

61. 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		
学 期	1	6	月	①	★ ①入学式 (大阪国際会議場)						
	2	4	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大ストレスコピ シング+ 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	11 月	4	5大ストレスコピ シング+ 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	5	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		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	6	8 月	7	5大ストレスコピ シング+ 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						
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		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	11	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		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	スポーツと病気	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 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						
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		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	2	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 月	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)	2 7 (講座数列 1～2 7)
学 習 事 業 (①～⑨)	9 (講座数列 ①～⑨)
合 計	3 6

7/6 ・ 11/30 ・ 2/1 講座時間 10:00～12:00
--

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。