

〒673-0008 明石市沢野1-3-1 (野々池中学校内)
TEL: 078-929-0355 (月曜日・祝日休館)
FAX: 078-929-0808



どなたでも学べる！みんなのまなび

市民講座

10月から12月の講座

参加のお申し込みは 受付開始日時以降に 野々池コミセンまで電話で。電話が困難な方は来所、ファックスでも可。

谷山比呂子先生のお菓子教室

10/22
(火)

- 日 時: 10月22日(火)9:30~12:30
- メニュー: コーヒームース
- 材料費: 1,300円
- 定員: 8名



★受付開始日: 9月27日(金) 9:00

- どちらも持ち物は
エプロン、マスク、筆記用具、布巾2枚、
スリッパ、三角巾、ゴム手袋、
お持帰り容器15cm正方高さ10cm

11/26
(火)

- 日 時: 11月26日(火)9:30~12:30
- メニュー: クリスマスケーキ
- 材料費: 1,300円
- 定員: 8名



★受付開始日: 10月26日(土) 9:00

11/30
(土)

フリーズドフラワー クリスマスリースを作ろう



あなただけのクリスマスアレンジをフリーズドフラワーで

- 日 時: 11月30日(土)10:00~12:00
- 材料費: 1,500円
- 定員: 10名
- 持ち物: 筆記用具、スリッパ

講師: 深山 真希 先生

★受付開始日: 10月30日(水) 9:00

12/17
(火)

ケーナが奏でる アンデスの世界



身もこころもアンデスに染まる

講師: 勝野 勉先生(ケーナ・サンポーニャ奏者)

- 日 時: 12月17日(火)13:30~15:00
- 参加費: 無料 ●定員: 40名
- 持ち物: 筆記用具、スリッパ



★受付開始: 11月8日(金) 9:00

続けましょう！ 野々池コミセンで オンライン 元気アップ体操教室

身体を動かす機会が減っていませんか？運動不足解消や健康維持のために一緒に身体を動かしましょう♥

体操⇒10月10日、11月14日、28日、12月12日、26日 いずれも(木)13:30~14:30

講座⇒10月24日(木)13:30~14:30 「ツボ刺激で健康に」

※ライトコースでも募集 ●定員: 5名 ★受付開始日: 9月20日(金) 9:00



市民講座のようすを 少し ハソキ見



元気アップ体操

一人では
なかなか続かなくても
みんながいれば
チャレンジできるね



お菓子教室 4/23
みんなでワイワイ
今日はシュークリームを
作ったよ

ヤミー
yummy



6/25は
マンゴージュレのムース
を作りました
おいしかったなあ

ベビーマッサージ
5/18・6/15
パパも参加
にぎやかに
まったりと



あかねカレッジ
ライトコース

次の学びに
出会うための
「ふり返し会
@野々池コミセン」
は次回に行います。

(あかねカレッジライトコース入学の方のみ)

受付開始

9/17(火) 9:00~

※お電話の混雑が予想されます。
ご迷惑をおかけして申し訳ございません。

明石歴史シリーズ①

「明石原人」と直良信夫

10/2(水)13:30~15:00

講師：今井 豊

会場のみ

持続可能な社会づくりと
高齢者

10/16(水)13:30~15:00

講師：神戸大学教授
松岡 広路

会場・オンライン

元気アップ体操特別講義

ツボ刺激で健康に

10/24(木)13:30~14:30

講師：明石市地域共生社会室

※市民講座でも募集 会場のみ

明石歴史シリーズ②

明石と「源氏物語」

11/6(水)13:30~15:00

講師：今井 豊

会場のみ

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~

11/13(水)14:00~15:30

講師：嵩 亜希子

会場・オンライン

ライフストーリー
レビュー入門講座①②

オカリナとフルート

11/19(火)、26(火)
10:00~11:30

講師：公認心理師
小川 玉樹

会場のみ

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~

11/20(水)13:30~15:00

講師：文科省消費者教育アドバイザー
荒木武文

会場・オンライン



野々池の草木を楽しむ
秋

11/27(水)10:00~11:30

講師：高野 哲司

会場のみ

明石歴史シリーズ③

船上城から明石城へ

12/4(水)13:30~15:00

講師：今井 豊

会場のみ

共生社会を目指して
かかわりについて考えてみませんか

12/18(水)13:30~15:00

講師：明石市人権推進課

会場・オンライン

元気アップ体操教室

10/10
11/14、11/28
12/12、12/26
いずれも(木)13:30~14:30

講師：明石市地域共生社会室

※市民講座でも募集 会場のみ

野々池の学びの掲示板

なかまとまなぶ「サークル紹介」✍️

※体験希望の方はコミセンまでお問い合わせ下さい。

2024「みんなの学校」

開催予定

令和6年11月17日(日)

詳細は別のご案内となります。

- ☆人形劇ゆめっこ
- ☆川柳楽しみタイ
- ☆Sparkleキッズ英会話
- ☆茶道
- ☆コーラス
- ☆尺八
- ☆囲碁
- ☆文科系
- ★体育系
- ★明石ガールズ (バレーボール Jr.)
- ★NBBC(バスケットボール)
- ★野々池バスケットボール
- ★空手
- ★空手道「平成館」
- ★西明石剣友会
- ★太極拳
- ★レディース卓球
- ★バドミントン
- ★合気道
- ★明石柔道會

コミセンからのお願い

- ①体調不良の場合はご来場をお控えください
- ②スリッパの持参
- ③基本的な感染防止にご協力ください
- ④お車でのご来場はお控えください



野々池コミセンHP



コミセン情報紙アーカイブはこちら