

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			
1 学 期	1	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+α①	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大ストレスコーピング+α②	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	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+α③	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	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	③	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	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♥健康ポイント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	14	水	④	★	④コーダイ健康まつり (大阪府立門真スポーツセンター)						
	19	19	月	15	④	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	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	⑤	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	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♥健康ポイント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	月	27	学習成果発表会		山口 明人					
	34	⑦修了式										
	35	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)							
学 習 事 業 (① ~ ⑨)				9 (講座数列①~⑨)				7/6・11/30・2/1 講座時間				
合 計				36								2026/3/1

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。