

6 1. 医療と健康を楽しく学ぶ 科 (2026年度)

【 月曜日 授業予定表 】

				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	4	6	月	①	★	①入 学 式（大阪国際会議場）						
	2		13	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		20	月	2	5大ストレスコーピング+α ①	ストレス対応法、解消法を楽しく学ぶ	白杉 芳彦	コーダイオリエンテーション 終了後班役割説明				
	4		27	月	3	歯の健康と介護予防	口腔と全身の健康との関連	豆野 智昭	自主活動	・班各担当・班長決定 各担当別会議 (代表者決定他)			
	5	5	11	月	4	5大ストレスコーピング+α ②	ストレス対応法、解消法を楽しく学ぶ	白杉 芳彦	〃	クラス委員長決定、遠足行先検討			
	6		18	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ろう 「経験談、趣味」			
	7		25	月	6	笑いある生活を続けるために 笑いヨガ ！		池川 成子	〃	班別テーマ検討			
	8	6	1	月	②	★	②遠 足（クラス単位で実施 日程変更可 1学期中に実施）						
	9		8	月	7	5大ストレスコーピング+α ③	ストレス対応法、解消法を楽しく学ぶ	白杉 芳彦	自主活動	班別テーマ検討			
	10/11		22	月	8	③	足は健康のバロメーター	足指・足裏の感覚を磨いて 認知機能の改善を	露口 亮太	③社会への参加活動（準備活動）（活動事例研究）			
	12		29	月	9	シニアの栄養学入門	栄養学の基礎	的場 輝佳	自主活動	班別テーマ検討			
	13		7	6	月	10	シニアの健康づくり	運動と食事	藤本 繁夫	〃	班別テーマ検討		
	14			13	月	11	老化と健康を考える③	高齢者の病と薬（1）	山口 明人	〃	フェスタのクラス発表テーマ内容検討		
			8				夏 休 み						
2 学 期	15	9	14	月	12	エクササイズで健康UP！ ①		松田 篤実	自主活動	健康まつり説明 参加対応検討			
	16		28	月	13	宝塚スタイル健康ボイトレ ①	呼吸・発声・ストレッチ	鈴奈 沙也	〃	コーダイフェスタ発表準備			
	17		5	月	14	姿勢と歩行①	正しい姿勢・正しい歩き方	姫野亜希子	〃	コーダイフェスタ発表準備			
	18	10	8	木	④	★	④コーダイ健康まつり（日程・場所 未定）						
	19		19	月	15	老化と健康を考える④	高齢者の病と薬（2）	山口 明人	自主活動	コーダイフェスタ発表準備			
	20		26	月	16	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			
	21	11	9	月	17	姿勢と歩行②	運動方法や歩き方指導	姫野亜希子	〃	コーダイフェスタ発表準備			
	22		16	月	18	腰痛と体幹機能	腰痛をきたす疾患概念の理解 と体幹機能の関り	大槻 伸吾	〃	コーダイフェスタ発表準備			
	23		25	水	⑤	★	⑤コーダイフェスタ（日程・場所 未定）						
	24	12	30	月	19	スポーツと病氣	障害を起こさない運動のしかた	藤本 繁夫	自主活動	班別テーマ検討			
	25		7	月	20	老化と健康を考える⑤	漢方薬との付き合い方	山口 明人	自主活動	班別テーマ検討			
	26		14	月	21	自主企画講座（日程変更可）			〃	成果発表会内容検討			
	27		21	月	22	眼ヨガでセルフケア		木下 友恵	〃	成果発表会準備			
						冬 休 み							
3 学 期	28	1	18	月	23	エクササイズで健康UP！ ②		松田 篤実	自主活動	成果発表会準備			
	29		25	月	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）						
	30	2	1	月	24	スポーツで認知機能が維持できる？		藤本 繁夫	自主活動	成果発表会準備			
	31		8	月	25	宝塚スタイル健康ボイトレ ②	呼吸・発声・ストレッチ	鈴奈 沙也	〃	成果発表会準備			
	32		15	月	26	シニアの健康増進と食生活	咀嚼・摂食・嚥下機能	的場 輝佳	〃	成果発表会資料まとめ			
	33		22	27	学習成果発表会		山口 明人						
	34			⑦	⑦修了式								
	35	3	1	月	⑧	★	⑧・⑨卒 業 旅 行（クラス単位で実施 1泊2日）						
	36		2	火	⑨								
授 業（自主企画、成果発表会）				27（講座数列1～27）				7/6・11/30・2/1 講座時間 10:00～12:00					
学 習 事 業（①～⑨）				9（講座数列①～⑨）									
合 計				36									

2025/9/22

2025/9/22

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。