令和７年度摂津市いきいきカレッジ　ふれあいの里講座

☆オープンカレッジのお知らせ☆

いきいきカレッジの内容を体験できるチャンス！！

初めての試み！

内　容

（1）　一般教養科目（１０時３０分～１２時）
☆お好きな講座を計３回まで受講可

（2）　専　門　科　目（１３時～15時）
☆各科１回ずつ計３回まで受講可

募集人数　◆一般教養科目：各回５名程度　※内容により異なります
◆専　門　科　目：各科2～5名
※詳しくは裏面の「講座予定表」をチェック！！

受　付　受講希望される週の月曜１０時より！（窓口又はＴＥＬ）
※月曜が祝日の場合は翌火曜受付　☎072-653-1212（代表）

参加費　無　料　※資料代・材料費は実費負担です

ここに注目!!

「社会見学」に参加できます！！

今回のカレッジで一般教養科目を3回、専門科目を1回
12/5までに受講すると申し込み資格があります！
今年は京都方面！！お楽しみに～♪

※社会見学は別途参加費が必要です

内容は裏面をチェック！↪

令和７年度いきいきカレッジふれあいの里講座
＆　オープンカレッジ　講座内容

	10:30~12:00（一般教養科目）		定員	13:00~15:00（専門科目）		定員
8月22日	開　講　式					
8月29日 受付25日~	ふれあいの里内施設見学	ふれあいの里内にある他の2施設を見学！ どんな施設で、どんな事をしているのか 見て回りましょう♪	5名 程度	ものづくり科 体操科 パソスマ科	絵柄の転写シールでお皿づくり 健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど） 入力の基本・Windowsについて（パソコン）	5名 5名程度 3名
9月5日 受付1日~	『人付き合いが寿命を延ばす、みんなで元気に気張りましょう！』 レクリエーションコーディネーター　郡　眞由美 氏 みんなで楽しくグループワーク★様々なゲームに挑戦します！		5名	ものづくり科 体操科 パソスマ科	無地（色付き）の転写シールをカットし、模様をつけたお皿づくり 健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど）	5名 5名程度
9月12日	終 日 専 門 科 目			終 日 専 門 科 目		
9月19日 受付16日~	『生きるを伝える～今とこれから、幸せに生きるためにできること～』 オカリナ奏者　さくらい りょうこ 氏 難病や震災を乗り越えた体験からの深いメッセージとオカリナ演奏♪		5名 程度	ものづくり科 体操科 パソスマ科	健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど）	5名程度
9月26日	社 会 見 学		10名 程度	※一般教養科目3回・専門科目1回、計4回オープンカレッジに 参加された方、される方のみ社会見学への申込み資格があります！		
10月3日 受付29日~	『摂津市内の地域・地形・歴史』 ふるさと摂津案内人の会　宮田 鐵夫 氏 摂津市内の地域の事・ふれあいの里付近の歴史についてフィールドワーク！		5名 程度	ものづくり科 体操科 パソスマ科	健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど）	5名程度
10月10日	受付6日~　終 日 専 門 科 目			パソスマ科	スマホへ音楽コピー・デジカメからスマホへ写真取込み（パソコン＆スマホ）	5名
10月17日 受付14日~	『誤嚥性肺炎にならないための習慣』 言語聴覚士　小西 祥 氏 長生きはお口の健康から！楽しく学んでフレイル予防★		5名 程度	ものづくり科 体操科 パソスマ科	健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど）	5名程度
10月24日	受付20日~　終 日 専 門 科 目			ものづくり科	木工の技術を使ってネームプレートを作ろう！	2名
10月31日	『鍵盤ハーモニカで懐かしの歌コンサート』 鍵盤ハーモニカ奏者 祝谷 真帆 氏 ・ ピアニスト 名定 澄子 氏 "まほちゃんとすみちゃん"の鍵盤ハーモニカで懐かしの歌コンサート♪ 『体験しよう2days』とコラボのため 受付けは後日行います！		25名	ものづくり科 体操科 パソスマ科	バットのキーホルダー作り★　①13:00~／②13:30~ ③14:00~／④14:30~ 椅子に座ってちょこっとダンス＆肩こり・腰痛ストレッチ ◎詳細が決まり次第お知らせします！	各2名 5名程度
11月7日 受付4日~	『おおいに笑って　長寿と健康』 関西演芸協会　理事　若井 ぼん 氏 往年の名漫才師が笑って、笑って、楽しいひと時をお送りします！		5名 程度	ものづくり科 体操科 パソスマ科	健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど） LINEで年賀状作り（スマホ）	5名程度 5名程度
11月14日	終 日 専 門 科 目			終 日 専 門 科 目		
11月21日 受付17日~	『認知機能向上と運動』 関西大学人間健康学部　教授　弘原海 剛 氏 座ってできる！認知機能アップの運動プログラム・簡単な認知テスト！		5名 程度	ものづくり科 体操科 パソスマ科	健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど）	5名程度
11月28日 受付25日~	終 日 専 門 科 目 ものづくり科　木工の技術を使ってネームプレートを作ろう！		2名	終 日 専 門 科 目		
12月5日 受付1日~	『交通安全と防犯対策』 摂津警察署生活安全課・交通課 ／ 摂津市道路交通課 自転車シュミレーターや反射テストに挑戦・特殊詐欺についてのお話		5名 程度	ものづくり科 体操科 パソスマ科	健康にまつわるお話と健康体操（筋トレ・エアロ・ストレッチなど）	5名程度
12月12日	閉　講　式					

～社会見学について～

今回は京都方面へ！

- 立命館国際平和ミュージアム
- 島津製作所創業記念館　見学
- しょうざんリゾートでランチ♪
- おたべ本館でお土産も！

ぜひご参加ください！！

ぜひ皆さんとご一緒に楽しみましょう！

⊕島津製作所
創業記念資料館