

2025年度 茨木シニアカレッジ

1 地域活動体験コース						2 わがまち茨木と北摂の歴史・文化コース					
回数	日程	内容	講師	肩書	会場	回数	日程	内容	講師	肩書	会場
1	4/5 (土)	午前 開講式・オリエンテーション ※現代・スマホコースと合同			シニアプラザ いばらき	1	4/5 (土)	午後 開講式・オリエンテーション ※セカンドコースと合同			シニアプラザ いばらき
2	4/13 (日)	午後 コミュニケーショントレーニング 人とかかわり合う・うまく伝える	原田 茂樹	野外活動センター 元所長	中津コミュニ ティ センター	2	4/20 (日)	午後 コミュニケーション トレーニング	原田 茂樹	野外活動センター 元所長	シニアプラザ いばらき
3	4/20 (日)	午前 私の「居場所と出番」を探る(1) あなたの出番とは?	大北 規句雄	(株)HRC コンサルティング	シニアプラザ いばらき	3	5/11 (日)	午後 茨木の歴史・文化の全般	黒須 靖之	茨木市文化財資料館 館長	シニアプラザ いばらき
4	5/11 (日)	午前 社会福祉協議会の活動 ボランティア入門 初めての車いす	茨木市社会福祉協議会		現地	4	5/17 (土)	終日 茨木・高槻の古墳 (今城塚古墳と古代歴史館見学)	森田 克行	今城塚古代歴史館 前特別館長	今城塚古墳
5	5/25 (日)	午前 近くにあるイオンの社会活動を のぞいてみよう	イオンスタイル新茨木 店長		大池コミュニ ティ センター	5	6/15 (日)	午前 古墳巡り (新池埴輪工場跡から 太田茶臼山古墳)	茨木市観光協会・童子組		現地
6	6/4 (水)	午前 シニアの遊び場 コミュニティデイハウスとは?	コミュニティデイハウス オアシス平田		現地 ※2回に分けて	6	6/20 (金)	午前 茨木の危機管理 (災害に備えて) ※現代コースと合同	茨木市危機管理課		茨木市役所
7	6/11 (水)	午前 地域包括支援センターって何?	茨木市福祉総合相談課		シニアプラザ いばらき	7	7/6 (日)	午前 総持寺の歴史 (総持寺見学とその周辺)	西尾 一映	茨木市 公認観光ガイド	庄栄コメン ・ 現地
8	6/29 (日)	午前 茨木市の地域活動(自治会)は どうなっているの?	茨木市地域コミュニティ課 茨木市自治会連合会		シニアプラザ いばらき	8	8/3 (日)	午前 茨木市南部の水路の歴史	田中 健一	神安土地改良区 元職員	シニアプラザ いばらき
9	7/15 (火)	午前 こども食堂、ヤングケアラー とは何だろう ミニ・オープン講座	茨木市子ども政策課		シニアプラザ いばらき	9	9/14 (日)	午前 茨木南部の史跡巡り (文化財資料館見学と 東奈良遺跡周辺) ミニ・オープン講座	茨木市観光協会・童子組		現地
10	7/25 (金)	午前 シルバー人材センターで 何ができるの?	茨木市シルバー人材センター		現地	10	9/28 (日)	午前 茨木東部を巡る (茨木最古の延喜式内社)	川添 英一	茨木市文化財愛護会 理事	現地
11	9/17 (水)	午後 "ご老人"と呼ばせない 元気な高齢者達 今どきの老人クラブ	茨木市老人クラブ連合会		現地	11	10/12 (日)	終日 茨木城の歴史 (幻の茨木城と城下町跡)	豊田 裕章	国際日本文化研究センター 客員教授	ローズワム ・ 現地
12	10/8 (水)	午後 小学校の放課後教室の ボランティアを知ろう	茨木市教育委員会 社会教育振興課		現地	12	10/26 (日)	終日 西国街道を歩く (参勤交代で使われた道と 郡山古戦跡)	石田 道仁	茨木市 公認観光ガイド	現地 (耳原公民館)
13	10/26 (日)	午前 NPO法人茨木シニアカレッジの 事業はいろいろあるよ	NPO法人茨木シニアカレッジ		シニアプラザ いばらき	13	11/2 (日)	午前 隠れキリシタン遺物	西尾 一映	茨木市 公認観光ガイド	シニアプラザ いばらき
14	11/6 (木)	午前 ナルクの気になる 「時間預託制度」とは?	ナルク茨木・摂津拠点		シニアプラザ いばらき	14	11/9 (日)	終日 茨木北部の史跡巡り (將軍塚古墳と安威古墳群を巡る)	茨木市観光協会・童子組		現地 (安威公民館)
15	11/16 (日)	午前 市民活動センターって何?	茨木市市民活動センター		おにクル またはプラザ	15	11/19 (水)	午前 安威川ダムと北部の自然 (安威川ダムと大門寺・地福寺見学)	安威川ダム事務所		現地
16	11/30 (日)	午前 頑張っている地域コースの 先輩に学ぶ地域活動	地域コース出身者		シニアプラザ いばらき	16	12/3 (水)	終日 隠れキリシタンの里探求 (キリシタン遺物史料館 ～竜王山・高雲寺)	茨木市観光協会・童子組		現地
17	12/14 (日)	午前 私の「居場所と出番」を探る(2) やってみよう!あなたの出番	大北 規句雄	(株)HRC コンサルティング	シニアプラザ いばらき	17	1/25 (日)	午前 江戸時代の庶民の旅 アラカルト	田中 裕三	茨木市文化財愛護会 理事	シニアプラザ いばらき
18	1/18 (日)	午前 振り返り・これからの活動発表			シニアプラザ いばらき	18	2/8 (日)	午前 振り返り			シニアプラザ いばらき
19	2/15 (日)	午後 閉講式 ※現代・スマホコースと合同			シニアプラザ いばらき	19	2/15 (日)	午前 閉講式 ※セカンドコースと合同			シニアプラザ いばらき

- 各コース共、原則として主会場は「シニアプラザいばらき」で開催します。
- ミニオープン講座は、受講コース以外のコースで受講可能な講座です。(希望多数の場合抽選となります。)
- 開講式・閉講式は合同で実施します。

3 激動の現代社会を学ぶコース						4 輝くセカンドライフを楽しむコース					
回数	日程	内容	講師	肩書	会場	回数	日程	内容	講師	肩書	会場
1	4/5 (土)	午前 開講式・オリエンテーション ※地域、スマホコースと合同			シニアプラザ いばらき	1	4/5 (土)	午後 開講式・オリエンテーション ※茨木コースと合同			シニアプラザ いばらき
2	4/27 (日)	午後 日本人はどこから来たか	難波 正司	香寺シルクロード館館長	シニアプラザ いばらき	2	4/20 (日)	午前 コミュニケーションを楽しむ① ～見て聞いて話して気づいて感じて考えて～	桑原 博美	NPO法人 Peer Do 副理事長	シニアプラザ いばらき
3	5/11 (日)	午前 社会を支えるエレクトロニクス	戸井 孝則	(株)村田製作所	シニアプラザ いばらき	3	4/27 (日)	午前 コミュニケーションを楽しむ② ～Yes & でつながらう～	桑原 博美	NPO法人 Peer Do 副理事長	シニアプラザ いばらき
4	5/26 (月)の週	終日 自衛隊見学			現地	4	5/18 (日)	午後 文楽の音楽世界「義太夫」入門	豊竹呂秀・豊竹呂響 豊竹呂萬・鶴澤駒清		シニアプラザ いばらき
5	6/15 (日)	午前 社会の中の心理学	春日 彩花	立命館大学総合心理学部 助教	シニアプラザ いばらき	5	5/25 (日)	午前 街道を歩く話	三好 惇二	NPO法人全国山村留学協会 会員	シニアプラザ いばらき
6	6/20 (金)	午前 茨木の危機管理(災害に備えて) ※茨木コースと合同		茨木市危機管理課	茨木市役所	6	6/15 (日)	午後 口腔ケアは健康の源	永井 るみこ	梅花女子大学 教授	シニアプラザ いばらき
7	7/1 (火)の週	午前 わがまちを知ろう!		茨木市まち魅力発信課	茨木市役所 またはプラザ	7	7/12 (土)	午後 消費生活センターと私たちの暮らし	廣田 耕一郎	茨木市 市民生活相談課	シニアプラザ いばらき
8	7/14 (月)の週	午前 これからの茨木を考えよう! (グループ作業)		茨木市政策企画課	茨木市役所 またはプラザ	8	7/27 (日)	午前 高齢者の栄養～健康のための食事について～	高木 洋子	梅花女子大学 教授	シニアプラザ いばらき
9	9/11 (木)	午前 認知症は予防できる	齊藤 聡	国立循環器病研究センター 医師	シニアプラザ いばらき	9	9/7 (日)	午前 すっきりイキイキ暮らす 若返り整理術	細谷 紀子	片付けコンサルタント	シニアプラザ いばらき
10	9/28 (日)	午前 国際理解について (世界を知って、考えて、行動しよう!)		JICA関西	シニアプラザ いばらき	10	9/21 (日)	午前 ミュージカルソングと音楽の世界 <small>ミニ・オープン講座</small>	齊藤 舞歌	関西フルートオーケストラ コンサートマスター	シニアプラザ いばらき
11	10/5 (日)	午前 これからのアメリカ事情	佐藤 伸行	追手門学院大学 教授	シニアプラザ いばらき	11	10/5 (日)	終日 大阪の歴史に触れよう		大阪歴史博物館・大阪城公園見学	現地
12	10/26 (日)	午後 台湾と中国をめぐるアジア情勢 <small>ミニ・オープン講座</small>	近藤 伸二	ジャーナリスト 関西学院大学非常勤講師	シニアプラザ いばらき	12	10/26 (日)	午前 絵手紙を描こう	岡村 隆久	画家	シニアプラザ いばらき
13	11/9 (日)	午後 外国人から見た日本		外国人留学生	シニアプラザ いばらき	13	11/12 (水)	午後 学び合い・支え合い・育ち合い	三川 俊樹	追手門学院大学 教授	追手門学院大学
14	12/1 (月)の週	午前 宅急便のしくみ		ヤマト関西ゲートウェイ	現地	14	11/30 (日)	午前 認知症になる前に準備すること! 認知症と言われたら?	福岡 裕行	訪問看護ステーションふるる 管理者	シニアプラザ いばらき
15	12/14 (日)	午前 国際経済と私たちの暮らし <small>ミニ・オープン講座</small>	村上 亨	追手門学院大学 教授	シニアプラザ いばらき	15	12/7 (日)	午後 介護保険サービスについて		茨木市長寿介護課	シニアプラザ いばらき
16	1/5 (月)の週	午前 地球温暖化と最近の異常気象		大阪管区気象台	シニアプラザ いばらき	16	12/21 (日)	午前 フレイル予防 健康寿命を延ばしましょう!		NPO法人元気いばらき体操普及会	シニアプラザ いばらき
17	1/25 (日)	午後 ヨーロッパの現状	藤好 陽太郎	追手門学院大学 教授	シニアプラザ いばらき	17	1/18 (日)	午前 遺言・遺産問題・相続 ～エンディングノート～	橋本 多恵美	税理士法人TACT 代表	シニアプラザ いばらき
18	2/2 (月)の週	終日 大阪取引所及び大阪地方裁判所見学			現地	18	2/1 (日)	午前 振り返り			シニアプラザ いばらき
19	2/15 (日)	午後 閉講式 ※地域・スマホコースと合同			シニアプラザ いばらき	19	2/15 (日)	午前 閉講式 ※茨木コースと合同			シニアプラザ いばらき

- 各コース共に、1年間で10回以上(開講式・閉講式を除く)の出席者には、修了証書を授与します。
- カリキュラムに記載した日程、会場は変更する場合があります。
- 修了後も、関連団体でのボランティア活動や、引き続き仲間づくりのために、茨木シニアカレッジ同窓会「楽悠くらぶ」などの自主活動をしてください。

5 スマホを活用しよう！コース

回数	日程	内容	講師	肩書	会場
1	4/5 (土)	午前 開講式・オリエンテーション1	※地域・現代コースと合同		シニアプラザ いばらき
2	4/26 (土)	午前 オリエンテーション2 &Wi-Fi接続の練習	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
3	5/10 (土)	午前 スマホの基本操作はできるかな？ ユーチューブを使って練習	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
4	5/24 (土)	午前 ラインの基本操作はこれ	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
5	6/7 (土)	午前 ラインを今まで以上に 活用しよう	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
6	6/21 (土)	午前 インターネットで調べもの (ネット検索)	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
7	7/5 (土)	午前 ネット社会に潜む危険に備える <small>ミニ・オープン講座</small>	茨木市 消費生活センター		おにクル またはプラザ
8	7/19 (土)	午前 カメラ撮影、編集、写真の保存を マスターする	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
9	8/2 (土)	午前 前半の振り返り&質問点相談会	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
10	9/6 (土)	午前 いろいろなアプリの紹介	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
11	9/20 (土)	午前 自分のスマホにないアプリは こうやって入れる	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
12	10/3 (金)	午前 災害時のICT活用術	茨木市危機管理課		おにクル またはプラザ
13	10/25 (土)	午前 マップ(地図)を生活の中で 活用する	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
14	11/8 (土)	午前 販売店に聞く	ドコモショップ		シニアプラザ いばらき
15	11/22 (土)	午前 ラインやZOOMで家族と繋がる	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
16	12/20 (土)	午前 まだまだこんなアプリもある	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
17	1/10 (土)	午前 地図や時刻検索を活用し 楽しい旅を計画する	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
18	2/7 (土)	午前 後半の振り返り&質問点相談会	茨木シニア ICTアソシエーション		シニアプラザ いばらき
19	2/15 (日)	午後 閉講式 ※地域・現代コースと合同			シニアプラザ いばらき

受講生の声と 受講風景



地域活動体験コース 15名

今後この講座の体験が現実になる日が必ずあると思う。大変良かった。(「ボランティア入門 初めての車いす」講座)



わがまち茨木と北摂の歴史・文化コース 40名

地元の歴史を学ぶことに意義があると気づいた。(「古墳巡り(新池埴輪工場跡から太田茶臼山古墳)」講座)



激動の現代社会を学ぶコース 30名

台湾の現政権に関する情報、中国との関係等詳しい説明で良く分かった。(「台湾と中国をめぐるアジア情勢」講座)



輝くセカンドライフを楽しむコース 30名

パンフにはない説明やエピソード、情報をいっぱい聞きとても楽しかった。(「大阪の歴史に触れよう」講座)



スマホを活用しよう！コース 20名

非常に参考になった。使い方次第で有効な道具になると思った。(「いろいろなアプリの紹介」講座)

