



イベント情報

2022年度「もりぐちeセミナー」全5回

『「あなたらしい」を築く、「あなたらしい社会」へ
～ライフデザインを考える～』

※「あなたらしい」を築く、「あなたらしい社会」へ は、令和4年度「男女共同参画週間」（内閣府）のキャッチフレーズです。

第1回 **10/7** (金)10:30～12:00

『豊かな食生活のためにー食の安全性についてー』
大阪国際大学短期大学部 栄養学科 講師 海老澤 薫

第2回 **10/14** (金)10:30～12:00

『感情とコミュニケーション・スキルについて考える』
NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西 事務局長 井山 里美 氏

第3回 **10/21** (金)10:30～12:00

『人生100年、心も身体も満たされる社会について』
大阪国際大学 経営経済学部 経営学科 准教授 山本 誠一

第4回 **10/28** (金)10:30～12:00

『家族と仕事の視点からあなたらしい社会を考える』
立命館大学 産業社会学部 教授 筒井 淳也 氏

第5回 **11/4** (金)10:30～12:00

『心地よい人間関係を築くには』
NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西 事務局長 井山 里美 氏

会 場：守口市役所 地下1階

中部エリアコミュニティセンター第1会議室

参加費：無料

定 員：40名（2022年9月1日（木）～申込順）

申 込：住所・氏名・電話番号・参加希望の講座名を開催日7日前
までに電話にてご連絡ください。

※オンライン受講を希望の方は、9/1(木)～必ずメールでお申込みください。

Morijinken@city-moriguchi-osaka.jp

【手話通訳をご希望の場合は各講座7日前までに要予約】

※新型コロナウイルス感染症の流行状況等により中止する場合がございます。
（中止する際には申込みされた方にご連絡いたします。）

※体調に不安のある方は参加を見合わせてください。

お申込・お問い合わせ

大阪国際大学・大阪国際大学短期大学部 国際関係研究所事務局

06-6907-4323 【平日9:00～17:50】

トドラデー（園開放）

幼保連携型認定こども園 大阪国際大和田幼稚園

9/6 (火) 10:00～11:00

リトミック

リズム遊びで体を動かして遊ぼう！

場所：大阪国際大和田幼稚園ホール

TEL: **06-6902-5931**

*スケジュールは変更になることもあります。



1981

(発売日:1981年3月21日)

『君は天然色』

大滝 詠一

作詞：松本隆 作曲：大滝詠一
編曲：多羅尾伴内

誰もが一度は聴いたことあるはず！懐い歌詞と
明るい曲調が合わせ、温かい思い出の中
でしか大切な人に会うことができない
悲しい情景を想像させます。

2022年9月1日発行

大阪府守口市藤田町6-21-57

学校法人大阪国際学園 総務課

koho@oiu.jp



くすくす

ーまなび・くらし・つながりー

2022年9月号

No.108



名前『くすくす』の由来は、「くすくす談笑する様子」と
「すくすく育つ」をかけています。

『くすくす』は、みなさまの「くらし」と大阪国際学園の「まなび」
をつなぐたい、そんな思いを込めたフリーペーパーです。

つながりニュース

守口市内のコミュニティ協議会を対象に
防災出前講座を開催（7/17）
ープレッパーズ部による地域防災啓発活動ー



地域防災啓発活動に取り組むプレッパーズ部が、守口市内のコミュニ
ティ協議会を対象に防災出前講座を実施しました（7/17）。

構成：①防災講座

②実技体験（避難所エクササイズ、ブルシート担架、防災グッズづくり）

対象：守口市さくら小学校校区コミュニティ協議会

協力：守口市社会福祉協議会

場所：守口市 市民保健センター

地域防災啓発の動画はこちら



～短期大学部と地域とのつながり～

幼児保育学科&寝屋川市「共催」
自治体連携による子育て支援活動
「わくわくランド」を開催（7/30）



テーマ：大阪国際大学短期大学部の学生と一緒に楽しもう♪

対象：寝屋川市在住の幼児と保護者

場所：寝屋川市立子育てリフレッシュ館「RELATTO」（リラット）



「わくわくランド」：幼児保育学科の地域の子育て支援活動
「地域に根差した子育て支援」&「学生の実践的な学びの場」

活動目的：京阪沿線で唯一の保育者養成校として、自治体と連携した子
育て基盤づくりを展開。地域の若者を育て、地域の園に還す循環型活動。



YouTube「幼児保育学科の魅力」

・わくわくランド

・ラジオ出演

・園の先生の目を通じて見た子どもたち

・園児と毎日会えるキャンパス他



アニマルストレッチ！

運動は続かない！しんどいのは嫌！という方が気軽にできる、
お勧めの「アニマルストレッチ」をご紹介します！
（全部でPart5まであります）

「アニマルストレッチ」って？

動物の動きや形を模したストレッチのことです！
動物になりきって運動不足を解消しましょう！

PART 2ねこのポーズ



…「ネコの背伸び」の姿勢を真似たポーズです

【効果】

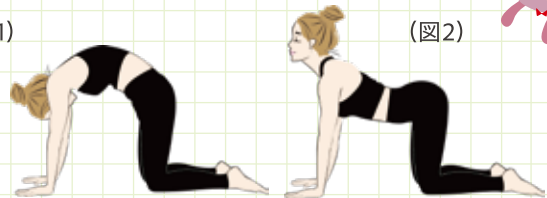
背骨や肩甲骨のストレッチ、疲労回復、インナーマッスルの強化、
反り腰、便秘などに効果があります。

【手順】

- 1.四つん這いになり、両手は肩の真下、両膝はお尻の真下におきます。
- 2.肘は外側を向くようにし、膝と膝の間はこぶし1つ分ほど開きます。
- 3.鼻から大きく息を吸います。
- 4.息をゆっくり吐きながら背中を丸めます。その際、視線はお腹の
方を向くようにしましょう。（図1）
- 5.息をゆっくり吸いながら背中を反らせます。その際、視線は正面
を向きましょう。（図2）
- 6.息をゆっくり吐きます。
- 7.3～6を呼吸に合わせて5～10回ほど繰り返します。

（図1）

（図2）



※少しでも違和感や痛み、気分が優れない場合は、無理はせずに控えましょう。

とても簡単なストレッチなので是非お試しください！

今回はイヌのポーズです！お楽しみに！