

61. 医療と健康を楽しく学ぶ科 (2025年度)

【月曜日授業予定表】 講師:

		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		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	14	月	1	老化と健康を考える①	寿命の秘密と老化との付き合い方	山口 明人	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		28	月	2	シニアの健康づくり	運動と食事	藤本 繁夫	高大オリエンテーション (理事長によるコーダイの理念、目標等説明・映像) 終了後班役割分担説明	
4		12	月	3	歯の健康と介護予防	認知機能低下と口腔機能との関係	豆野 智昭	クラス仲間づくり	・班各担当・班長決定 各担当別会議 (代表者決定他)
5	5	19	月	4	5大ストレスコーピング+ ①	ストレス対処法 解消法を楽しく学ぶ	白杉 芳彦	"	クラス委員長決定、第1回遠足行先検討
6		26	月	5	老化と健康を考える②	スーパーフードで健康な老後を	山口 明人	"	みんなで語り仲良くなるろう 「私の経験談、趣味、特技」 懇親会
7		2	月	6	5大ストレスコーピング+ ②	ストレス対処法 解消法を楽しく学ぶ	白杉 芳彦	クラス仲間づくり	みんなで語ろう (授業の感想など)
8		9	月	②★	②遠 足				
9	10	16	月	7/⑥	宝塚式!健康ポイトレ①	呼吸法・発声法 ストレッチ	鈴木 沙也	③社会への参加活動 (準備活動) (活動事例研究)	
11		30	月	8	シニアの栄養学入門	栄養学の基礎	的場 輝佳	イベント対応	健康まつり説明 参加対応検討
12	7	7	月	9	5大ストレスコーピング+ ③	ストレス対処法 解消法を楽しく学ぶ	白杉 芳彦	"	フェスタ概要説明・クラス発表区分 (展示・演芸) 検討
13		14	月	10	老化と健康を考える③	体の病との付き合い方	山口 明人	"	フェスタのクラス発表内容 (展示か演芸か) 決定
8					夏 休 み				
14		8	月	11	エクササイズで健康UP! ①		佐久間 崇	イベント対応	コーダイフェスタ発表内容検討
15	9	22	月	12	指ヨガでセルフケア		木下 友恵	"	コーダイフェスタ発表準備
16		29	月	13	宝塚式!健康ポイトレ ②	呼吸法・発声法 ストレッチ	鈴木 沙也	"	"
17		6	月	14	姿勢改善	正しいウォーキングについて (座学)	姫野亜希子	"	健康祭り参加準備・コーダイフェスタ発表準備
18		7	火	④	④コーダイ健康まつり (堺市金岡公園体育館)				
19		20	月	15	老化と健康を考える④	漢方薬との付き合い方	山口 明人	イベント対応	コーダイフェスタ発表準備
20		27	月	16	眼ヨガでセルフケア		木下 友恵	"	"
21		10	月	17	姿勢改善	正しいウォーキングについて (実技)	姫野亜希子	"	コーダイフェスタ発表準備仕上げ
22	11	17	月	18	体幹と腰痛	構造と機能の開設と腰痛への対処方法	大槻 伸吾	活動テーマ検討	自主活動テーマ検討
23		19	水	⑤	⑤コーダイフェスタ (豊中市立文化芸術センター)				
24		1	月	19	スポーツと病気	障害を起こさない運動の仕方	藤本 繁夫	"	班別活動テーマ検討
25	12	8	月	20	老化と健康を考える⑤	感染症との付き合い方	山口 明人	"	"
26		15	月	21		自主企画講座		活動テーマ発表	自主活動テーマ発表会、校外学習報告会等
					冬 休 み				
27		19	月	22	エクササイズで健康UP! ②		松田 篤実	成果発表会対応	成果発表会内容検討
28		26	月	⑥	足は健康のバロメーター	足指・足裏の間隔を磨いて認知機能の改善を	露口 亮太	"	成果発表会準備
29		2	月	23	スポーツで認知機能が維持できる?		藤本 繁夫	成果発表会対応	成果発表会準備
30	2	9	月	24	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)				
31		16	月	25	シニアの健康増進と食生活	咀嚼・摂食嚥下機能	的場 輝佳	"	成果発表会準備
32		2	月	26	学習成果発表会			山口 明人	
33				⑦	⑦修了式				
34	3	9	月	⑧	⑧・⑨卒業旅行 (1泊2日)				
35		10	火	⑨					

授 業 (自主企画、成果発表会含む)	26 (講座数列1~26)
学 習 事 業 (① ~ ⑨)	9 (講座数列①~⑨)
合 計	35

2025/3/28

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。