

短期コース一覧

※講座の詳しい内容はホームページを参照ください



ヘルスコース① 認知症に負けない

主宰 高井 逸史 大阪経済大学人間科学部教授

2024年認知症基本法が成立されました。認知症になってしまって自分らしく生きることの重要性が明記されました。これからは誰もが認知症になります。今私たちができることは、認知症に対する最新の知識を身につけ、科学的な根拠に基づいた予防策を講じることです。経験豊富で臨床現場で活躍する講師が、認知症を分かりやすく丁寧に説明し、認知症予防の秘伝を皆さんにお伝えします！

思い立ったら吉日。ご一緒に認知症対策をしませんか！

開催日	講座内容	講師
5月17日(土)	認知症って？？ 知る・感じる・気付く	作業療法士 川西孝幸
5月24日(土)	認知症にならないために MCIと予防	作業療法士 川西孝幸
5月31日(土)	認知症に立ち向かう！ 善は急げ、今日から できる生活改善	理学療法士 井上健太郎
6月21日(土)	高齢ドライバー 100年時代	大阪経済大学 高井逸史
7月5日(土)	美味しく食べて脳も健康 認知症予防のための 食事術	管理栄養士 田貝 泉

講義時間：15時00分～16時30分

会場：関西大学堺キャンパス
大阪公立大学中百舌鳥キャンパス

定員
50名

受講料：6,000円

ヘルスコース② 未来介護塾

主宰 高井 逸史 大阪経済大学人間科学部教授

「まだまだ元気！」そう思っていても、人生100年時代、介護や終活は誰にでも訪れる可能性のあるテーマです。「いざ」という時に慌てないために、介護保険の賢い活用法、介護施設のリアルな費用、そして自分らしい終活の準備を、この講座で一緒に学びませんか？元気な今だからこそ、将来設計をすることで、よりアクティブに、安心して人生を謳歌できます。実際の介護施設見学で、具体的なイメージも掴めます。この講座で、不安を解消し、自分らしい未来をデザインしませんか？アクティブな今こそ、未来設計を始めましょう！

開催日	講座内容	講師
7月26日(土)	元気でいるための 介護保険のお話	理学療法士 井上健太郎
9月6日(土)	損したくない！ 介護保険を120%活用する！	株式会社 ケア・ライフ ハーモニー堺 施設長 上野禎実
9月27日(土)	結局いくらかかるの？ 介護施設の種類と費用を教 えます	
10月11日(土)	家族を養う！ 終活にまつわるお金の話	
10月25日(土)	百聞は一見にしかず！ 介護施設を見学します	

講義時間：15時00分～16時30分

会場：関西大学堺キャンパス
大阪公立大学中百舌鳥キャンパス

定員
50名

受講料：6,000円

ヘルスコース③自分らしいエンディング

主宰 高井 逸史 大阪経済大学人間科学部教授

終活と聞いて皆さんのどのようなイメージをしますか？自分らしく過ごすためには色々なことを整理する必要があります。人それぞれ考え方や整理することは違います。まず、自分自身の思いや考えを知ること。そして、整理するために必要な知識をお伝えしていきます。今回の講座を通じて、心が前向きになり、安心できる生活のヒントになればと思います。

開催日	講座内容	講師
11月1日(土)	最期まで自分らしく過ごす ためのポジティブヘルス	管理栄養士 田貝 泉
11月8日(土)	終活はなぜ必要？ エンディングノートの効果	南第一 地域包括 支援センター 徳永周平
12月13日(土)	準備していく項目を少し深 く知ってみようパート1	
12月20日(土)	準備していく項目を少し深 く知ってみようパート2	
1月10日(土)	準備していく項目を少し深 く知ってみようパート3	

講義時間：15時00分～16時30分

会場：関西大学堺キャンパス
受講料：6,000円

定員
50名

漕いで繋ぐ地域と歴史

～環濠跡でのカヌー体験イベントを企画する～

カヌーを漕いで水面に出れば、見慣れた景色が一変。地域や歴史の感じ方も変わってきます。本講座では、堺・環濠跡の魅力を“漕ぎ明かす”カヌー体験イベントを企画します。カヌー基礎知識を初め、現地調査、文献調査、企画、宣伝などの活動も含まれます。“漕ぐ”ことによって地域と歴史を繋ぐという新しい試み、是非一緒にチャレンジしましょう！



開催日	講座内容	講師
5月24日(土)	オリエンテーション カヌー、水上アクティビティの 基礎知識の学習	関西大学非常勤 講師 辰巳信平
5月31日(土)	フィールドとなる環濠跡の魅力の探 求と発表 他地域での水辺のアクティビティの調 査と発表	講師紹介 天文学者になるつもりで大学院まで進学 するが、カヌーに出会いドロップアウト。 I&I Paddlesを立ち上げ関西各地でカ ヌーサービス・レッスンを行う。2021年、 吉野川沿いに荒廃した民家を発見、開墾 に着手。雑草と竹に翻弄されながら遊べ る“野良庭”作りに奮闘している。
6月14日(土)	環濠跡カヌー体験のテーマ設定と企画 イベントに向けての準備計画	
6月28日(土)	イベント実施に向けての最 終調整	
11月中旬	イベント開催	

講義時間：18時30分～20時00分

会場：関西大学堺キャンパス
受講料：5,000円

定員
10名



短期コース一覧

※講座の詳しい内容はホームページを参照ください

創(つく)ラボ～企画を創り出そう～

主宰 松居 勇 大阪公立大学 ボランティア・市民活動センター V-station コーディネーター

「金曜夜のサマースクール。仕事帰りに、学校帰りに、大学に寄り道してみませんか？」ボランティア初心者向けのコースです。地域の活動に关心がある一方で、実際の参加に至っていない市民の参加を推奨します。このコースは、講義型ではなく、ゼミ形式で行います。受講生が対話を通して理解を深め合いながら、各自がどのように活動に取り組むのかアイデアを出し合い、プロジェクト案（企画書）を創出することをゴールにします。オンライン受講も可です（ただし2回目以降）。

開催日	講座内容	講師
8月1日(金)	地域社会とボランティアを考える	大阪公立大学 現代システム科学域 准教授 東根ちよ
8月8日(金)	お互いのことを知る やりたいことを話し合う	
8月22日(金)	イメージを膨らませる 実現方法を考える	コーディネーター 大阪公立大学 ボランティア 市民活動センター V-station 松居 勇
9月5日(金)	具体策をまとめ 計画を立てる	
9月19日(金)	ふりかえり/まとめ	

講義時間：19時00分～20時30分

会場：大阪公立大学中百舌鳥キャンパス

定員
10名

ボランティア・市民活動センター (B12棟2階)

受講料：6,000円

堺から熊野へ ～現代社会に「癒し」の文化を～

昨年（2024年）、世界文化遺産登録20周年を迎えた「紀伊山地の霊場と参詣道」ですが、それらのうちの熊野三山（本宮大社、那智大社、速玉大社）およびその参詣道である「熊野古道」は、いまも独特の雰囲気をもつ「癒し」の場となっています。熊野の現代的価値を読み解きつつ、一緒に旅してみませんか？

開催日	講座内容	講師
11月8日(土) ※A	熊野の魅力を再確認し、現代社会における「癒し」の文化を展望します。	
11月8日(土) ※B	熊野古道の世界文化遺産指定と南方熊楠の理念との関連について紹介します。	関西大学 人間健康学部 教授 安田忠典
11月15日(土)	「死出の旅路」とは何か？ 熊野比丘尼が伝えた「小栗判官物語」とは？	
11月29日(土)	「癒し」における「場」の力について紹介します。	

※11月8日Bは13時～14時30分の講座となります。

*4回の講座とは別に、12月上旬に1泊2日の熊野ツアー（安田がガイドします）を実施したいと考えています。（参加費別途）

詳細については講義中に説明させていただきます。こちらのツアーにもぜひご参加ください。

講義時間：10時00分～11時30分

会場：関西大学堺キャンパス

定員
50名

受講料：5,000円

ほめる達人コース

ほめる達人とは価値発見の達人のこと。この講座では、ほめる事の奥深さを探求し、感動の連鎖を生み出す方法を学びます。あなたの言葉が人々を幸せにし、自己成長と豊かな人間関係を築く「ほめる力」を身に着けましょう。

開催日	講座内容	講師
6月7日(土)	ほめる達人の定義する ほめるとは	
6月14日(土)	愛される人の言葉選び	日本ほめる 達人協会 認定講師 福永加代子
6月28日(土)	言葉のポジティブ変換	
7月12日(土)	言われてうれしい ほめ言葉	

講義時間：10時00分～11時30分

会場：関西大学堺キャンパス

定員
50名

受講料：5,000円

高齢者の心理学コース

高齢期は喪失の時期と考えられてきました。しかし、人生100年時代、高齢期や高齢者に対する見方は変わりつつあります。そこで、高齢社会における社会的課題を概観した後、生涯発達の観点から高齢期のこころの特徴について詳述し、高齢者およびご家族に対する心理支援についてみなさまと検討します。

開催日	講座内容	講師
8月2日(土)	高齢社会の現状と課題および生涯発達にみる高齢期	
8月30日(土)	高齢者の心理的特徴	関西大学 人間健康学部 教授 北村由美
9月13日(土)	高齢者の精神的特徴	
9月20日(土)	高齢者と家族の支援	

講義時間：10時00分～11時30分

会場：関西大学堺キャンパス

定員
50名

受講料：5,000円

年間コース・短期コースの受講生限定

特別講座 も開催します

※募集詳細が決まりましたら、チラシ等でご案内します。

1. 堺産業体験コース

体験予定日：～11月初旬

参 加 費：～17,000円予定（包丁代・事務費含む）

2. 堺学検定

試 験 日：～2026年1月17日(土)

受 験 料：～1,000円

誰でも参加できる公開講座も計画しております。

決まり次第ホームページ、チラシ等でご案内します。