

まなびのたより



あつ～い夏をどのように過ごしていますか？



暑い夏の期間を健康で快適に過ごすためには、温度の管理、バランスの取れた食事や適度な運動と水分補給等、気をつけないといけないことがたくさんありますが、心身のリラクゼーションもとても大切です。コミセンの多様な講座の中からお好みの講座を見つけて、ゆったりしませんか。

裏面には夏休みの親子講座も多種掲載しています。ぜひ、お近くのコミセンで親子で楽しんでください。

8/7
(水)

落語のお時間

講師 神戸大学落語研究会

二見中コミセン
(西部文化会館)電話 : 943-6741
FAX : 918-5975

生の寄席の雰囲気をご存分に味わっていただける出前寄席講座です。創作落語や古典落語で、大いに笑いましょう。

- 時間 : 13:30～15:00
- 参加費 : 無料
- 定員 : 50人
- 7/6(土) 朝9時より受付開始

8/11
(日)

驚くほどゆる～い読書会

講師 : 大地 靖晃

大久保北中
コミセン電話 : 935-3588
FAX : 935-3592

今、年齢や性別を問わず読書会が流行っていることをご存知でしょうか？まずは参加して、楽しんでください！

- 時間 : 9:30～10:30
- 参加費 : 無料
- 定員 : 8人 (対象 : 小学生～)
- 持ち物 : 本一冊
- 7/20(土) 朝9時より受付開始

8/31
(土)

指揮者が語る音楽の楽しみ

講師 齊田 好男

衣川中コミセン

電話 : 922-4700
FAX : 918-5965

音楽の役割、指揮者の役割などについて、どなたにもわかりやすくお話します。今より音楽が楽しくなりますよ！

- 時間 : 13:30～15:00
- 参加費 : 無料
- 定員 : 40人
- 7/31(水) 朝9時より受付開始

8/31
(土)

お家でできる薬膳講座

～食養生の基本～

講師 竹田 あやこ

江井島中コミセン

電話 & : 947-0073
FAX

食事は健康な心身を作る大切な要素です。身近な食材を使う「食養生の基本」をお伝えします。

- 時間 : 10:00～11:30
- 参加費 : 無料
- 定員 : 50人
- 7/28(日) 朝9時より受付開始



ご覧の情報は、明石市のホームページでも確認が出来ます。



コミセンは火曜～土曜日は9:00～21:00、日曜日は9:00～17:00開館。月曜日・祝日は休館。

コミセンには駐車場はありません。公共交通機関でお越しください。

※基本的に受講は無料です。ただし、講座によっては別途材料費等がかかる場合があります。お申込みのときに確認をお願いします。

8月の親子で参加できる市民講座

中学校 コミセン	開催日	講座名	講師	内容	対象	定員	受付 開始	連絡先
錦城	8/3(土) 10:00～ 12:00	みんな集まれ！ 夏休み親子コンサート 楽器作りもあるよ♪	田村 義一	「きいて・うたって・つくって・演奏しよう」を合言葉に、演奏を聴いて、一緒に歌って、そして手作りの楽器と一緒に演奏しましょう♪	小学生 以上	10 組	7/2	☎ 918-1612 Fax918-5961
衣川	8/3(土) 10:00～ 12:00	親子で楽しもう！ 科学とあそびの実験室	渡辺壮一郎	生活で使う身の回りの物を使って、不思議な科学実験を行うワークショップです。後で家族でお家でも楽しめます！（材料費500円必要）	5歳～ 小学生	8 組	7/5	☎ 922-4700 Fax918-5965
野々池	8/3(土) 9:30～ 12:00	親子お菓子教室	谷山比呂子	コーンフレーク入りのかりかりクッキーを親子で一緒に楽しく作りましょう！	小学校 低学年 程度	4 組	7/5	☎ 929-0355 Fax929-0808
	8/24(土) 10:00～ 11:30	親子工作教室 ～ダンシングフラワー を作ろう～	西村 稔	手で動く楽しいダンシングフラワーと一緒に作りましょう。	小学校 低学年	10 組	7/19	☎ 929-0355 Fax929-0808
望海	8/3(土) 13:30～ 15:00	夏休み親子工作教室 ～ピンポン玉のガラポン 抽選機を作ろう～	今井 由美	夏休みの自由研究にもお薦め。子どもたちと保護者で協力して、ガラポン抽選機を作りましょう。兄弟姉妹での参加も歓迎。（材料費：300円必要）	4歳～ 小学生	10 組	7/6	☎ 923-1439 Fax918-5967
大久保	8/3(土) 10:00～ 12:00	親子工作教室 ～夏休みの宿題にも～	西村 稔	親子で、水に浮かぶ手作り帆船を作ってみませんか。	小学校 低学年	7 組	7/5	☎ 936-0879 Fax936-0947
大久保北	8/3(土) 10:00～ 11:00	親子で楽しむ ボードゲーム会	高田 由美	おうち時間を楽しむアイテムとして、近年注目されている「ボードゲーム」。すごろく・タイル配置・パズル・陣取りなど、子どもも大人も夢中になれますよ。	4歳～	8 組	7/6	☎ 935-3588 Fax935-3592
魚住	8/3(土) 10:00～ 11:30	夏休み親子教室① 「鏡のふしぎ！ キラキラ万華鏡づくり」	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。（材料費：一人300円必要）	小学生	10 組	7/13	☎ 943-0303 Fax918-5973
	8/24(土) 10:00～ 11:30	夏休み親子教室② 「バルーンアートを 楽しもう♪」	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。（材料費：一人300円必要）	幼稚園児 ～ 小学生	10 組	8/2	☎ 943-0303 Fax918-5973

～障害がある方など、電話でのお申し込みがご不便な方へ～

市民講座は、ファックスでお申込できます。

開催コミセン名、講座名、講座開催日、氏名、住所、連絡先（電話とFAX）、必要な配慮（手話通訳、要約筆記等）を記入して送信してください。（開館時間中以外は無効とします）。

※配慮（手話通訳、要約筆記等）が必要な方は、講座開催日の2週間前までにお申込みください。

※FAXの申込みフォームが必要な方は表紙のQRから明石市のホームページを確認してください。

受付開始日の午前9時から先着順に窓口、電話、FAX受付。（開館時間中のみ）持ち物など、詳しくは各コミセンにご確認ください。

発行：明石市 市民生活局 市民協働推進室 コミュニティ・生涯学習課