

# 令和4年度 いこま寿大学学習一覧

## (1)一般教養学習

回	学習日	演 題	講 師	参加数
第1回	5/31 (火)	怒りのコントロール～怒りとうまく付き合うために～	心のサポート・ステーション 宮本 由記代さん	138名
第2回	7/16 (土)	ドイツ生まれの禅僧から見た日本	禅僧 ネルケ 無方さん	95名
第3回	9/3 (土)	笑い与健康	日本お笑い学会 矢野 宗宏さん	151名
第4回	10/18 (火)	老後の資金管理	日本FP協会奈良支部 ファイナンシャルプランナー	92名
第5回	1/18 (水)	命を守るゲートキーパー講座	帝塚山大学教授 神澤 創さん	58名

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため入場者数を制限し、各回とも事前申し込みとしました。

## (2)クラブ学習

学 部	クラブ名	学習日	学習内容	学習場所	指導者
第1学部 1. 2年	ハイキング10km	4/12 5/10 6/7 9/13 10/4 11/1 11/22	第1学部は、4回目まで事務局職員と共にコースを歩く。 第5回目以降は、学生が計画・実施。 第2学部は、学生が計画・実施。		第1回目～第4回目まで事務局
	ハイキング8km	4/19 5/17 6/14 9/20 11/15 12/6 10/18			
	ハイキング6km	4/26 5/24 6/21 9/28 9/13 10/11 11/15			
	園 芸	4/14 5/19 6/30 9/8 9/29 10/20 12/1	家庭園芸の基礎知識・庭木の特徴・庭の土壌改良の講義、寄せ植えの実習、水景園見学	たけまるホール ふろーらむ	長底章夫 天野孝之 生駒FAメイトの会
	民 謡	4/20 5/25 6/16 9/1 9/15 10/20 11/24	基本練習と合唱	たけまるホール	越智 鶯声
	書 道	4/28 5/26 6/23 9/1 9/22 10/13 11/10	基礎学習と楷書・行書・行書の練習	たけまるホール	吉田 蕙瑗
	手 芸	4/21 5/26 6/16 7/14 9/1 10/13 11/10	パンフラー	たけまるホール	奥田 洋子
	絵 画	4/22 5/20 6/17 9/2 9/30 10/14 11/4	基礎学習とデッサン・水彩画	芸術会館美楽来	乾 康江
	レ ク 体 操	5/6 5/27 6/24 9/2 9/30 10/21 11/11	基礎的な体操（音楽に合わせて）	南コミュニケーションセンターせせらぎ	林 未佐子 有岡 良子
	クッキング1年	5/7 6/8 7/13 9/14 10/1 11/2 12/7	料理の基本学習・調理実演・実習	たけまるホール	栄養士チーム美和 上田 床里 油崎 優子 神林 恵子 島田 聖子 川上 澄子 佃田 尚代
	クッキング2年	5/25 6/22 7/27 9/28 10/19 11/19 12/21	料理の基本学習・調理実演・実習	たけまるホール	
	コ ー ラ ス	5/13 6/17 7/15 9/2 9/30 10/21 11/4	発声練習・パート練習・合唱	たけまるホール	小林 慶子 小林 和美
	陶 芸	6/9 6/10 6/28 7/21 9/15 9/16 10/11	製作・素焼き・本焼きの基礎学習・動物の置物	たけまるホール	吉村 百恵 竹下 友佳子
	歴 史	5/12 6/16 7/7 9/15 9/28 10/13 10/27	地域の歴史学習	ふるさとミュージアム	今木 義法 俵 和馬 陸奥 賢 生駒観光ボランティア
健康体操	4/15 5/13 6/24 7/15 9/16 10/28 11/11	筋力・体幹トレーニング・ストレッチ体操	南コミュニケーションセンターせせらぎ	鍵田 忠芳 中尾 昭広	
第2学部 3・4年	ハイキング初心10km	4/5 5/6 6/29 9/6 10/4 11/22 12/6	第1学部は、4回目まで事務局職員と共にコースを歩く。 第5回目以降は、学生が計画・実施。 第2学部は、学生が計画・実施。		第1回目～第4回目まで事務局
	ハイキング初心8km	4/19 5/10 6/7 7/12 9/21 10/18 11/16			
	ハイキング初心6km (3年)	4/12 5/10 6/14 9/13 9/27 10/11 11/22			
	ハイキング自主10km (4年)	4/7 4/28 6/30 9/8 11/1 12/8 2/16			
	ハイキング自主8km	4/20 5/18 6/8 9/20 10/14 11/29 12/16			
	園 芸	4/14 5/19 6/30 9/8 9/29 10/20 12/1	家庭園芸の知識と応用・農薬の取り扱い・整枝剪定と増殖の講義、寄せ植えの実習、水景園見学	たけまるホール ふろーらむ	長底章夫 天野孝之 生駒FAメイトの会
	民 謡	4/20 5/25 6/16 9/1 9/15 10/20 11/17	基本練習と合唱	たけまるホール	越智 鶯声
	書 道	4/28 5/26 6/23 9/1 9/22 10/13 11/10	基礎学習と楷書・行書・行書の練習	たけまるホール	吉田 蕙瑗
	手 芸	4/21 5/26 6/16 7/14 9/1 10/13 11/10	パンフラーと編み物（小物・ベストなど）	たけまるホール	奥田 洋子 野崎 幸子
	絵 画	4/22 5/20 6/17 9/2 9/30 10/14 11/4	基礎学習とデッサン・水彩画	芸術会館美楽来	乾 康江
	レ ク 体 操	5/6 5/27 6/24 9/2 9/30 10/21 11/11	基礎的な体操（音楽に合わせて）	南コミュニケーションセンターせせらぎ	林 未佐子 有岡 良子
	クッキング3年A	5/7 6/8 7/13 9/14 10/1 11/2 12/7	料理の基本学習と実習	たけまるホール	栄養士チーム笑和 上田 床里 油崎 優子 神林 恵子 島田 聖子 川上 澄子 佃田 尚代
	クッキング3年B	5/25 6/22 7/27 9/28 10/19 11/19 12/21	料理の基本学習と実習	たけまるホール	
	第2学部 3・4年	クッキング4年	5/7 6/8 7/13 9/14 10/1 11/2 12/7	料理の基本学習と実習	たけまるホール
コ ー ラ ス	5/13 6/17 7/15 9/2 9/30 10/21 11/4	発声練習・パート練習・合唱	たけまるホール	小林 慶子 小林 和美	

	陶芸	6/9 9/15	6/10 9/16	6/28 10/11	7/21	製作・素焼き・本焼きの基礎学習・動物の置物	たけまるホール	吉村 百恵 竹下 友佳子
3年	歴史	5/12 9/28	6/16 10/13	7/7 10/27	9/15	地域の歴史学習	ふるさとミュージアム	今木 義法 俵 和馬 陸奥 賢 生駒観光ボランティア
3年	健康体操	4/15 9/16	5/13 10/28	6/24 11/11	7/15	筋力・体幹トレーニング・ストレッチ体操	南コミュニティセンターせせらぎ	鍵田 忠芳 中尾 昭広

### (3)実務講習会

講習名	開講日	時間	講習内容	場所	定員	参加数	担当課
介護保険を利用するには？	10/24 (月)	10:00～11:30	介護保険が必要になったときの手続き等について学ぶ	コミュニティセンター 402・403	20名	12名	介護保険課
介護予防講習会	6/6 (月)	10:00～11:30	高齢期を迎えても介護が必要とならないようにするためには	コミュニティセンター 402・403	40名	22名	地域包括ケア 推進課
認知症サポーター講習会	7/6 (水)	10:00～11:30	認知症についての正しい知識を習得する	コミュニティセンター 402・403	40名	12名	健康課
ヘルシー講座	7/11 (月) 10/14 (金)	9:30～11:30	高齢者に必要な栄養と料理を学ぶ	セラピーいこま 栄養指導室・調理室	各15名	12名 5名	
ひも1本で体をととのえる「ヒモトレ」講座	6/8 (水) 7/12 (火)	10:00～11:30	ヒモを体に巻くだけで、動きやすくなる体幹安定術。介護中にも、介護予防にも、腰痛などの改善	たけまるホール 研修室1・2	各20名	16名 15名	生涯学習課
消費生活講座	10/17 (月)	10:00～11:30	消費者トラブルに関することを学ぶ	コミュニティセンター 201・202	20名	7名	消費生活センター
家族を守る防災対策講座	7/27 (水)	13:30～15:00	自宅でできる防災対策と身近な物を使った防災グッズ作りを体験する	たけまるホール 研修室3	30名	12名	防災安全課
バランスボール体験講座	6/15 (水)	10:00～11:30 14:00～15:30	バランスボールを使った軽い運動体験	たけまるホール小ホール	各20名	11名 8名	生涯学習課
健康ヨガ体験	9/21 (水) 12/14 (水)	14:00～15:00 14:00～15:00	家庭で簡単にできるヨガを体験する	たけまるホール小ホール	各20名	10名 5名	生涯学習課
健康ストレッチ体操講座	9/9 (金)	10:00～11:30 13:30～15:00	健康を維持するためのストレッチ体操を学ぶ	たけまるホール小ホール	各12名	8名 10名	生涯学習課
簡単な運動で健康になろう！講座	10/25 (火)	10:00～11:30 13:30～15:00	家庭でできる体操と筋力トレーニングを学ぶ	たけまるホール小ホール	各20名	9名 4名	スポーツ振興課
セカンドライフプラン講座【※2回必修】	7/4 (月) 7/25 (月)	9:30～11:30	人生100年時代をどう生き切るか。第2回目は、「人生100年ライフノート」の描き方実践講座	コミュニティセンター 402・403	各20名	15名 15名	生涯学習課
知らなかったかも？生駒	10/3 (月)	14:00～15:30	大阪のベッドタウンといわれる生駒。深い歴史のあるまちであることや生駒の魅力を知ってもらう講座	コミュニティセンター 402・403	各40名	28名	商工観光課
地域で課題を解決！	6/8 (水)	14:00～15:30	地域課題や社会課題の解決を目的に、身近な場所でいろいろな取組を集約させる複合型コミュニティを知る	コミュニティセンター 402・403	各40名	13名	市民活動推進課
生駒の文化財	7/28 (木)	10:00～11:30	「生駒市文化財調査報告書」から生駒の文化財を学ぶ	ふるさとミュージアム	20名	18名	生涯学習課
障がいを知り、ともに生きる「あいサポーター」養成講座	7/21 (木)	13:30～15:00	障がいを理解し、配慮の仕方や支援の方法を学ぶ	コミュニティセンター 201・202	20名	7名	障がい福祉課
子育て支援ボランティア養成講座（講演）	5/25 (水)	9:30～11:30	寿大学実務講習会として、全6回講座の第1回目を受講 ※その場で養成講座（6回目まで）の申し込みも可能	コミュニティセンター 402・403	10名	5名	子育て支援 総合センター
本の修理ボランティア講座【2回必修】	10/4 (火) 10/11 (火)	14:00～15:30	学校図書館における本の修理ボランティアを養成する。講座終了後には、各学校で活動を行う。	図書館実習室	10名	9名 9名	図書館

### (4)その他の学習

行事	学習日		場 所	参加数
入学式	4/6(水)	1年生のみ	たけまるホール	71名
クラブ学習等説明会	4/6(水)	1年生・2年生クラブ長	たけまるホール	94名
スポーツ大会	10/6(木)	バタンク	市民体育館	206名
大演芸会	11/29(火)	大演芸会	たけまるホール	266名
学習発表会	11/30(水)	舞台発表	たけまるホール	123名
	12/3(土)～ 4(日)	作品・活動記録展示	芸術会館美楽来	299名
ボランティア入門講座	2/1(水)	1年生と未受講の2年生のみ	コミュニティセンター 402～404	80名
卒業式	3/2(木)	卒業生のみ	たけまるホール	96名