

82. 素敵な歳の重ね方を学ぶ科

(2024年度版)

(金曜日 授業予定表) 講師: 見寺貞子・山川アंक・百木和 ほか

		午 前			午 後				
回	月 日	曜日	講座数	テーマ	内 容	講 師 名	テーマ	内 容	
1 学 期	1	8月	①	①入学式 & オリエンテーション (合同、大阪国際会議場)					
	2	4月19日	金	1	素敵な歳を重ねる初めの一步	～人生100年に向けての計画～	山川アंक①(日本メソジクス美容協会顧問)	自己紹介、年間学習・行事予定等の説明	クラスオリエンテーション
	3	4月26日	金	2	色彩と装いと健康	日本人の色彩感覚はどう作られたか～	石崎真紀子①(兵庫医科大学講師)	高大オリエンテーション	終了後班役割説明・班各担当・班長決定
	4	5月17日	金	3	おしゃれは心と身体のビタミン剤	シニアに必要なユニバーサルファッション	見寺貞子① 神戸工科大学	カラー登校①	各担当別会議(代表者決定他)
	5	5月24日	金	4	素敵に過ごすための身体と姿勢作り①	ステキな人の姿勢と動き	大谷恵子①(フィットネスインストラクター)		クラス委員長決定、第1回遠足先行検討
	6	5月31日	金	5	100年素敵な動き方	ポールウォーキングでお洒落に歩く	畑下拓樹(理学療法士)		
	7	6月7日	金	6	⑥	③★	③遠足(1)		
	9	6月14日	金	7	男と女のおしゃれ学	バージョンアップのコーディネート	見寺貞子②	カラー登校②	
	10	6月21日	金	8	⑧	③★	③遠足(1)		
	11	6月28日	金	9	⑨	③★	③遠足(1)		
	12	7月5日	金	9	⑨	③★	③遠足(1)		
	13	7月12日	金	10	おかつづけ基本編	お部屋をきれいにする5つの作業	吉川 礼子①(株 ダスキン)	自主活動	健康まつり説明 参加対応検討
	14	7月19日	金	11	⑪	③★	③遠足(1)		
	夏 休 み								
2 学 期	15	9月20日	金	12	シニア足に合った靴の選び方		鈴木徹 シューズデザイナー	自主活動	健康まつり説明 参加対応検討
	16	9月27日	金	13	素敵に過ごすための身体と姿勢作り②	フレイル予防の運動	大谷恵子① フィットネスインストラクター	自主活動	健康まつり説明 参加対応検討
	17	10月11日	金	14	共存社会の実現を考える	2020オリパラたいかひのレガシーを引き継ぐために	石崎真紀子②	カラー登校④	コーダイフェスタ内容説明 参加対応検討
	18	10月17日	木	④	④コーダイ健康まつり				
	19	10月25日	金	15	スタイルアップのウォーキング	ファッションモデルになる	山川アंक②	自主活動	コーダイフェスタ参加内容決定
	20	11月1日	金	16	食でのフレイル予防①		百木 和① (摂南大学准教授)		
	21	11月15日	金	17	食でのフレイル予防②		百木 和②		コーダイフェスタ発表準備
	22	11月22日	金	18	リメイクの楽しみ方	伝統文化を現代生活に活かす方法	見寺貞子③	カラー登校⑤	コーダイフェスタ発表準備仕上げ
	23	11月28日	木	⑤	⑤コーダイフェスタ (案)ファッションショー				
	24	12月6日	金	19	お掃除教室	大掃除のポイント お掃除の基本	吉川 礼子②	自主活動	
25	12月13日	金	20	若々しい肌作りと速攻若見え術		山川アंक③			
26	12月20日	金	21	人生がもっと楽しく豊かになる生前整理①	物・心の整理	後藤恵子①	カラー登校⑥		
冬 休 み									
3 学 期	27	1月10日	金	22	人生がもっと楽しく豊かになる生前整理②	情報の整理とエンディング	後藤恵子②	自主活動	成果発表会内容検討
	28	1月17日	金	⑥	⑥社会への参加活動・・・(仮日程:1学期～3学期の間に活動日を1回設定)				
	29	1月24日	金	23		自主企画講座			成果発表会準備
	30	2月7日	金	24	繊維製品の循環を目指して①		京都工芸繊維大学 名誉教授 木村照夫	カラー登校⑦	成果発表会準備
	31	2月14日	金	25	繊維製品の循環を目指して②		木村照夫②		成果発表会準備
	32	2月21日	金	26		学習成果発表会	見寺貞子		
	33	2月27日	金	⑦	⑦修了式				
	34	3月6日	木	⑧	⑧・⑨卒業旅行(1泊2日)				
35	3月7日	金	⑨	⑧・⑨卒業旅行(1泊2日)					
				授 業(自主企画、成果発表会含む)			26(講座数1～26)		
				学 習 事 業 (① ～ ⑨)			9(講座数①～⑨)		★校外学習
				合 計			35		

注) 1. 日程、カリキュラム内容等は、都合により変更になる場合があります。

2023.09.05