:00~11:30
受講料： 無料
定員： 16名
持ち物： バスタオル、水分補給

受付開始
6月15日(土)~



7/4(木) ストレッチヨガ

呼吸を感じながらヨガをしましょう！
呼吸やねじれ、ポーズキープなどのヨガの特徴に、関節の可動域を広げるなどの効果があるストレッチの要素を加えたストレッチヨガで心身とともにリラックスしましょう。

講師： 池上 一葉
日時： 7月4日(木) 14:00~15:30
受講料： 無料
定員： 16名
持ち物： バスタオル、水分補給

受付開始
6月15日(土)~



2024年度 入学案内

明石市内の60歳以上の方であれば、誰でも受けられる「あかねカレッジ」。2024年度のあかねカレッジは3つのコースが開講されます！



まなびが見つかる「ライトコース」

自分の興味や関心に合わせて、好きな講座を好きなだけ受けることができます。市内13の中学校コミセンや自宅からのオンライン受講など300講座以上から受講可能。年度途中で入学できます。

申込・問い合わせ先
朝霧コミセン TEL 078-913-0633

まなびが広がる「科目別コース」

好きな学科を1年かけてじっくり学びます。
【開講予定学科：ボイス、アンサンブル、花づくり、野菜づくり、あかし地域、あかし自然環境、健康・スポーツ、広報・デザイン、サイエンス、ものづくり の全10学科】

願書締切 3月15日(金) 申込・問い合わせ先
あかねカレッジコーディネーターセンター TEL 078-918-5415

まなびが活きる「地域de活かすコース」

地域の魅力や課題を探り、これまでのあなたの学びや培ったスキルを個人やグループで地域での活動に活かしていくためのプログラムを予定しています。

2024年3月1日入学申し込み開始！

各コースの詳しい内容・申込方法などは、各中学校コミセンなどで配架されている「入学案内パンフレット」または「あかねカレッジのホームページ」をご覧ください。

受講申込受付 4/16 (火) 9時から

全員受講

オリエンテーションは、ライトコースを受けるにあたっての受講方法や心得をお伝えします。

- 24-02-004 ※オリエンテーション① 4/3 (水) 13:30~15:00
 - 24-02-005 ※オリエンテーション② 4/6 (土) 13:30~15:00
 - 24-02-006 ※オリエンテーション③ 5/1 (水) 13:30~15:00
 - 24-02-007 ※オリエンテーション④ 5/11 (土) 13:30~15:00
- 今年度ライトコースを申し込まれた方は、受講前にオリエンテーションへの参加が必要です。日程①~④で1回、オリエンテーションを受講して下さい。6月以降に申し込みの方は、別途日時を調整します。

24-02-003

明石で体感する外国文化
~日本語で大丈夫！外国人と話してみよう編~

5/8(水) 13:30~15:00
講師：NPO法人多文化センター まんまるあかし

明石市に住む外国人への取り組みについての講義の後、外国人の方と日本の暮らしについてやさしい日本語でパネルディスカッションを行います。これに関連して、朝霧コミセンでは、7月中・下旬に韓国文化(生活と食)を行う予定です。

ライブ録画形式

24-02-001

国際情勢の今

5/15(水) 13:30~15:00



講師：岡部 芳彦
(神戸学院大学教授)

ウクライナ研究の第一人者である、岡部芳彦先生(神戸学院大学経済学部教授)をお招きし、ウクライナの現状と解決の糸口を、そして私たちにできることは何かを学びます。

ライブ録画形式

24-02-008

あなたの心と身体の健康づくり ~フレイルチェックとコグニサイズ~

5/22(水) 13:30~15:00



講師：西澤 美加
(保健師)

身の周りのことを自分でしていくためには心と体の健康を保つことが大切です。フレイルチェックで自分の状況を確認しながら、コグニサイズを知り健康維持に役立てましょう。

24-02-009

ニュースポーツを楽しもう ~エースボールとペタンク~

5/29(水) 13:30~15:00



講師：嶽肩 純一
(元気アップ・スポーツ)

明石で生まれたエースボール、パラリンピックの種目にもなっているペタンク、ゲームを楽しみコミュニケーションを取りながら身体を動かしましょう。

24-02-010

~アドラー心理学に学ぶ~ 怒りよ、さようなら(アンガーマネジメント)

6/5(水) 13:30~15:00



講師：川原 啓治
(日本アドラー心理学会正会員)

講師のユーモアあふれる語り口で和やかな雰囲気の中、和気あいあいと行われる講座で、アドラー心理学に基づく怒りの感情をコントロールする方法について講義されます。

24-02-002

薬と健康食品の豆知識

6/19(水) 13:30~15:00



講師：岡本 正志
(神戸学院大学教授)

皆さんが自分の健康管理をするためには、薬の正しい使い方への必要な知識を学ぶことや理解が大切です。身の回りにある「薬」については、正しい知識を得ることが必要です。

ライブ録画形式

24-02-011

七夕飾りに願いを込めて

6/26(水) 13:30~15:00



講師：吉川 義樹
(兵庫県レクリエーション協会常務理事)

大きな笹や小さな笹に、自分なりに工夫し願いを込めた短冊や飾りを、いっぱいつけましょう。小さな笹は持ち帰り、家の七夕飾りとしてください。