

8.3. 素敵な歳の重ね方を学ぶ科 (2025年度)

【金曜日 授業予定表】

講師：見寺貞子、株橋顕子 ほか

					午 前			午 後					
回	月	日	曜日	講座数	テーマ	内 容	講 師 名	自主活動	内 容				
1 学 期	1	7	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	18	金	1	おしゃれは心のビタミン剤	ユニバーサルファッション	見寺貞子 神戸芸術工科大学名誉教授	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		25	金	2	色彩と装いと健康	日本人の色彩感覚はどうか～	石崎真紀子 兵庫医科大学講師	高大オリエンテーション/終了後班役割分担説明				
	4		9	金	3	繊維製品の循環を目指して①		木村照夫 京都繊維工芸大学名誉教授	・班各担当・班長決定 各担当別会議 (代表者決定他)				
	5	5	16	金	4	素敵に過ごすための身体と姿勢作り①	素敵なの人の姿勢と動き	大谷恵子 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		23	金	5	生涯健脚でいる秘訣①	正しい歩き方と姿勢の整え方	畑下拓樹 理学療法士	カラー登校 ① 懇親会				
	7	8	6	金	6	ヴォイストレーニング① ①声を生き生き健康に	ステキな声の為に 喉トレ	株橋顕子 関西二期会	②社会への参加活動 (準備活動) (活動事例研究)				
	9	6	13	金	★	③ 遠 足							
	10		20	金	7	ヴォイストレーニング②	ステキな声の為に 呼吸と姿勢	教育会館東館201 *10:30～	株橋顕子	カラー登校②			
	11		4	金	8	ヴォイストレーニング③	ステキな声は笑顔から 活舌と表情筋	歴史博物館 *10:00～	株橋顕子		健康祭り説明 参加対応検討		
	12	7	11	金	9	人生がもっと豊かになる 生前整理①	物・心の整理	後藤恵子 (生前整理上級 認定アドバイザー) 生前整理上級認定アドバイザー		フェスタ概要説明・クラス発表 (展示・演説) 検討			
	13		25	金	10	ヴォイストレーニング④	ステキな声は思いやり ケアとおさらい	午前 歴史博物館 *10:00～	株橋顕子	午後13:00～ 教育会館東館	フェスタのクラス発表内容		
		8				夏 休 み							
2 学 期	14	9	19	金	11	もっと素敵になるヘアメイク術①	顔は眉で8割決まる！眉の描き方講座	高木大輔 大阪樟蔭女子大学准教授		コーダイフェスタ発表内容検討			
	15		26	金	12	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	カラー登校③				
	16		3	金	13	繊維製品の循環を目指して②		木村照夫	健康まつり参加準備				
	17	10	7	火	④	④コーダイ健康まつり (堺市金岡公園体育館)							
	18		17	金	14	青春プレイバック	世代で変わるおしゃれ意識	石崎真紀子	カラー登校④	コーダイフェスタ発表準備			
	19		24	金	15	リメイクの楽しみ方	伝統文化を現代に生かす方法	見寺貞子	" "				
	20		7	金	16	フレイル予防①	食でのフレイル予防	百木 和 摂南大学教授	コーダイフェスタ発表準備仕上げ				
	21	11	19	水	⑤	⑤ コーダイフェスタ (豊中市立文化芸術センター)							
	22		21	金	17	フレイル予防②	食でのフレイル予防②	百木 和		自主活動テーマ検討			
	23		28	金	18	繊維製品の循環を目指して③		木村照夫	カラー登校⑤				
	24		5	金	19	生涯健脚でいる秘訣②	歩く効果を最大化する秘訣と足の作り方	畑下拓樹	"				
25	12	12	金	20	人生がもっと豊かになる 生前整理②	情報の整理とエンディング	後藤恵子	"					
26		19	金	21		自主企画講座		"					
					冬 休 み								
3 学 期	27		16	金	22	暮らしの中のユニバーサルデザイン	誰もが生き甲斐を感じられる社会に。	石崎真紀子	カラー登校⑥	成果発表会内容検討			
	28	1	23	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		30	金	23	素敵に過ごすための 身体と姿勢作り②		大谷恵子	成果発表会対応	成果発表会準備			
	30		6	金	24	もっと素敵になるヘアメイク術②	ツヤが決め手！髪のお手入れとスタイリング術	高木大輔	成果発表会準備				
	31	2	20	金	25	もっと素敵になるヘアメイク術③	あの時を振り返る！ヘアメイクとファッションの流行の裏側	高木大輔	"				
	32		27	金	26	学習成果発表会						見寺貞子	
	33				⑦	⑦修了式							
	34	3	6	金	⑧	⑧・⑨卒業旅行 (1泊2日)							
	35		7	金	⑨								

授 業 (自主企画、成果発表会含む)	26 (講座数列1～26)	2025/3/28
学 習 事 業 (① ～ ⑨)	9 (講座数列①～⑨)	
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。 ※講師肩書きは2024/9月現在