

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	笑いある生活を送るために 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☑健康ポイトレ 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	10	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		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	11	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		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	12	26	木	⑤	★	⑤コーダイフェスタ （豊中市立文化芸術センター）						
	24		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	12	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☑健康ポイトレ 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	2	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、成果発表会含む）				27（講座数列1～27）					<div>7/6 ・ 11/30 ・ 2/1</div> <div>講座時間</div> <div>10:00～12:00</div>			
	学 習 事 業（①～⑨）				9（講座数列①～⑨）								
	合 計				36								

2025/11/28

2025/11/28

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。