

カルチャー学部

文化、芸術、歴史など、幅広いジャンルの学びが充実！

講座 ▽ 全5回の連続講座

落語で学ぶ大阪歴史

開催日時 2025年5月12日、7月14日、11月10日、12月8日、2026年1月19日 ※すべて月曜日 各日14:00～15:30

講師 桂 小春園治

門真市出身の桂小春園治さんの落語を聞き、その噺(はなし)にまつわる大阪の歴史や土地について学びます。

受講生からのコメント

「落語の噺(はなし)を深く掘り下げてくれて、とても面白く勉強になる。新しい学びのステップになっている。受講者同士もクラスメイト感があって和気あいあいとした雰囲気です。学びのひと時を楽しんでいます。」(60代 男性)

演劇ワークショップ

開催日時 2025年11月11日、12月16日、2026年1月13日、2月10日、3月10日 ※すべて火曜日 各日19:00～20:30

講師 劇団杏劇屋

コミカルからシリアスまで摩訶不思議なストーリーを生み出す劇団杏劇屋による講座。最終回ではあなたもパフォーマンスを披露！

講師からのコメント

「感性を研ぎ澄ませて一緒になかを作る作業は言葉遊びやコミュニケーションを鍛えることにつながる。この経験は文化的にも生活的にも皆様の人生を豊かにしていくきっかけになるに違いない。」

おもしろデザイン講座

開催日時 2025年12月～2026年3月開講予定

講師 島田 愛

(グラフィックデザイナー)

感覚とコツをつかめば、デザイナーのような広告を仕上げられる?! チラシやWEBで使うテクニックを学びます。

受講生からのコメント

「デザインの根本を面白い参考デザインをもとにわかりやすく伝えてくださって楽しかった。パソコンを使って自分でチラシを作る実践もできたので感動した。」(30代 男性)

スポーツ学部

「やってみたい!」が見つかる個性豊かなラインナップ。

市民プラザ開催

体操教室

開催日時 月3回(主に第1～3月曜) (1部)15:30～16:45 (2部)16:50～18:05 (3部)18:10～19:25

講師 平田 敦士

体操を通じて返事や挨拶といった基本的なことから運動が苦手、得意なお子様まで一から丁寧に指導を行っています！

受講生からのコメント

「腕の力もついたし、友達もできたし、やってみたいこともできるようになりました。先生もみんなに対して平等に教えてくれて、やさしく接してくれます。」(小学6年生 男の子)

自力整体教室

開催日時 月3回(主に第1～3水曜) 19:30～20:30

講師 yuko

自分の体を「自分」で整える自力整体。鍼灸、整体、ヨガ、瞑想の要素があり、自然治癒力を高め、自律神経を自ら整えます。

受講生からのコメント

「運動不足解消が入ったが、男性でも気兼ねなく参加でき、とてもいい雰囲気。」(40代 男性)

「日常でできる動きを教えてもらったりリラックスできる空間でほぐせている。先生の声にも癒される。」(40代 女性)

簡単ダンス教室

開催日時 月3回(主に第1～3土曜) (未就学)10:00～10:45 (小学生)11:00～12:10

講師 古川 啓子

習ったことはないけどやってみたい! 身体を動かしたい! 気軽に楽しく一緒にダンスをしてみませんか!

受講生からのコメント

「いろんな曲を踊ってリズム感覚がわかるようになった。振り付けも覚えやすいし流行りの曲も踊れるようになる。」(小学4年生 女の子)

電話対応・ビジネスマナー講座

開催日時 2026年①1月19日 ②2月9日 ③3月9日 ※すべて月曜日

参加内容 参加費:3,000円(全3回) ※1回のみ受講も可能です(1回1,000円) 定員:各10名

講師 安田 良子

(国家資格キャリアコンサルタント・電話対応技能検定指導者)

電話対応に苦手意識のある方や新入社員・プランクがatterの職場復帰を目指す方に向けた講座を、後期はバージョンアップした連続講座で開講します。後半では昨今話題になっているクレーム対応の極意を学びます。

受講生からのコメント

●電話対応 「テキスト通りばかりじゃなく、講師の先生が個々の環境に合うように沢山考えてくださって、実務に活かしやすい講座だった。」(30代 女性)

●ビジネスマナー 「自分をどう見せられるかが武器になる」という言葉が突き刺さった。1つ1つ身に付けていくことで自信につながる講座だった。」(50代 女性)

楽しく話そう!コミュニケーション講座

～話し上手は一生の武器!今から始める会話術～

開催日時 日時:2025年10月28日～2026年3月10日までの第2・4火曜日 時間:各日19:00～20:30 ※2026年2月24日(火)を除く

参加内容 参加費:1回1,000円 定員:20名 対象:18歳以上

講師 大槻 直美(フリーアナウンサー)

会場 門真市民プラザ

SNS時代、発信することも多い中で、伝えたい事を確実に伝えられる、おしゃべりのテクニックを伝授します。トークのポイントを押さえて、SNS発信をはじめ、会議やプレゼン、面接、友達づくりまで、信頼を築くための聞き方コミュニケーションスキルを、楽しくおしゃべりしながら学びましょう。あがり症の方も緊張しないで話せる秘策も!?

新講座

マクロ教室

開催日時 月3回(主に第1～3日曜) 10:30～12:00

講師 田中 節夫

エクセルを便利に使うマクロ機能を学びます。作業の簡略化や操作ミスの削減にオススメです。

受講生からのコメント

「若干のスキルがあり仕組みがわかっていてこれらから伸ばしていきたい人にはおススメ。毎回出される課題をクリアしていくことでスキルアップにつながっていくと思う。」(40代 男性)

いきいき百歳体操教室

開催日時 毎月曜(祝日の場合は水曜) 13:30～14:30

講師 門真市シルバー人材センター

椅子に腰かけ、DVDの映像を見ながら行う約30分の筋力づくり運動です。

担当者からのコメント

「シニアのみなさんを対象にした教室です。体操を通じて、介護や認知症予防を目的にしていますが、参加者同士の交流の場にもなっています。毎週毎週わいわい楽しくやっています!」

ヨガ教室

開催日時 月3回(主に第1～3火曜) 19:00～20:00

講師 雅美

初心者の方でも大歓迎! ヨガマットがない方はバスタオルをお持ちいただいても大丈夫です。

受講生からのコメント

「ストレッチ的なヨガで取り組みやすく、先生も気さくだからすごく気に入ってる。」(60代 女性)

「少しの運動不足解消になっていいなと思うし、先生も良い方だから楽しい。」(60代 女性)

こどもバレエ教室

開催日時 月3回(主に第1～3水曜) (1部)16:45～17:35 (2部)17:45～18:35

講師 小林 美保子

はじめての「バレエ」に おすすめの教室です。

受講生からのコメント

「少しずつ体が柔らかくなってきた。先生も優しくわかりやすく教えてくれるので、レッスンが楽しみ。」(小学2年生 女の子)

「まっすぐ足をあげられるようになってうれしい。先生大好き。」(年長女の子の双子)

大人バレエ・ストレッチ教室

開催日時 月3回(主に第1～3水曜) 15:30～16:30

講師 小林 美保子

楽しいバレエストレッチでカラダも元気に。

受講生からのコメント

「体の調子が良くなり、お友達も増えて楽しく受講している。」(70代 女性)

ギター・ウクレレ教室

開催日時 月2回(主に第1・3日曜) (1部)13:15～14:15 (2部)14:30～15:30

講師 井上 尚大

シンガーソングライターであり、桑名正博氏のバンドの最後のギタリストを務めた講師によるレッスン。

受講生からのコメント

「見ても分らなかったコードも分かるようになり弾けるようになった。息子と一緒に楽しく受講している。」(40代 女性)

「大人も子どもと一緒に受講している。先生も分かりやすく教えていただいている。」(60代 女性)

子育て教室

開催日時 月1回(主に第2日曜) 10:00～12:00

講師 深田 恵美

子どもに教える適応行動「社会スキル」を知り、褒め方・教えるなど、前向きに良好な関わり方を学びます。 ※オンライン(Zoom)受講も可能。

講師からのコメント

「イヤイヤ期や癇癪etc.子育ての悩みを一気に解決! こどもとの関わり方のコツを学び、より楽しく毎日にしませんか?」

マジック教室

開催日時 月2回(主に第2・4土曜) 14:00～15:30

講師 マハイスク

世にも不思議な手品の世界。トランプマジックを中心に、プロのマジシャンが本格的なマジックの極意を伝授します。

受講生からのコメント

「毎回ビックリ感心してばかり。自分じゃなかなかできないけれど、楽しく受講している。」(70代 女性)

「本物のマジシャンが身近に思えて、マジックが身近なものになっている。仕掛けのところが、"こういうことか"と驚きがあって面白く喋りも大事なんだと学べている。」(40代 男性)

「門真はすねクラブ」にも参加しませんか?

かどま大学の参加者は年会費2,000円が無料になります!

【講座】ヨガ(月2回/1回800円)、フラダンス(月2回/1回500円・月管理費1,000円)、レクリエーション(月2回/1回800円)、姿勢改善(月3回/1回800円)

詳細はこちら

Check! 講座・教室の日時や費用などの詳細は、「かどま大学」ホームページをご覧ください。

ここからチェック!

公民館開催

テコンドー教室

開催日時 月3回(主に第1～3金曜) 17:15～18:15

講師 館和男/原田 奈緒

礼儀作法を学び、強くなれる技を磨き、スポーツ万能になる体を作る。心技体向上の練習を元日本代表選手が指導します!

受講生からのコメント

「新しい仲間がいて、毎回行くことが楽しんでいる。練習だけでなく、演舞としてららぽーとの舞台に立たたことも嬉しかった。」(小学6年生 男の子)

講師からのコメント

「テコンドーは護身術にもなり、スポーツとしても楽しみながら誰でも強くなれるよう練習しています!」

殺陣アクション教室

開催日時 月3回(主に第1～3金曜) (子ども)18:30～19:30 (大人)19:45～20:45

講師 T.K.Dヒーローズインストラクター

映画や舞台作品で刀を振り回す「剣殺陣」や、パンチやキックの素手などで戦う「技斗」のアクションを練習します。

受講生からのコメント

「技ができた瞬間はアクション系の女優になれた気分だった。憧れのヒーローショーにも出れるなんて思ってもなかったから、出れたときの喜びをかみしめていつもレッスンを受けている。」(20代 女性)

講師からのコメント

「剣や武器を使ったり、素手の技斗、アクロバットなど様々なアクションを楽しんで学べます!」

部活動

興味や関心を持ったことに、仲間と一緒にフクワク取り組んでいます!

わいわいクラブ

開催日時 毎月曜(祝日除く) 13:00～15:00

気軽に寄って誰かに会える、地域の居場所。

参加のきっかけは「他の講座の帰りに立ち寄って」「友達に誘われて」などさまざま。地域の皆さんが集まり、年齢に関係なく折り紙や塗り絵、工作などをわいわい楽しめます。何をするかは日によって違い、七夕やお正月など季節の飾りを作ったり連綿に挑戦したりと自由に考えます。中には「みんなの顔を見に来るだけで十分楽しい」という方や、「家に閉じこもっていたけど、受け入れてくれる場所ができて、新しい友達も増えた」とうれしい声も。仲間とおしゃべりしながら手を動かせば、時間はあっという間。気軽に立ち寄れて、楽しく活動できる場に皆さんも来てみませんか?

プロに学ぶ!スペシャル講座をご紹介します

カルチャー学部 藤岡 幸夫さんの講座

2026年3月4日(水) 会場:ルミエールホール

講師 藤岡 幸夫

(関西フィルハーモニー管弦楽団首席指揮者)

楽屋裏話や練習見学など、オーケストラがもっと身近に感じられる講座です。

カルチャー学部 蓬萊 大介さんの講座

2025年11月20日(木) 10:00～11:15 会場:ルミエールホール

講師 蓬萊 大介

(お天気キャスター・防災士)

カルチャー学部 天体観望会

2025年12月6日(土) 18:20～20:00 会場:門真市民プラザ

講師 中島 健次

(那須香大阪天文台台長)

自然災害の際の身の守り方など、防災に役立つ天気予報の見方を学びます。

冬のダイヤモンドを望遠鏡で観測。座学とワークショップで学ぶ講座です。

地元企業と連携した講座も開催!

プロバレーボールクラブ「大阪ブルテオン」

屈指の強豪クラブ・大阪ブルテオンは、サマースクールやみんなの体育祭、新歓祭など多数のイベントに参加いただき、スペシャル講座を開講! 講座を通じてファンをはじめ門真の人たちとも積極的に交流しています。

主な参加イベント

●新歓祭

●サマースクール

～みんなが先生～

●みんなの体育祭

パナソニック野球部

社会人野球の強豪で門真市を拠点とするパナソニック野球部の総合コーチを務める元プロ野球選手・鳥谷敬さんによる「親子でキャッチボール」をみんなの体育祭で毎年開催中。一流の舞台で活躍してきた鳥谷さんと一緒に野球できる貴重な機会として、毎年人気を集めています。

主な参加イベント

●みんなの体育祭

※かどま大学2025年度上半期版パンフレットにてインタビュー記事も掲載

ウィンターゼミ

～クリスマスワークショップ with 門真もん市～

市民プラザの人気企画・門真もん市とかどま大学が初コラボ!

門真で活躍する作家・音楽グループとともに、クリスマスにちなんだ作品や音楽と一緒に楽しもう! ワークで作った作品は、午後から開催する「みんなのクリスマスコンサート」の前にステージで披露予定。また音楽系のワークに参加した方は、クリスマスコンサートで一緒にパフォーマンスを披露。

2025年12月14日(日) 10:00～12:00(予定)

会場 門真市民プラザ

参加費 各講座により異なります

※ワークショップの作品披露とパフォーマンスは午後を予定しています。

学ぼう、知ろう、わが街かどまの魅力

～歴史・人物・産業～

門真市は、古代からの豊かな歴史と文化を持つ地域です。この講座では4回のシリーズで西三荘遺跡、大和田駅出土銅鐻、茨田堤、大塩平八郎、幣原喜重郎、松下幸之助などをキーワードに、かどまの魅力に迫ります。

2026年 日程 内容

① 1月10日(土) 15:00～ 門真の古代・中世(村田隆志)

② 1月31日(土) 15:00～ 門真の古代・中世(村田隆志)

③ 2月21日(土) 15:00～ 門真と幣原喜重郎(佐藤史郎)

④ 2月28日(土) 15:00～ 門真の産業(佐々木一雄)

※講座内容は変更になる可能性があります