

2026年度 春期カルチャー講座 受講申込書

FAX : 06-6785-6133

● 太枠内とお申込日をすべてご記入ください

氏名	フリガナ	生年月日 (西暦)	年	月	日
	お申込日				
住所	〒				
電話番号	ご自宅	FAX番号			
	携帯	メールアドレス			

※この申込書にご記入いただきました個人情報は、安全かつ適切な管理を行います。また、これらの個人情報は、講座のご案内以外に本学が行う各種行事（公開講座、セミナー、大学祭など）のご案内に利用する場合があります。次回講座の案内とその他行事に関する情報が不要な場合は右記□欄に✓を付けてください。 情報提供不要

※悪天候などによる急な休講時のご連絡に、個人情報を利用させていただく場合があります。

● 大阪商業大学関係者のみご記入ください

大商大との ご関係	<input type="checkbox"/> 在学生	学籍番号	続柄
	<input type="checkbox"/> 在学生のご家族		
	<input type="checkbox"/> 卒業生	卒業年	学科
	<input type="checkbox"/> 教員・職員	所属	

- ① 受講ご希望の講座の口に✓を入れてください。
● ② ご希望の講座が「初めて受講される講座」の場合は、○の方にも✓を入れてください。

健康・運動

- ① はじめよう！リフレッシュヨガ
 ○ ② 足腰強化！血流改善！姿勢ビューティー
 ○ ③ アンチエイジング♪リンパケアストレッチ

語学

- ⑨ 韓国旅行や韓ドラをより楽しもう！
韓国語ステップアップ
 ○ ⑩ 基礎から楽しく英会話をしましょう！初級英会話
 ○ ⑪ 実践的な英会話を身につけましょう！中級英会話
 ○ ⑫ 世界と繋がる生きた英語力を取得しましょう！
上級英会話

趣味・教養

- ④ 大人のターコイズアクセサリー
 ○ ⑤ 季節の折り紙
 ○ ⑥ 味わいのある筆ペン書道（入門者コース）
 ○ ⑦ 味わいのある筆ペン書道（経験者コース）
⑧ 朗読って何？ 聲に戀する教室
 ○ 前半クラス ○ 後半クラス

特別講座

- ⑬ スパイスを知ろう！スパイスの魅力発見
 ○ ⑭ 粋でオシャレなボサノヴァと
ジャズを楽しむ

【会場】大阪商業大学ユニバーシティ・commons リアクト

・河内小阪駅（近鉄線）から徒歩3分 ・河内永和駅（JR線/近鉄線）から徒歩10分

※来校の際は公共交通機関をご利用ください。マイカー等の駐車スペースはございませんのでご了承ください。

【お問い合わせ】総合交流支援課（リアクト南館 1階事務室）

TEL : 06-6785-6286

FAX : 06-6785-6133



受付期間
4/8(水)
まで

春期カルチャー講座

受講生募集

● お申し込みから受講開始までの流れ ●

FAX、Web申込フォームのいずれかで
お申し込みください。

全講座申込締切 4/8(水) 17:00まで



上記申込締切後、郵送にて
資料：「受講料振込みについて」・「講座カリキュラムについて」
をご案内いたします。

※ 4/17(金) までにお手元にご案内が届かない場合は、お問い合わせください。

受講料・教材費を、指定の口座へお振込みください。

お振込み締切 4/22(水)

※振込手数料はご負担ください。

※受講手続きは入金を確認された時点で完了いたします。お振込後の受付完了連絡は行っておりませんので、ご了承ください。

※振込み期限の二日後までにご入金の確認ができない場合、講座お申し込みは自動的にキャンセルとなります。

受講開始！

● 大商大カルチャー講座Webサイト ●

ホームページでも講座情報をご確認いただけます。

https://ouc.daishodai.ac.jp/public/culture_lec/



注意事項

- 日程・授業内容は、変更する場合があります。
- 先着順です。定員になり次第受け付けを締め切らせていただきます。
- 各講座、最少催行人数を満たさない場合、不開講とさせていただきます。
- 開講後のコース変更および受講料の返金はできません。
- 講座が不開講になった場合は、受講料を返金します。

（キリトリ）

春の全14講座

- 健康・運動
- 語学
- 趣味・教養
- 特別講座

受講生特典

大阪商業大学図書館
「U-メディアセンター GATEWAY」
の無料利用

※詳しくは、講座初日にご案内します。

このほかに、大阪商業大学在学学生とそ
ご家族（両親・兄弟姉妹）、及び卒業生は
受講料の割引制度があります。

※各講座の受講料（教材・材料費）には消費税が含まれています。

**はじめよう！
リフレッシュヨガ**
全10回 定員15名
①（最少催行 7名）

講師 山内 愛
大阪商業大学 非常勤講師
全米ヨガアライアンス認定インストラクター
健康運動指導士

受講料 10,000 円

日時 5/15・22・29、6/5・12・19・26、7/3・10・17
（全・金曜日）
9:15～10:15（60分）

深い呼吸でじっくり身体を動かし、全身の巡りを良くしていきます。
姿勢改善や肩こり解消に効果的なポーズもご紹介。継続するほど体
が軽くなる実感を得られるクラスです。
ヨガで身体も気持ちもスッキリと、心地よい一日の始まりを迎えま
しょう。

**足腰強化！血流改善！
姿勢ビューティー**
全7回 定員15名
②（最少催行 7名）

講師 山城 敦子
予防医学リンパ健康セラピスト

受講料 8,000 円

日時 5/15・29、6/5・19、7/3・17・31
（全・金曜日） 10:45～11:30（45分）

介護サービスメディカルフィットネスでのご指導のもとに生まれた講
座です。椅子に座って頂きながらゆっくり身体を動かしていきます。
ご自身の身体の癖などもチェック！足腰の痛い方や、体力や筋力に自
信のない方にも、安心して受けていただけます。冷えやすい所は筋肉
を動かし温もりやすく改善！動きやすくなった身体で、**血流も姿勢も
セットで強化しましょう！**

**アンチエイジングト
リンパケアストレッチ**
全7回 定員15名
③（最少催行 5名）

講師 山城 敦子
予防医学リンパ健康セラピスト

受講料 10,500 円

日時 5/15・29、6/5・19、7/3・17・31 （全・金曜日）
12:00～13:00（60分）

ストレッチで身体をほぐし、全身のセルフリンパマッサージを楽し
んで頂きます！身体を温め、**免疫力も体幹力も、お肌のハリもアッ
プ！**お風呂に入りながら出来るホームケアにお役立て頂けるメニ
ューのご紹介も致します！初めての方でもリラックスして受けて頂け
る講座です。冷える、疲れやすい、思うように眠れない、セルフマ
ッサージを覚えたい、そんな方にピッタリ！ツボやポイントとなる
場所や手技を分かりやすくお伝えし、その場でほぐしていきます。
日常生活に癒しの時間を取り入れてみませんか？



**大人の
ターコイズアクセサリー**
全3回 定員12名
④（最少催行 4名）

講師 湊 三貴子
Salon de M

日時 5/21
6/18
7/16 （全・木曜日）
10:30～12:30（120分）

受講料 8,500円 + 材料費 7,500円

パールや天然石を使ったアクセサリ
ー講座。初心者の方にはお手伝いさ
せていただきながら、ご自身のサイ
ズに合わせた**トレンドや旬を織り込
んだアクセサリー**と一緒に楽しく作
りましょう。

季節の折り紙
全6回 定員8名
⑤（最少催行 6名）

講師 中里見 順子
東大阪市折り鶴の会折り紙講師
日本折紙協会 折紙講師

日時 5/22・29
6/12・26
7/10・24（全・金曜日）
13:30～15:30（120分）

受講料 3,000円 + 教材費 3,000円

紙を通して思いがけない物が出る
と思います。みな様もやってみせ
てくださいながら、ご自身のサイ
ズに合わせた**トレンドや旬を織り込
んだアクセサリー**と一緒に楽しく作
りましょう。

**味わいのある筆ペン書道
【入門者コース】**
全8回 定員10名
⑥（最少催行 7名）

講師 てらさわ ひろみ
書家
デザイン書道作家

日時 5/11・18、6/8・15
7/6・13・20、8/3
（全・月曜日）
11:00～12:30（90分）

受講料 12,800円 + 教材費 3,700円

筆ペンを使って、**遊び心伝わる文字**
を、上手く書く事より上手く見える
様に書きます。入門者の方は**線の練
習**から始め簡単な言葉を葉書に、ま
た季節のカードや楽しい小作品も作
ります。オリジナル和風消しゴムハ
ンコを捺して、大人が心惹かれる作
品に仕上げます。毎回お手本を配り
ます。

**味わいのある筆ペン書道
【経験者コース】**
全8回 定員10名
⑦（最少催行 7名）

講師 てらさわ ひろみ
書家
デザイン書道作家

日時 5/11・18、6/8・15
7/6・13・20、8/3
（全・月曜日）
13:30～15:00（90分）

受講料 12,800円 + 教材費 3,700円

筆ペンを使って、**遊び心伝わる文字**
を、上手く書く事より上手く見える
様に書きます。季節のカードや飾っ
て楽しい小作品にオリジナル和風消
しゴムハンコを捺して、大人が心惹
かれる作品を作ります。経験者の方
は**これまでの復習に加えさらに書き
込んで一歩上の作品作り**にチャレ
ンジしましょう。

**朗読って何？
聲に戀する教室**
前・後各10回 定員各15名
⑧（最少催行 各7名）

講師 三岡 康明
日本朗読会話連盟主宰

日時 5/13・20
6/3・10・17・24
7/1・8・15・22（全・水曜日）
前半クラス 13:40～15:10（90分）
後半クラス 15:20～16:50（90分）
※申込数により、クラス分けは後日調整
となる場合があります。

受講料 15,000 円

朗読の練習で大切なことは、作者の意図を汲
み取る事。その本の**理解を深め、想像を拡げ、
より豊かな表現の方法**を探ることが求められ
ます。と同時に、**表現の基礎になる声を守り、
活かす事**も大切にしてゆきたいのです。基礎
の、原点に戻る事と、自分の今を行き来しな
がら聴き手に愉しんでもらえる朗読を目指し
てゆきたいのです。



※各講座の受講料（教材・材料費）には消費税が含まれています。

**基礎から楽しく英会話をしましょう！
初級英会話**
全13回 定員15名
⑩（最少催行 7名）

講師 Patrick R. Polen
大阪商業大学 非常勤講師 他

日時 5/7・14・21・28
6/4・11・18・25
7/2・9・16・23・30
（全・木曜日）
16:20～17:50（90分）

受講料 19,500 円
+テキスト代別途 3500 円程度
（お持ちでない方）

英語の基礎、基本表現をもとに皆さんのレベ
ルに応じた授業を行います。
挨拶表現、最近の出来事など、毎回トピック
を決め会話表現の学習をします。
**英語学習からずいぶん離れている方、自信が
ない方も気軽に受講してください。**

**実践的な英会話を身につけましょう！
中級英会話**
全13回 定員15名
⑪（最少催行 7名）

講師 Patrick R. Polen
大阪商業大学 非常勤講師 他

日時 5/12・19・26
6/2・9・16・23・30
7/7・14・21・28
8/4 （全・火曜日）
17:30～19:00（90分）

受講料 19,500 円
+テキスト代別途 3500 円程度
（お持ちでない方）

英語の基礎は大丈夫、でも**上級英会話クラス
へ入れるかどうか不安な方**に適した中間レ
ベルのクラスです。
毎週トピックを決め、実践的な会話表現を身
につけていきます。
楽しい雰囲気です英会話を楽しみましょう。

**韓国旅行や韓ドラをより楽しもう！
韓国語ステップアップ**
全13回 定員15名
⑨（最少催行 7名）

講師 白 姫恩
韓国語教材著者
韓国語弁論大会審査員

日時 5/12・19・26
6/2・9・16・23・30
7/7・14・21・28
8/4（全・火曜日）
10:30～12:00（90分）

受講料 19,500 円
+テキスト代別途 2000 円程度
（お持ちでない方）

ハングルを読むことが出来たら、基礎から学
び、韓国旅行や韓ドラをより楽しむための韓
国語を学びましょう！**実用会話や名セリフに
加え、K-POPなども取り入れ、文化と一緒に
楽しく学びます。**字幕なし理解を目指し、
初回に安心のレベルチェックあり。初めての
方も安心してご参加ください。

**世界と繋がる生きた英語力を取得しましょう！
上級英会話**
全13回 定員15名
⑫（最少催行 7名）

講師 Patrick R. Polen
大阪商業大学 非常勤講師 他

日時 5/8・15・22・29
6/5・12・19・26
7/3・10・17・24・31
（全・金曜日）
17:30～19:00（90分）

受講料 19,500 円
+テキスト代別途 3500 円程度
（お持ちでない方）

英語での**コミュニケーションに必要なポイン
トや円滑に行うために知っておきたいテクニ
ック**を学びます。
もともと持っているはずのコミュニケーシ
ョン力を英語でも上手く活かし、臆せず自分
の意見や考えをより流暢に表現、伝達できるよ
うになりましょう。

**⑬ スパイスを知ろう！
スパイスの魅力発見**
定員 24名（最少催行12名）
受講料無料

日時 7/14（火）
13:30～15:00（90分）

講師 ハウス食品株式会社 スパイスマスター

会場 リアクト南館 1階 地域交流ルーム 1

実は、普段の生活の中で様々な形で親しまれているスパイス。
スパイスの世界に触れて、その奥深い魅力を発見しませ
んか？スパイスの基本知識から使い方、料理への活
かし方まで幅広く学べます。
初心者の方も大歓迎です！

**⑭ 粋でオシャレな
ボサノヴァとジャズを楽しむ**
定員 150名・参加無料

お申し込み後は受付完了の案内はございません
イベント当日に、直接会場へお越しください。

日時 7/21（火） 15:30～17:00
開場 15:00

奏者 桑島 紳二 他

会場 ユニバーシティホール蒼天

1962年、「イパネマの娘」の大ヒットで世界中で若者た
ちの心を捉えた「ボサノヴァ」。その都会的で洗練され
た響きはジャズやポップスにも大きく影響を与えて
います。今回はボサノヴァの魅力の源泉や
ジャズとの関係について、演奏と解説
でお楽しみいただきます。

（キリトリ）