

59. 大人のお洒落な生き方を学ぶ科

【水曜日 授業予定表】講師: 山川アंक、見寺貞子、松田優ほか

				午 前			午 後			
回	月	日	曜日	講義数	テーマ	内 容	講師名	テーマ	内 容	
	4	8	水		●入 学 式 & オリエンテーション (中止、4月休講)					
	5				休 講(5月～7月)					
	6									
	7									
	8				夏 休 み					
2 学 期	1	2	水	1	おしゃれは心と体のビタミン剤	高齢社会をおしゃれに生きるシニアになろう	見寺貞子	自己紹介、年間学習・行事予定等の説明		
	2.3	9	水	2.3	なりたい自分になる	理想の私を描いてみよう	山川アंक	3、香りのエスプレ上手な香水の使い方	山川アंक	
	4	9	16	水	4	表情筋トレーニング①	笑顔で好感度アップ。外見だけでなく内面からも健康で美しく歳を重ねる	高橋志乃(美容家/フォトアーティスト)	クラスミーティング	
	5.6		23	水	5・6	お洒落は素敵な発声からボイストレーニング①	声はどこから? 姿勢と呼吸	株橋頼子(関西二期会会員)ピアノ松浦敦子	6、お洒落な人の姿勢と動き	大谷 恵子 多目的1
	7・8		30	水	7・8	シニアの足に合った靴の選び方	足型計測から自分の足型・特徴を知る/足型に合った靴の選び方とコーディネート	鈴木 徹(シューズデザイナー/芸術工学修士)	8、お洒落は素敵な発声からボイストレーニング②	株橋頼子(関西二期会会員)ピアノ松浦敦子
	9.10		7	水	9.10	もう気にならない体のニオイ対策	体臭、口臭、足臭についての知識と対策方法	山川アंक	10、お洒落の楽しみ方	松田優(神戸国際大学客員教授)
	11		14	水	11	シニアのおしゃれ学	いつまでもおしゃれに生きるヒントを学ぶ	見寺貞子	クラスミーティング	
	12・13	10	21	水	12	理想的な歩き方	シニアのおしゃれな歩き方のヒントを	鈴木 徹	社会への参加準備活動	日程変更可
	14・15		28	水	13.14	表情筋トレーニング②	お洒落は笑顔から	高橋志乃	14、お洒落は素敵な発声からボイストレーニング③	株橋頼子/ピアノ松浦敦子
	16		4	水	15	ユニバーサル社会をみんなで生きる	ユニバーサル社会を作る仕組みを考える	石崎 真紀子(兵庫医療大学講師・色彩指導者)	クラスミーティング	
	17		11	水	16	表情筋トレーニング③	健康増進でお洒落な生き方、笑うことでお洒落倍増	石間伏 勝弘(理学療法士/笑いヨガリーダー)	クラスミーティング	
	18		18	水	17	シニアのファッションカラー	ユニバーサルカラー 似合う色、おしゃれな色	石崎 真紀子	クラスミーティング	
	19・20		25	水	18.19	今すぐできる素敵アップ帽子術		山川アंक	19、コーデカフェ	松田優(神戸国際大学客員教授)
	21		2	水		●遠足				
	22		9	水	20	おしゃれは肌から～顔は心を写します～	肌・シミ・しわについて、頭皮ケア、紫外線対策	和泉智子(リクレーゼーションサロン経営者)	クラスミーティング	
	23	12	16	水	21	即効! マイナス10歳のリフトアップスキンケア	その場でリフトアップする スキンケアとマッサージ法	山川アंक	”	
	24		23	水	22	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	”	
						冬 休 み				
	3 学 期	25	1	13	水	23	お洒落な人の姿勢と動き②	体幹を整える	大谷恵子	クラスミーティング
26			20	水	24	コーデカフェ		山川アंक	クラスミーティング	
27			27	水	25	お洒落な人の姿勢と動き③	体型と姿勢維持のための運動	大谷恵子	クラスミーティング	なにわのみやホテル
28			3	水	26	高大から発信シニアのファッションショー	あなたがモデルのファッションショー	見寺貞子	”	(修了後の活動の場)
29			10	水	27	記憶を素敵に残そう! 写真写りを良くする方法	写真に美しく映るテクニック	山川アंक	”	
30			17	水	28	お洒落は健康から、痛みはリンパから	身体の構造、必要な栄養素、日常生活の考え方	和泉智子	”	
31			24	水	29	お洒落で健康イキイキ	免疫力アップの腸活! 免疫力と腸の関係	山川アंक	”	
32			3	水	30	人生をお洒落に生きる	いきいきと健康でお洒落な生活を	下野 譲(未来経営塾塾長)	”	
33			10	水		●社会への参加活動実践編				
34		3	18	木		● 修学旅行(日帰り)				
35		24	水	31	学 習 成 果 発 表 会					
36					修了式					
					授 業(コーデカフェ、成果発表会含む)	31			クラスミーティング	17
					学 習 事 業	5			●印は校外(教室不要)	
					合 計	36				

注) 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。

2020.5.20

2020.7.1

中止イベント(8)

1. 4月8日(水)の入学式
2. 5月18日(月)からの春の遠足
3. 9月23日(水)からの社会参加活動
4. 1月26日(火)からの社会参加活動
5. 10月2日(金)のコーデジョイフルゲームズ
6. 10月27日、11月2日の週の遠足
7. 11月25日のコーデフェスタ
8. 3月11日の週からの修学旅行(1日)

次の項目については上表記載日に拘らずいづれか都合の良い

午後割振ってください。

①. 社会への参加準備活動

②. 2回のコーデカフェ