

83. 素敵な歳の重ね方を学ぶ 科 (2026年度)

(金曜日 授業予定表) 講師：見寺貞子・株橋顕子・木村照夫・高木大輔 他

		午 前				午 後			
回	月	日	曜日	講座数	テーマ	内 容	講 師 名	自主活動・テーマ・内 容	
1 学 期	1	6	月	①	①入 学 式 (大阪国際会議場)				
	2	4	17	金	1	おしゃれは心のビタミン剤	ユニバーサルファッションとは	見寺貞子 (神戸芸術工科大学名誉教授)	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		24	金	2	色彩と装いと健康	日本人の色彩の感覚はどう作られたか?	石崎真紀子 (兵庫医科大学非常勤講師)	コーダイオリエンテーション 終了後班役割説明
	4	5	8	金	3	色彩と装いと健康	ユニバーサルデザイン	石崎真紀子	班各担当・班長決定・各担当別会議 代表者決定他)
	5	5	15	金	4	青春ブレイバック	世代で変わるおしゃれ意識	石崎真紀子	カラー登校① クラス委員長決定、遠足行先検討
	6		22	金	5	素敵に過す為の身体と姿勢作り①	素敵な人の姿勢作り	大谷恵子 (フィットネスインストラクター)	役担当別分科会
	7		29	金	6	「歩く」から始める素敵ライフ	その場で出来るアンチエイジング	畑下拓樹 (理学療法士)	
	8	6	5	金	7	ボイストレーニング①	ステキな声のために 喉トレ 歴史博物館4F講堂 10:00~	株橋顕子 (関西二期会)	
	9		12	金	②★	②遠 足			
	10		26	金	8	ボイストレーニング②	勢 歴史博物館4F講堂 10:00~	株橋顕子	カラー登校②
	11		3	金	9	ボイストレーニング③	情筋 歴史博物館4F講堂 10:00~	株橋顕子	
	12,13	7	10	金	10	片づけ上手は暮らし上手	安全・安心・快適な家が つくる片付け力	後藤恵子 (生前整理上級認定アドバイザー) ①	③社会への参加活動 (準備活動) (活動事例研究)
	14		24	金	11	ボイストレーニング④	ステキな声は思いやりケアとおさらい	株橋顕子	★ 懇親会
		8				夏 休 み			
2 学 期	15	9	18	金	12	もっと素敵になるヘアメイク術	顔は眉で8割決まる! 眉の描き方講座	高木大輔 (大阪樟蔭女子大学准教授) ①	健康まつり説明 参加対応検討
	16		25	金	13	男と女のおしゃれ学	バージョンアップのコーディネート	見寺貞子	カラー登校③
	17		2	金	14	美姿勢ウォーキングでスタイルアップ	美しく立ち、歩くだけで女性の印象はガラリと変わる。	倉田 明奈 シーズ本町校代表	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 (大阪府門真スポーツセンター)			
	19	10	16	金	15	繊維製品の循環を目指して①		木村照夫 (京都繊維工業大学名誉教授)	コーダイフェスタ発表準備
	20		23	金	16	繊維製品の循環を目指して②		木村照夫	コーダイフェスタ発表準備
	21		30	金	17	★衣類回収工場見学		木村照夫	
	22		13	金	18	フレイル予防①		百木和 (摂南大学教授)	コーダイフェスタ発表準備
	23	11	20	金	19	フレイル予防②		百木 和	コーダイフェスタ発表準備
	24		26	木	⑤	⑤コーダイフェスタ (豊中市文化芸術センター) ファッションショー予定			
	25		4	金	20		自主企画講座		班別テーマ検討
	26	12	11	金	21	生前整理①	物・心の整理	後藤恵子	カラー登校④
	27		18	金	22	生前整理②	情報の整理とエンディング	後藤恵子	成果発表会内容検討
						冬 休 み			
3 学 期	28	1	15	金	23	リメイクの楽しみ方	伝統文化を現代に生かす方法	見寺貞子	カラー登校⑤
	29		22	金	⑥	⑥社会への参加活動			
	30		29	金	24	素敵に過す為の身体と姿勢作り②	素敵な人の姿勢作り	大谷恵子	成果発表会準備
	31	2	5	金	25	もっと素敵になるヘアメイク術	ツヤが決め手! 髪・頭皮のお手入れとスタイリング術	高木大輔	カラー登校⑥
	32		19	金	26	もっと素敵になるヘアメイク術	あの時を振り返る! ヘアメイクとファッションの流行の裏側	高木大輔	成果発表会資料まとめ
	33		26	金	27	学習成果発表会		見寺貞子	
	34				⑦	⑦修了式			
	35	3	5	金	⑧	⑧・⑨卒業旅行 (クラス単位で実施 1泊2日)			
	36		6	土	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)				
合 計					36				

20260328

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。