



第13期 卒業（修了）される皆様へ！

*ご挨拶

～学びの喜びを糧に、新たな人生の彩りを！～

木々の芽吹きにふと春の訪れを感じる季節となりました。晴れて卒業（修了）の日を迎えられる皆様、誠におめでとうございます。



1年前の4月、期待と少しの緊張を胸に入学式に臨まれた皆様は、福祉、芸術、歴史文学、探訪、生活総合と分野は違えど、年度制講座、短期講座、懐徳堂記念会協力講座、オンライン講座の中で、熱心に学ばれ、「学ぶ喜び」「仲間との出会い」と「笑顔」に満ちた様子を日々見てとれました。

又、年度制講座の年2回の校外学習、立命館大学の桜井 良准教授による「大学提携授業」、そして何より受講生が主体となって運営された「ふれあい交流祭」での皆様の突破力には、目を見張るものがありました。学科や年齢の垣根を越えて育まれた「絆」は、これからの人生を豊かにしてくれる宝物となるでしょう。

～「学び」を「絆」へ、そして「社会」へ！～

ONCCは今年度「設立13周年記念事業」を無事に執り行うことができましたのも、ひとえに受講生お一人おひとりの温かいご理解とご協力があったからこそと、深く感謝しています。

ONCCの目的である「仲間づくり」「社会貢献」とは、ここでの学びで得た知恵や活力を、今度は地域や社会へと還元していくことです。現在、1000名余りの受講生が在籍され、来年度の募集も大変順調に進んでいるのも、皆様が仲間と共に「学び、活動するシニア」として、地域社会に生き生きとした光を放ってくださっている証に他なりません。

受講生の平均年齢は74歳ですが、強く感じるのは、私たちは「支えられる側」である以上に、経験という知恵を携えた「社会を支える側」であり続けたいということです。当校で福祉の心、歴史の教訓、生活の知恵等を学ばれた皆様は、これからのより良い地域社会を作る力となられることでしょう。

最後になりますが、皆様のこれからの旅路が、素晴らしい仲間恵まれ、喜びと貢献に満ちたものとなりますよう心よりお祈り申し上げます。

1年間、共に学んでくださり、本当にありがとうございました。【文：共同代表理事 秋江礼子】

*理事長退任から七ヶ月を経過して

～温故知新の学びを共に～

昨年6月に理事長を退任してから、早いもので七ヶ月が過ぎようとしております。在任中は全ての行事や事業に奔走する日々でしたが、現在は一歩引いた視点で皆様の生き生きとした学びの姿を拝見できることに大きな喜びを感じております。

さて、最近の連続テレビ小説で描かれた小泉八雲の生涯に触れ、改めて「温故知新」の尊さを想いました。先人が築いた歴史や教養を敬い、大切に見つめ直す。その中から現代に生きる新たな知恵を得ることこそ、生涯学習の醍醐味ではないでしょうか。

受講生の皆様におかれましても、当カレッジでの学びを通じて、古き良きものを慈しみ、それを未来へ繋げる創造的な時間を過ごしていただきたいと願っております。

歴史を重んじ、そこから新しい自分を見つけ出すプロセスは、人生をより豊かに彩ってくれるはずです。

私も引き続き一理事として、皆様と共に学び、歩んでまいり所存です。新体制となった当カレッジへの変わらぬご支援をお願い申し上げますとともに、皆様のさらなる研鑽とご多幸を心より祈念いたします。【文：会長（前理事長） 猪谷義弘】

*2025年度主要行事報告

<設立13周年記念 式典と講演・音楽の集い> (12月8日 吹田メイシアターにて開催)

《第1部 式典》吹田市長、豊中市市長、大阪府福祉部高齢介護室長、ONCC 役員 OB 代表をはじめ、各自治体の首長様方からも多数の祝電をいただきましたこと、この場を借りて厚く御礼申し上げます。

《第2部 講演》NPO 法人 健康笑い塾の中井宏次先生をお招きし、「健康と笑い～人生百年時代 楽しく・おもしろく～」

をテーマにご講演いただきました。高齢期の生き方へのヒントが散りばめられたお話はユーモアにあふれ、会場は終始笑いの渦に包まれました。

《第3部 音楽の集い》大阪音楽大学講師のテノール歌手・清原邦仁先生と、ピアノ伴奏・岩本実姫先生による「歌を歌う時、あるテノール歌手の場合」～声楽の歴史などなど～を開催いたしました。オペラの分かり易い解説と共に、素晴らしい歌声で10曲を披露していただき、その世界観に魅了されました。最後には会場全体で「ふるさと」を合唱し、清原先生も皆様の歌声に深く感動されていました。

これまでの歩みを支えてくださった皆様のおかげで、設立13周年を迎えることができました。

心より感謝申し上げます。【文：共同代表理事 高橋香代子】

<第10回 ONCC ふれあい交流祭> (11月18日 吹田メイシアターにて開催)

展示室、ロビーでのゲームや交流コーナーでは、笑顔や会話があふれ、初めて参加された方も気軽に楽しめる雰囲気生まれていました。受講生同士の工夫と心配りが、交流祭の魅力さをさらに高めていたと感じています。

舞台では各学科やクラブが日ごろの成果を存分に発揮され、見る人、演じる人が一体となって盛り上がる素晴らしい発表でした。

今回の交流祭で生まれたつながりや達成感が、今後の学びやクラブ活動への新たな意欲につながることを期待しています。受講生の皆様の前向きな姿勢とご協力に心から感謝しています。【文：講座運営部 理事 立岡 武】

～ 1年間の講座を終えて！ ～

* QRコードをカメラで読み取って、各学科の活動状況をご覧ください。



アクティブシニアをめざす (大阪府シルバーアドバイザー養成講座) 豊中教室 ～ ぶつとばせ高齢 ～ 【担当CA： 笹部美根子、河野八恵】



4月から始まった最初の講義で講師の新崎先生より、意義あるボランティア活動の実例を聞き、またサミュエル・ウルマンの「青春とは心の若さ」という話を聞き、ポジティブな気持ちの喚起を感じました。以来、福祉に関することの多くを学びました。

視覚や聴覚の障がい者の状況、いのちの電話、点字の実習、インクルーシブ（物事の全体を包み込む）、など諸々の理解を深めました。多面的な学習により、多様なアプローチがあることを知りえました。

また実践的な「くるま椅子体験」では、同じ目線でものを見る必要性も体感しました。クラス活動の面では、ふれあい交流祭で「手話で歌う」ことが出来、皆で何かをやり遂げた連帯感が持てましたし、秋の校外学習では川西での自然散策を楽しみました。

全体として多くのことを学びましたが、理解不十分なものもあります。でも今後、アクティブシニアとして地域に根ざしたボランティア活動の重要性を感じる事が出来た価値ある講座でした。【文：受講生 京極 実】



北雲雀丘さすきの森

外国文化を楽しむ 豊中教室 ～ 知らなかったあんなことこんなこと ～ 【担当CA： 高山アケミ、際 陽子】



“外国文化を楽しむ”講座は今年で3年目です。

3年連続で受講されている方が何人もおられます。それはこの講座が楽しいからだと思います。

いろんな国の文化や習慣について話を聞いて理解と関心を深めました。民族衣装を着せてもらって写真を撮った人もいました。

特に今年は大阪・関西万博で説明員をされていた方や、その国のナショナルデーで伝統的な楽器を演奏された外国人の方も講師で来て、パフォーマンスも披露してもらえました。

講座は全て日本語です。日本語が少したどたどしい方もおられましたが、それはそれで良かったと思います。

また班活動においては万博に行った班もありました。食文化の調査を名目に何回も食べ歩きをした班もありました。

今年度は20ヶ国の人から話が聞けました。20人もの講師をアテンドして頂いたCAさんに感謝です。

1年間楽しく、色々な国のことを学ばせていただきました。ありがとうございました！ 【文：受講生 浅川忠邦】



ブルキナファソってどこ？

楽しい水彩・パステル 高槻教室

～ 技法を学び楽しく描こう ～ 【担当CA：金佐直、岸本佳奈子】



私は「楽しい水彩・パステル」講座を3年連続で受講し、土方先生より水彩画の基本を教えていただいたことに心から感謝しております。

まだまだ未熟ですが、最近水彩画を続けて良かったと思う出来事がありました。

11月末に故郷の高知県の兄の家を訪問した折、ここ3年間に描いた約30点の絵を持参して初めて兄夫婦に見てもらいました。これまで水彩画を習っていることは伝えてありましたが作品を見せたのは初めてです。

兄夫婦はじっくり私の作品を見てくれた後で、「額に入れて壁に掛けておくから作品がほしい！」と言ってくれ、私は喜んで兄夫婦が選んだ2作品を譲りました。

兄はかつて陶芸教室や水彩画教室に通い創作活動をしていましたが、今は病氣療養中で、ずっと家に閉じこもっている生活です。私は何とか兄にまた創作意欲を持ってほしくて、敢えて今回拙い作品を見てもらったのが私の意図でした。今後、更に水彩画のスキルアップに意欲が湧くうれしい体験でした。

今年度に習得した特に印象的なポイントは ①絵は楽しんで描く ②目で見ているモチーフはあくまで参考で構図は自分で考えて描く ③自分がどんな絵を描きたいかを明確にして描くということです。

今後も自分らしい絵を描き続けようと思います。 【文：受講生 市川徳将】

笑顔はじけるボイストレーニング 池田教室

～ ちょっとすてきな声づくり ～ 【担当CA：林純二、加藤あけみ】



近年、私は声が出にくくなったり、はたまた咳き込むことが増えたりと、喉のトラブルに悩まされています。そんな折、家族から喉を使う声を出す「ボイストレーニングに行ってみたら」と勧められたのが、当講座に通うきっかけでした。

日々の教室では、毎回「呼吸法」「発声法」「早口言葉」「歌唱法のコツ」など講師の澤先生から、丁寧で、的確で、手際のよい指導をしていただいたおかげで、何とか腹式呼吸を意識しながら少しずつ声が出せるようになり、喉の調子を整えるだけでなく、歌もより身近に感じる事ができて嬉しかったです。

特に、ONCCのメインイベントである「ふれあい交流祭」では、半年間かけて43名の仲間とともに積み重ねてきた練習の成果を大きな舞台上で発表できたことはとても新鮮で、何より達成感を感じられた貴重な体験でした。

また、CAさんのサポートは、講師と受講生をつなぐクラスの潤滑油、大切な役割を担っていると感じました。 【文：受講生 三浦 繁】



激動の幕末を読み解く 茨木教室

～ 激闘と変革からの記録 ～ 【担当CA：西山 薫、西山のりみ】



この講座は、教室での中村先生の講義と、先生同行の現地探訪が5回行われる構成となっています。毎回の講義では、中村先生の熱意あふれる説明によって、史実が明確に私たち受講生に伝わります。特に楽しみにしている現地探訪では、熱心な解説が随所で行われ、私をはじめ他の受講生の皆さんも十分に満足されている様子です。

自主企画の校外学習も2回あり、緒方洪庵の適塾や万博記念公園内の民族博物館を見学しました。さらに、ふれあい交流祭では「歴史クイズ」を実施し、参加者の方々にも楽しんで頂けました。

これらの行事は、準備や運営に尽力して下さったの方々のおかげでスムーズに進行しました。しかし、今後、献身的に役割を果たして下さる方々の協力が不足すると、講義や探訪以外のカリキュラムの運営が難しくなるのではないかと懸念しています。

最後になりますが、この講座の運営をサポートして下さった CA さんお二人にお礼申し上げます。 【文：受講生 H (匿名希望)】



北摂の歴史ロマンを愉しむ 高槻教室

～ うわぁ 北摂にそんな歴史が!? ～ 【担当CA：杉谷茂治、潮崎正秀】



「地元北摂にこんなに沢山の歴史遺産があったのか！」と強く感じる講座です。古代から近世まで各講師の先生方の丁寧で分かりやすい講義の連続で毎回楽しく参加しています。

北摂には数多くの歴史ミュージアムがあります。授業では、安満遺跡、今城塚古代歴史館、新池八二ワ工場、高槻しろあと歴史館、茨木キリシタン遺物史料館、島本歴史文化資料館、豊中伝統芸能館を訪れました。いずれの施設でも、歴史遺産に

誇りを持って大切にされている思いがよく伝わってきました。

私は豊中市に 60 年以上住んでいますが、地元の桜塚古墳群から立派な甲冑の副葬品が出土していたことを初めて知りました。また、淀川が中世から重要な水運の要であったこと、北摂の戦国時代の人間関係の複雑さなど、興味はつきません。

今回から新設された講座ですが、CAさんの適切で、親切な運営と受講生皆さんのチーム力のおかげで、まさしく「共に学ぶ喜び」を実感できる楽しいクラスです。

【文：受講生 藤澤繁男】



今城塚古墳

楽しいアウトドアスポーツ3 現地

～ わくわくドキドキ仲間とエンジョイ！ ～
【担当CA：野田則子、立岡 武、村田忠博】



前は座学中心の講座だったので、今回は体を使うアウトドアスポーツに参加しました。4 班に分かれた受講生 38 名中、私の予想に反し女性が何と 7 割で男子はわずかに 10 名の構成。

夏は新緑、秋は紅葉などを味わうハイキング。海でのヨット、カッター漕ぎや保津川でのラフティング。フワッと浮かぶパラグライダーなど陸海空が舞台でした。



それにアウトドアクッキングや泊まりがけのキャンプファイヤー、体力を考慮したスポーツなど歳を忘れる活動と盛りだくさんの楽しいカリキュラムでした。

受講生はアクティブで講座が終われば、お酒が入った交流が時々ありクラスの絆が増えました。

泊まりのカリキュラムは拘束時間が長く疲れました。1 回でも良いのでは!?

最後に 3 名の CA さんは準備から当日の段取り等気を配って頂き、おかげさまで安全に楽しく活動できました。ありがとうございました。 【文：受講生 向仲純治】

わが身を守る発酵・楽しむ醸造 豊中教室

～ ワンランクアップの食卓を ～ 【担当CA：中野保子、西口 智】



受講生 26 名が 3 班に分かれ、活動しています。

内容は発酵と醸造に分かれます。発酵はメーカや料理の専門家による講義と料理実習、京都の漬物屋見学等があります。醸造はビール会社、酒造・焼酎メーカの講師による講義と試飲。酒蔵やワイン工場への試飲を含む工場見学や、ビール工場への校外学習もあります。試飲は結構いいですよ。

私事ですが、この 1 年の受講がきっかけとなり、漬物とヨーグルトが自家製に代わりました。漬物もヨーグルトも結構おいしいので続いています。実習で作ったお味噌は今も熟成中です。

1 年前には想像できなかったですが、おかげで食生活が少し豊かになりました。

受講生には、お酒を飲める人も飲めない人もいますが、それぞれの好みに合わせて楽しんでいきます。発酵と醸造の知識と仲間が増え、生活がちょっぴり豊かになります。

一度、いかがでしょうか?! 【文：受講生 境田優二】



笑いを楽しむ 豊中教室

～ 伝統芸能から笑い研究の最前線まで ～ 【CA：渡辺まり子、益田政男】



この講座では笑いを通して「笑う生き物としての人間」そのものを学んだ 1 年でした。講義で太神楽曲芸、狂言、落語、腹話術、大衆演劇等を鑑賞し、笑いの底にある人間が生きることについての「おかしさ」を学びました。また、笑いヨガ、クリニックラウン、皿回し等を体験し、ふれあい交流祭で発表しました。ふれあい交流祭に向けて各班はパフォーマンスや衣装に知恵を出し合い、何度も練習を繰り返すなかで班員相互の結びつきは大きなものとなりました。

講義を通して、笑うことはこれからの高齢生活を乗り越えていくための大きな支えになると実感しました。講師の蔦野克己先生の「笑いは人間が人間であることの一番深い部分に関わる出来事なのかもしれません」との言葉が心に残っています。

毎回の講義が楽しみで、有意義な 1 年でした。 【文：受講生 中井久子】

関西ぶらり散策 豊中教室・現地

～ お城、街道、名所巡り ～ 【担当CA：川瀬由幸、石塚恵美子、藤本里美】



名前の通り、関西の街歩き、遺跡巡り、お城探訪など色々なところを散策しながら、時には食事を楽しみ、語り合ったりして楽しく活動しております。

街歩きでは池田市の歴史巡りで城址散策、尼崎の寺町散策などがありました。また、島本町、大山崎などの歴史博物館を訪問し、中世・近世の歴史に思いをはせる事もありました。

お城探訪では二条城（京都市）や勝竜寺城（長岡京市）の見学が印象に残りました。高槻の安満遺跡公園や奈良の山辺の道散策など古代および古墳時代の遺跡探訪もあり、また12月には近くの千里丘陵巡りで三色彩道の紅葉を楽しみました。

クラス活動後の班活動もそれぞれ活発に行っており受講生同志の親睦を深めることも出来ました。

また、受講生による校外学習の企画実施（太秦映画村、閑空バックヤードツアー）やふれあい交流祭での取り組み（ゲームを企画実施）などによって受講生間の絆も一層強くなりました。

事情により途中で欠席する受講生も2、3人ありましたが、クラス全体としては良くまとまって活動することが出来たものと喜んでます。【文：受講生 山口隆夫】



勝竜寺城（長岡京）

近代建築の遺産を訪ねて 豊中教室

～ 仲間とモダン建築を巡りましょう ～
【担当CA：廣瀬雅人、高木久美子、今西義章】



本学科は、講義と探訪が半分ずつの構成になっています。



生駒ビルディング

当初は講義の内容が難しいかなと心配しましたが、先生方の丁寧で分かりやすく、ときにはユーモアたっぷりの話に引込まれ、近代建築への興味が増していきました。

現地探訪ではガイドさんと一緒に建物内部や阪神間モダニズムの様式で建てられた個人住宅、公共施設などを訪れます。ゆったりとした美しい曲線を持つ階段や内装に施された装飾のすばらしさに感銘を受けます。

ふれあい交流祭では班ごとのテーマで展示発表を行います。資料集めのための活発な班活動でいろいろな建物を見て回り、班内の親睦が一層深まったと思います。

近代建築の中にはおしゃれなカフェやショップとして気軽に楽しめるところもあり、ガイドさんの話を聞きながらの探訪は楽しく時間を忘れます。

たくさんの建物を見学し、一緒に楽しむ仲間もでき、大変楽しい講座です。【文：受講生 高田淳子】

短期講座 フランス文化に親しむ 大阪教室

～ 世界中の人を魅了するフランス文化にひたる ～
【担当CA：桐澤久子、浦 博】

今期から大学でフランスの文化を様々な角度から研究されておられる5人の先生方に2コマずつ講義をお願いしております。

詩を音楽にして表現する世界があり、映画の発祥地であるフランスでの技術面・表現面で発展していく過程の講義、文学を音楽や絵画の世界に結び付けていく手法があり、激変する世相（小刻みな政権交代）を背景に発展して行く児童文学の世界、現世と未来に関し相反する考えを持つ二人の哲学者の主張を分かりやすく紐解いていただく、と言った多方面からの”これぞフランス!!”の講義に毎回聞き入っております。

今期は講師の先生方でシニアに向けての講義が初めての方もいらっしゃいましたが、徐々に慣れてこれ来期は更に充実した講義が期待出来るのではと思っております。

来期は受講人数枠を広げております。皆様の受講をお待ちしております。【文：CA 浦 博】



短期講座 生演奏を楽しむ音楽 池田教室

～ 心豊かなひととき ～ 【担当CA：奥野初美、福原 寛】



「生演奏を楽しむ音楽」科は、講座内容が『声楽（バリトン、ソプラノ）、西洋楽器（クラシックギター、ピアノ）、伝統芸能（太夫・三味線、小鼓、）など』と多岐にわたり、毎回講師が変わります。

受講前は、演奏が主なのかな（？）と考えていました。が、演奏が素晴らしいのは勿論のこと、各講師の講義の上手なこと!!。

講義が半分程度あり、楽器の歴史や、演奏会での裏話など興味深いお話が盛りたくさん。

ふれあい交流祭では有志（12名）が合唱を披露しました。また食事会で班の親睦が深まりました。

息のあった二人のCAさんが上手に教室を運営し、愉しく学ぶことが出来ていて感謝です。【文：受講生 岩井信夫】

短期講座 ミュージアムへ行こう4 高槻教室

～ アートを見て聴いて感じて ～ 【担当CA： 千種里子、水田郁恵】



睡蓮のバリエーションが見事な「モネ睡蓮のとき展」から始まり、全国の国宝作品が一堂に会して圧巻だった「日本国宝展」、その変遷が理解できる「大ゴッホ展」などのメジャーな展覧会を巡りながらも、他方では住友コレクションの泉屋博古館、橿原考古学研究所附属博物館、堂本印象美術館などの個性に溢れた展覧会も併せて鑑賞し、年末の大原美術館のバスツアーを含めて、アートの奥深い世界を堪能した1年となりました。

この講座の素晴らしい点は、事前学習の講師が展覧会のキュレーターであり、展示の狙いや想い、拘りのエピソードなどを直に伺えることです（カリキュラム編成者様に感謝！）。

また、班メンバー間の交流や親睦もランチ会で深めることができました。

最後に、出欠及び金銭の管理・当日のアテンドなどスムーズに対応いただいたCAのお二人に心より感謝申し上げます。【文：受講生 田口誠一】



大原美術館

短期講座 日本の伝統芸能と民俗文化財を学ぶ 茨木教室

～ 知ればもっと楽しくなる ～ 【担当CA： 黒木武紀、中村りう子】



今年度初めて本講座を受講しました。お能、狂言、文楽、歌舞伎、組踊、神楽、講談、念仏踊・・・それぞれの生い立ち、歴史から（今更 人に聞けない）基本的な用語、独特な表現法、言い回し。鑑賞ポイント、そのすべてに係る音楽、楽器まで網羅する講座は、なかなか見つかりません。本講座の魅力は何と言っても北見真智子先生のお人柄、そこから生まれるお話の上手さです。澁み、曇りがなく、ペースもちょうどよく、自然に話に引き込まれます。ホントに毎回、居眠りしている人は見かけません。毎回配布される丁寧でわかりやすいレジュメは、1年分各ページをファイルするとまさに1冊の教科書です。

カリキュラム中、唯一の校外学習「彦根城博物館見学」も、とても印象深く、素晴らしい時間を参加者で共有することができました。国宝「彦根城」見学は自由、本題は博物館でじっくり展示物を鑑賞すること。しかもここでも（館内、実際の能舞台を前に）北見先生の特別公演を聴けたことは、本講座のテーマから逸脱することなく、むしろ真骨頂。

CAさんの構想から実行までの苦労は大変だったと思います。感謝！【文：受講生 芳賀勝樹】

短期講座 日本文学の魅力に迫る 高槻教室

～ 三大随筆を読む「方丈記・徒然草」～ 【担当CA： 黒木武紀、芳賀理絵】



方丈記や徒然草は、昔 学校の教科書で知り、格調高い文章に興味がありました。

今回この講座を知り一度しっかり聴いてみようと思募しました。

受講にあたり当時の時代背景を踏まえた林先生のお話で、鴨長明や兼好法師の人物像がよくわかりました。そして都の様々な暮らし・世相への作者の見方や思いを、その場にいるような臨場感あふれる語り口と、現代と対比しながらの講義で楽しく聴かせていただきました。

また、方丈記での数々の災いの描写や作者の晩年の暮らしを自問自戒する心境、徒然草では第三十八段の名利を求める人々への戒めと第五十二～三段の仁和寺の法師の滑稽談などが印象に残りました。

クラス活動では川端康成文学館を訪問し、レプリカの書齋他を見学しました。

そして自由参加でしたが、鴨長明ゆかりの下鴨神社周辺を京都学講師・若村先生の解説で紅葉の時期に、気持ちよく探訪しました。【文：受講生 立道康夫】



短期講座 ばんば親子と歩こう 現地集合

～ 小さな体験、大きな感動 ～
【担当CA： 木村佳代、岸本佳奈子、野田則子、水田郁恵】



4月には「梅田グリーングラン」の探索、5月には「渡船巡り」での乗船体験、6月には西成の「鯛よし百番」、7月には「阪堺電車でのランチタイム」を楽しむ貸し切りツアーなど、大阪人が体験してみたいと思う魅力的な企画ばかりでした。また、9月の「太陽の塔」内部ツアーや11月の「生駒山上遊園」では、懐かしさを感じるとともに、これらを市民の憩いの場として大切にしようという思いを新たにしました。さらに10月の「コリアンタウン」、1月の尼崎の「シャレコーベミュージアム」は、刺激的で興味深い体験になりました。

この講座の魅力は、章夫先生のやさしさと安心感、哲平先生の入念なりサーチに基づいた丁寧な講義にありました。目的地ではもちろんですが、道中での町の歴史や見どころが含まれ、歩く時間も退屈せずに楽しめたことです。【文：受講生 藤原千恵子】



生駒山上遊園

短期講座 再発見！何でも見てやろう 現地集合

～ 様々な訪問先で楽しい体験を ～
【担当CA：池上憲治、石黒洋子、山上田起子、田口 定】



「再発見！」を受講される皆さんにとっては、初めてまたは久しぶりに訪ねる史跡巡り、観劇、体験、見学などが、学科の名称そのもの「再発見！」の喜びに繋がります。

それも一人でなく、ご縁が有り出会った仲間と一緒に訪ねることで、喜びが倍増します。



例えば、10月の藍染体験では、工房スタッフの皆様による親切丁寧な指導により、各自が自由にデザインした手ぬぐいの完成品を眺め「楽しかった！やって良かった！」「明日から、早速使いたいなあ！」と感動の声、数多く上がりました。

CAの役割として、テーマは勿論ですが、地元ガイドさん又、相手先との折衝などで、内容の充実「中身が大事」と、改めて再認識したものでした。

但し、その上で、健康維持はCA自身も大切です。13期の期中に、再発見のCA1名が病欠して、本部関係者、CA仲間のご協力で乗り切った経緯があります。感謝しています！

継続的な課題ですが、講座の運営上から「CAの人員確保」は、每期、喫緊の最重要課題です。ONCCでのご縁を通して、お互いに助け合い、支えあう気持ちを持つなかで、CAのやりがいの一つ「受講生の皆さんの笑顔、喜びに役立ちたい！」の気持ちに共鳴頂いて、お一人でも多く、受講生の皆さんが、自らCAの役割に手を上げて頂ければ嬉しい限りです。

【文：CA 田口 定】

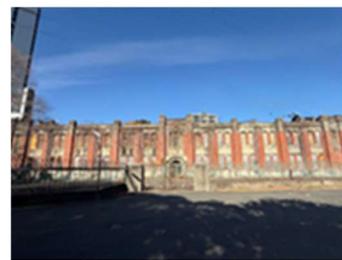
短期講座 けいはんなリフレッシュウォーク3 豊中教室・現地集合

～ 京都・大阪・奈良の絶景ウォークで感動 ♡ ～
【担当CA：益田政男、木村泰代、伊藤 豊、中家政子】



晩秋、絶好のウォーキング日和に恵まれたJR大阪城公園駅に皆さん集合し、7月4日に山内先生から講義いただいた予習「大阪陸軍砲兵工廠」を胸にスタートしました。大阪城・陸軍砲兵工廠・偕行社などの歴史や文化を伝える明治から昭和にかけての史跡を歩きました。

先ずは、商都・東洋のマンチェスターとも言われた「大阪を軍事都市に！」と建言した大村益次郎の構想など悲惨な歴史と共に解説いただき、秀吉から始まり～徳川時代の城造り～近代の大阪城周辺をじっくりと時間をかけてご説明くださいました。山内先生や他のガイドさんに感謝しながら、戦中・戦後がしっかり大阪城に残っていることを改めて知り、平和の大切さを思う1日でした。 【文：B班・1班広報】



短期講座 なにわの歴史と文化を学ぶ 豊中教室

～ ちょっと蘊蓄、なにわのルーツを楽しく学ぼう ～ 【担当CA：中野保子】



16名の受講生と一緒に始まりました。年間を通じて1人の講師（伊藤 純先生）とのお付き合いです。月一回の講義ですが、中味の濃い内容でみなさん熱心に聴いておられます。先生も毎回話の場所を下見され、現在の様子をスライドで見ることが出来ます。わかりやすく説明があります。たまに脱線する事もありますが、その話がまた面白く、惹きつけられます。講義が終わってからの質問も的を射ていて勉強になります。なにわの時代、大坂、大阪の時代、時代の流れ歴史の流れの中、自分がこの時代にいたら？と歴史のロマンに浸れる、面白く、楽しいひと時でした。 【文：CA 中野保子】

短期講座 「日本書紀」の古代史を楽しむ 茨木教室

【担当CA：西口 智、中村 恵】

神武東征神話「神武天皇が九州を制圧して、大阪（現在 石切近く）へ上陸するが勢力が強く上陸できなく、熊野でやっと上陸できました。そして、各地の豪族と戦って、やっとその土地を制圧して味方につけ、奈良県飛鳥に大和朝廷を立ち上げました。」

この様子を「古事記」の内容と「日本書紀」の内容を比べ、さらに地図をプロジェクターで映しだして説明し、「なぜこの地か？」をおもしろおかしく説明し、さらに、この土地の神様の存在についても説明してもらいました。

14期も『日本書紀』の古代史を楽しむ2がありますので、この続きを楽しみにしてください。 【文：CA 西口 智】



短期講座 ドラマティック日本史4 茨木教室 【担当CA：黒木武紀、黒木百合子】



今まで日本史を ONCC の主に高槻教室で受講してきましたが、昨年度より家内と二人でこの講座を受講しています。この講座は4人の講師が個性ある独特の講義をされており分かりやすく、資料も充実しており、講座で聞き損じても家で読み直すことにより、理解がさらに深まりました。講座の内容も幅広く面白く講義されているので、テーマ通りドラマティックな講座として楽しんでいます。特に今年度の講座の中で、家内は怨霊（特に崇徳上皇）に興味を持っており、あちこちの関連施設を見学にでかけておりますし、私は源 義経に興味があり、平泉を含め義経に関する関西の史跡を殆ど訪ねています。今年度の講座にこれが含まれて大変満足です。また講師が担当する外部での講座も紹介されており幅広く楽しんでいます。【文：CA 杉田 克】



懐徳堂記念会協力講座 総合文化を学ぶ 豊中教室 ～ めざせ！蘊蓄（うんちく）博士 ～ 【担当CA：山田豊実、田中美千子】



期待を裏切らない好奇心を満たされる講座でした。懐徳堂記念会の先生方の講義は歴史・考古学・文学日本学日本語学・古典・美術・音楽と多岐に渡り専門的な内容を分かり易く話してください、今まで出会うことのなかったいろいろな知識を得ることができました。

また、学んだことは日常の場面を豊かにしてくれました。考古学の授業では「古墳巡りする前に学んでいたら、もっとちゃんと観れたなあ。又行ってみよう」とか、息子が夫とウィスキー談義をしたとき、「『ジャパニーズウィスキー百年史』の書き込みレジメを見せ感心されたり、家族の対話が弾んだり」等々。中でも「人間はどうあるべきか」を説く中国古典の「菜根譚・呻吟語」についてもっと学びたいと思い、本を読み進めています。



クラスメートと交流する時間がなかったのが心残りですが、とても有意義な1年間でした。【文：受講生 林 喜美子】

オンライン講座 万葉集の原風景(古典文学) ～ 居ながらにして万葉集を旅する ～ 【担当CA：田中 了、上野重人】



本講座「万葉集の原風景」では、万葉集が生まれた歴史的背景や人間模様、歌に込められた心情を丁寧に学ぶことができました。林先生の豊富な知識と平易で情感ある語りにより、難解と思われがちな万葉歌が、具体的な風景や人物像として立ち上がり、理解が深まった点は大きな成果です。一方、歴史的事件や政治背景については理解が追いつかない場面もあり、事前資料や復習を助ける工夫があると、より学びやすいと感じました。また、映像資料の音声トラブルなど運営面での課題もありました。いつかオンライン講座が再開されることを望みます。【文：CA 田中 了】

～ 2025年度 地域活動推進部の主要な活動 ～

① ほっこりカフェ・・・昨年4月より「ほっこりカフェ」と名称を変更し、地域の住民とのふれ合いを目的にして、各月（第三火曜日）趣向を凝らした催し物を実施しました。

最近では、12月にクリスマス会としてスタッフがサンタなどに変装し、参加者とともに、ハーモニカ演奏・南京玉すだれ・マジックなど楽しいイベントを盛大に行いました。

② ふれあい活動会・・・高齢者施設への訪問を随時実施しております。

高齢者施設へ来られている方達と楽しく交流し、トーンチャイムや腹話術など楽しい催し物を実施し、参加者の皆さんと交流が深められました。



③ シニアにここ教室・・・豊中市の支援事業としてフレイルにならない為の健康増進講座を10回シリーズとして実施しております。

フレイルにならないための一番として、発声などの口腔ケアや体の筋肉を鍛える為のヨガ体操などを通じて健康増進を目的とした講座で、受講生の皆さんも毎回楽しく参加されております。【文：地域活動推進部 竹東正彦】



地域活動の詳細は、ONCCホームページの「地域活動」タブ、または、右のQRコードよりご覧ください。

