

学び遊ぶ。
役立つ知識と、
楽しい体験!

申込み受付中!!

令和5年度 公開講座

受講料
無料

<https://www.higashiosaka.ac.jp/>

東大阪大学・東大阪大学短期大学部

9月

17日
日曜日

11:00~12:30
教室 当日掲示予定

楽ちん運動でアンチエイジング -更年期以降もいきいきと-

満員
キャンセル
待ち

出産や閉経を機に子宮や膀胱などを支えている骨盤底筋群が弱体化するため、尿漏れなどのトラブルを抱える女性が多くなります。本講座では骨盤底筋の指標として股関節内転筋力の測定を行いますので、自分の骨盤底筋を評価してみましょう。また、簡単な運動を紹介しますので、一緒に加齢に負けないカラダづくりをしましょう。

定員・20人 ▶実践保育学科・松永須美子

9月

17日
日曜日

13:30~15:00
教室 832

防災の豆知識

発生のXデーが近づいていると言われている「南海トラフ地震」。あなたは、「いざという時の備え」は出来ていますか? 防災に対する「心構え」や「予備知識」があれば、少しでも減災できる可能性があります。災害時、簡単にできる「バッククッキング」の説明をします。

定員・40人 対象:高校生以上(40歳以上歓迎です) ▶実践食物学科・松井欣也

11月

11日
土曜日

10:00~12:00
教室 8号館1階
製菓実習室 815

「季節のフルーツタルト」を作っちゃおう!

季節のフルーツをたっぷりを使用した秋らしいタルトを作ります。洋菓子の基本である生地とクリームを学び、作ったタルトはお持ち帰りいただけます。エプロンと三角巾をご持参ください。包丁を使用しますので丈夫な靴でお越しください。サンダル、ヒール、スリッパは不可。上履きは不要です。

定員・32人 対象:高校生以上、お子様同伴不可 ▶実践食物学科・岡本貴司

満員
キャンセル
待ち

グループでの申し込みは2名まで※1テーブル4名での作業となりますがグループの希望不可

12月

23日
土曜日

13:30~15:00
教室 832

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは何か特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に「応援者」として気遣いをする存在です。この講座に参加して、介護のこと、福祉のこと、地域での暮らしについて、お話ししましょう。初めて受講されるかたはもちろんですが、既に受講済のかたも、福祉に関心にある高校生も是非お越しください。サポーターグッズをご用意して、お待ちしております。

定員・30人 ▶石鍋浩・傘郁子・馬込武志・野口代・伊藤美加子・砂田貴彦・山田克宏(国際介護福祉学研究センター)

12月

23日
土曜日

10:00~11:30
教室 当日掲示予定

こどもと英語

赤ちゃんから大人の方まで大歓迎!身近にある英語表現に触れ、楽しく学んでみませんか? 簡単なゲームや歌、絵本を紹介します。「英語なんて大嫌い!」そんな私の実体験や英語学習法についても紹介したいと思っています。ぜひ、一緒に楽しみながら英語を学んでみましょう。(小学生以下のお子様に参加される場合は、保護者の方のご同伴をお勧めいたします)

定員・30人 ▶こども学科・中西千奈都

受講方法など詳しくは裏面をご確認ください▼

令和5年度 **公開講座**のお申込み
東大阪大学・東大阪大学短期大学部 <https://www.higashiosaka.ac.jp/>

ファックスまたは本学ホームページ公開講座受付サイトからお申込みください。

FAX

以下の項目を明記のうえファックスをお送りください。

▶ファックス番号 06-6782-2896

お名前(ふりがな)

ご住所

お電話番号(日中にご連絡がとれるお電話番号)

FAX番号

参加希望の講座にチェックを入れてください(複数可)

楽ちん運動でアンチエイジング-更年期以降もいきいきと-

満員 キャンセル待ち

防災の豆知識

「季節のフルーツタルト」を作しましょう!

満員 キャンセル待ち

認知症サポーター養成講座

こどもと英語

WEB

https://www.higashiosaka.ac.jp/open_lecture/

本学ホームページ公開講座受付サイトにてお名前(ふりがな)、ご住所、お電話番号(携帯電話)、FAX番号、参加希望の講座名(複数可)を入力の上お申込みください。

パソコンメールからの受信設定をお願いいたします。(@higashiosaka.ac.jp)



受付中/定員になりしだい締切

公開講座に関するお問い合わせ先

東大阪大学・東大阪大学短期大学部 公開講座係

〒577-8567大阪府東大阪市西堤学園町3丁目1-1

●TEL : 06-6782-2824 ●FAX : 06-6782-2896

●Eメール : kokai@higashiosaka.ac.jp



最新情報・詳細は

WEBでご確認ください!

<https://www.higashiosaka.ac.jp/>

窓口受付時間

月～金曜日 9:00～16:00 ※土日祝日は受付業務を行っていません。