

おすすめ講座のご案内

〈スキルアップ講座〉 eNカレ修了後、さらにスキルを高めたい方に。
 〈連携講座〉 具体的にやりたい事がある方に。(吹田市内で開催されている各種養成講座)

次はいろいろな
講座に挑戦
してみましょう!

ラコちゃん



〈スキルアップ講座〉

eNカレでは学びきれなかった
知識やスキルを身につけよう!!

■会場:ラコルタ

※修了生以外でもお申込み可能です。
お申込み・お問合せはラコルタまで。

「つながりづくり」 の始め方・楽しみ方

様々な実践者から活動の始め方や
仲間づくりのヒントを学びます。

■日時:2018年12月2日[日]
13時半~15時半

公益活動向けの 法人化講座

活動に取り組む上で、法人格の選び方
や設立の流れについて学びます。

■日時:2018年12月14日[金]
19時~20時半

〈連携講座〉

■会場:各主催者まで

吹田市では各種の活動に役立つスキルを身につける講座を開催。
eNカレとあわせて学びませんか? ※修了生以外でもお申込み可能です。

お申込み・お問合せは各主催者まで。

介護予防推進員 養成講座 (4回連続講座)

福祉

地域で介護予防活動をするための学習と
実技。登録者にはスキルアップ研修あり。

日時 10/10・10/24・11/7・11/21
水曜日 13時半~16時

主催 吹田市福祉部高齢福祉室支援グループ

TEL 06-6384-1375

認知症サポーター 養成講座

福祉

地域で、認知症の人と接するときの
心構えなどについて学びます。

日時 毎月開催(2月・3月除く)
14時~15時半

FAX 06-6368-7348

介護支援サポーター 養成研修 (3回連続講座)

福祉

介護施設等でのサポーター活動を通じて
社会参加・貢献を行う。65歳以上対象。

日時 6月~12月(8月除く)
毎月開催 14時~16時

主催 社会福祉法人吹田市社会福祉協議会

TEL 06-6339-1205

FAX 06-6339-1202

精神保健福祉ボランティア 養成講座 (3回講座)

福祉

精神保健福祉に関するボランティア活動
を始める為の関わり方や想いについて。

日時 11月~12月頃

主催 社会福祉法人
吹田市社会福祉協議会

TEL 06-6339-1210

FAX 06-6339-1202

半日で分かる 成年後見講座

福祉

初心者にわかりやすく、実務にも役立つ講座。
「成年後見制度」の仕組み・実務・事例を
半日で「早わかり」できます。

日時 12/1(土)13時~17時(予定)

主催 NPO法人 障がい者・高齢者
市民後見 STEP

TEL06-6155-5432 FAX06-6833-6599

メール info@npostep.jp

第12期ミュージックトレーナー (療法的音楽活動実践者) 養成講座

福祉

高齢者、障がい者・見施設などで音楽を
使った活動の実践者を養成する講座です。

日時 9月~2019年3月

主催 NPO法人吹田市音楽療法推進会
おんがく・さ~くる・コスモス

TEL06-6380-3844 FAX06-6380-3853

メール music-cosmos@nifty.com

子育て支援 傾聴ボランティア養成講座

子育て

子育て中の若い世代に寄り添い、
思いを聴くボランティア。

日時 2019年2月・3月(予定)

共催 吹田傾聴「ほほえみ」、吹田市のびのび
子育てプラザ、吹田市社会福祉協議会

TEL・FAX 06-6876-8635

メール Kh2000@extra.ocn.ne.jp

すいた環境サポーター 養成講座 (全15回予定)

環境

多様な環境問題について体験学習を通じて
学ぶ。18歳以上対象。市外の方も申込可。

日時 8月~2019年1月

主催 吹田市環境部環境政策室

TEL 06-6384-1701

FAX 06-6368-9900

参画スタッフ 養成セミナー

男女
共同

企画力や発信力などを身に付け、参画
スタッフとして一緒に活動しませんか。

日時 2019年1月~2月(予定)

地域保育スタッフ 養成講座

子育て

デュオ等で保育スタッフとして、
子育て中の人を支援しませんか。

日時 2019年1月~2月(予定)

主催 吹田市立男女共同参画
センター(デュオ)

TEL 06-6388-1451

FAX 06-6385-5411

第5期 9月7日[金]夜 開講!

eNカレッジすいた

地域や社会とつながる最初の1歩

「地域や社会の役に立ちたい」「家族や仕事以外のつながりがほしい」

そんな思いを共有しながら、ソーシャルな生き方について考えるのが「eNカレッジすいた」です。

活動をはじめするための知識やコミュニケーションスキル、ボランティア体験などを通じて、

これまで知らなかった新しい生き方を見つけることができます。



対象 どなたでも!

参加費 無料

定員 20名(多数抽選)

※講座以外に活動体験がありますので、「ボランティア活動保険」未加入の方は保険代 300円が必要です。

開講日時:2018年9月7日・21日、10月5日・19日、11月2日・16日〈全6回〉

すべて金曜の夜 19時~21時

会場&主催:ラコルタ | 吹田市立市民公益活動センター TEL:06-6155-3167

eNカレッジすいた

2015年からはじまり、吹田市立市民公益活動センター(愛称：ラコルタ)と、
修了生による運営委員会のメンバーで運営しています。



eNカレッジ
について説明
します!

ルタちゃん

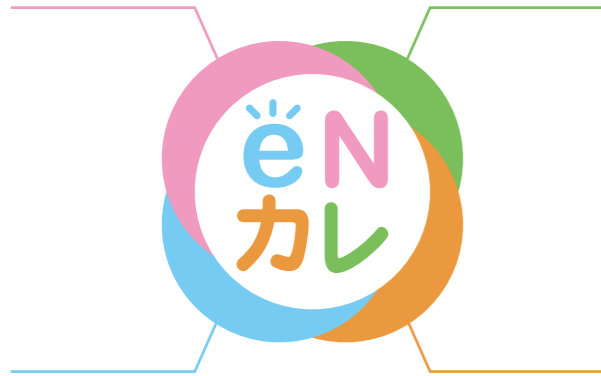
eN に込めた思い

エンパワメント

本来の力を発揮
できるような関係
づくりが生まれます。

演出

主役はアナタ。自分に
合ったソーシャルな
生き方を演出しよう。



縁むすび

ヒトやコト、
様々な縁と
つながります。

Enjoy

何よりも自分が
楽しいと思える時間を
大切に。

4 つ の 特 徴

1. 参加型のカリキュラム

グループワークや活動体験など、一方的に話を
聞くだけではなく、参加型で学んでいきます。

2. コミュニケーションスキル

コミュニケーションスキルを身につけることで
仕事や家庭など様々な場面で活かすことができます。

3. 出会いと仲間づくり

講師や受講生との新たな出会いや仲間ができる場!
これからの活動のきっかけに。

4. 活動につながるサポート

学んだことをもとに、ラコルタのスタッフが
修了後の活動相談に応じます。

修了生の声

多くの人を通じて様々
な社会活動、人との接
し方など学ぶことがあ
り、為になりました。

30代/男性

自分自身の人生の傍観者
になるのではなく、ちゃ
んと主役として参加する、
生きる、という事が大事
な事だと思いました。

50代/女性

全ての講座が面白かつ
たです。色々な方が色々
な活動をされていること
を身近に感じることが
出来ました。

40代/女性

結果ではなく、話し合
いを積み重ねるプロセス
が大事である事がわか
り新鮮でした。

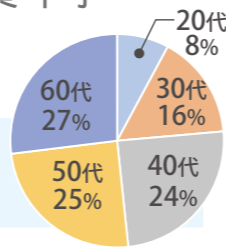
40代/男性



よくある質問

Q 参加者の年齢は?

A 今までは20代から60代の方
にご参加いただきました。
4期生までの割合→



Q 活動経験は必要ですか?

A 活動経験の有無は問いません。これまでにボラ
ンティア活動や地域活動をしたことがない方に
こそ、受けてほしい内容です。

Q 働きながらも参加できますか?

A 金曜日の夜に、月2回のペースで開催するので
無理なく参加できます。働き方を見つめなおす
ために参加される方も多いです。

Q 全回に参加しないとダメですか?

A 連続講座ですので、続けての参加をおすすめし
ますが、参加要件ではありません。

第5期生 カリキュラム全6回 金曜の夜19時~21時(毎回)

1 | 9月7日[金]

開校式

オリエンテーション

eNカレでめざすもの、アイスブレイキング、
ボランティア体験プログラム*の説明など。

(ボランティア体験の過去例) ・清掃レンジャー
・お弁当づくり など

※全6回のプログラムとは別で、希望する
ボランティア体験プログラムに参加します。

2 | 9月21日[金]

エンパワーする人間関係をつくろう

人間関係に役立つ対話力や
自尊心について学ぶ。

講師：HEALホリスティック
教育実践研究所
所長 金香百合さん



3 | 10月5日[金]

みんなで創る幸せ社会

市民自治と協働の観点から、
幸せな地域社会について考える。

講師：関西大学社会学部
社会システムデザイン専攻
教授 草郷 孝好さん



4 | 10月19日[金]

社会で“自分”を活かそう!

最初の一步をふみ出すために、
自分なりの“縁”づくりを考える。

講師：一般財団法人
大阪市コミュニティ協会
堀 久仁子さん



5 | 11月2日[金]

アサーティブな伝え方

自分の気持ちや考えを上手に伝えるための
コミュニケーション術について学ぶ。

講師：近畿大学 総合社会学部
心理系専攻
教授 堀田 美保さん



6 | 11月16日[金]

修了式

ソーシャルな活動をはじめよう!

「ボランティアだけじゃない!」
多様な社会貢献スタイルを知る。

講師：社会福祉法人
大阪ボランティア協会
梅田 純平さん



募 集 概 要

定員：20名(多数抽選) 参加費：無料(ボランティア活動保険未加入の方は保険代300円)

対象：どなたでも 会場：ラコルタ (阪急電車千里線「南千里駅」改札出て左)

※受講にあたって特別な配慮が必要な場合は、事前にご相談ください。
※提供された個人情報は、その目的以外の用途には利用いたしません。

お申し込み方法 電話・FAX・Eメール・ご来館のいずれかで、必要事項(名前・ふりがな・
年齢・TEL・FAX・住所・Eメール・ボランティア活動保険の加入状況・受講動機や講座
への期待など)を添えて下記までお申込みください。

締切日
8/30
(木)

ラコルタ | 吹田市立市民公益活動センター

吹田市津雲台1-2-1 千里ニュータウンプラザ 6階(月曜休館)

TEL 06-6155-3167 FAX 06-6833-9851 Eメール info@suita-koueki.org