ASTAGE College

MAKE TOMORROW
A LITTLE BETTER

社会に学ぶ　社会の中で学ぶ　社会の一員として学ぶ

July
2026.7

珈琲専門店
COFFEE
サンシャイン

橋崎 卓
（喫茶サンシャイン二代目マスター）

失敗は恥ではなく「自分の強み」や「自分に合う環境」を見つけるプロセス。

創業53年目の老舗・純喫茶

喫茶サンシャインは昭和48年（1973年）創業の純喫茶。1年前に移転・リニューアルした現店舗も、53年もの長きに渡って使用してきたシャンデリアや壁材など、当時からの歴史を知るモノたちを出来る限り移設して、当時の古き良き空気感が今もなお息づく素敵なお店です。

TVでも多数紹介され、全国の喫茶ファンも集う超有名店。コーヒーは生豆から自家焙煎し、名物のホットケーキもまた注文されてから粉を混ぜるこだわり。そんな思いを半世紀以上受け継いできた喫茶サンシャイン二代目マスター橋崎さんと奥様にお話を伺いました。

喫茶サンシャイン
■〒531-0001 大阪市北区梅田１丁目１－３
大阪駅前第3ビル B2-89
■電 話：06-6313-6797
■営業時間
平　日：7:30～19:45（ラストオーダー19:15）
土日祝：8:00～18:30（ラストオーダー18:00）
※営業時間は変更する場合があります。

追い詰められた状況からの転身

1973年に橋崎さんの父・光男さん夫婦が創業したサンシャイン。両親の姿を見ながら成長した橋崎さんは、卒業後、教材出版業界でサラリーマンとして働き始めました。当時の橋崎さんはというと、活き活きと働く今現在からは想像もつかないほど自分に自信がなく、失敗と叱責の日々だったそうです。この状況を変えたいと一念発起して飛び込んだ橋崎さん。一方、奥様の知里さんはというと「主人が会社員時代にミスをして落ち込んで、肩を落として帰ってくる姿を見るのが辛かった。今の喫茶店の仕事で、時々は先代とぶつかり合いながらも前へ進む姿を見ていると、家族の絆があるからこそだし、それが生きがいにもなっています。」とコメントしてくれました。

お互いの良さを活かす関係

現在のお二人の働き方について尋ねると、「主人は片付けが苦手とか、慌てるとかパニックになりやすいとかあります（笑）ですが、その発想力はすごい！知らない世界に飛び込んだり、新しく人間関係を構築したりするのは得意ですね。逆に私はSNSなどをコツコツ続けるのは苦ではないので、主人が苦手なことを私が補い、私ができない発想を主人が担う。役割分担と協力をしてやっております。」

お話の中で際立ったのは、素直に、正直に、自らの体験談を包み隠さず話してくれるお二人の人間性。サラリーマン時代に仕事に全く適応できなかった橋崎さんとそれを支えた奥さんのお話は、単なる成功物語ではなく、苦労や試行錯誤が積み重なった超リアルな内容でした。

過去のどん底や葛藤も…

最後に橋崎さんからは『失敗は恥ずべきことではなく、自分の強みや自分に合う環境を見つけるための重要なプロセス。』『過去のどん底や葛藤があったからこそ、今こうして活動できている。』と、勇気あふれるメッセージを頂きました。奥様からは「私もまさか喫茶店を経営するとは思ってなかった。理想に思い描いた人生とは違ったとしても、たどり着いた場所で工夫し、受け入れていくことが、今の充実につながっている。』と自分の心の持ち方・付き合い方のヒントを頂きました。！

年間3,300枚のホットケーキを焼き、コーヒーは毎朝、生豆から焙煎。全国の喫茶ファンが集う梅田の超人気有名店となった今も、謙虚で素直なお二人から沢山学んだ素晴らしいLIVE学習となりました！有難うございました！

本当に必要なものを
自分で選ぶ暮らし

モノの住所を定めて管理、
使わないものにはサヨナラしよう！

竹中 千明さん
（理論で整うお片付け ハグ 代表）

「片付けは買い物の時点から始まってます！」と竹中さん。「自分は、これを、いつ、どこで使う？」と使い道を決めて購入するんだそうです。本棚や靴箱、冷蔵庫の中にも「モノの住所を定めて管理」し、「使用しないものはサヨナラする」というシンプルながら、何となく曖昧に流されてしまう部分をキッチリ押さえることがポイントとのことでした。
モノが整理されていると、探す手間が省略され、結果として時間に余裕が生まれる。時間に余裕があると、心にも余裕が生まれる…そんな好循環が生まれれば、いつもの暮らしがもっとシンプルに効率よくなったり、社会全体も無駄なくエコロジーになる。「単なる片付け法の話じゃなく、自分の暮らし方とか考え方を学んだ気がする。」
「自分自身を知らないと、不要・必要の判断が出来ないので、片付けは究極の自己理解と知った。」
といった、深い考察が次々に生まれました。竹中さん、有難うございました！

理論で整うお片付け ハグ
■骨格診断／パーソナルカラー診断/顔診断
■診断に基づくお片付けサポート

和に学ぶ

行事や風習の由来を知ると、
また違った日本が見えてくる。

清水 有子さん
（和道家）

「7月7日は七夕の日です。」と聞いて不思議に思う人はいませんが、「七夕には素麺を食べる風習があって、その由来には織姫・彦星とはまた別のストーリーがあって…。」と聞くと、少し驚かれる方もあるのではないでしょうか？
有名な織姫・彦星の七夕伝説が奈良時代に日本へ伝わり、日本古来の神事「棚機（たなばた）」と結びつき、現代の形へと変化したそうで、素麺を食べる風習は諸説ありですが、古代中国に「7月7日に亡くなり霊鬼(たたり神)となった帝の子の魂を鎮めるために、大好きだった索餅（素麺と類似したお菓子）をお供えしたのが起源だそうです。その他にも、笹の葉につける五色の短冊にも、願い事によって色を選ぶなど、知らない事ばかりでした！
『暦や行事にはそれ自体に意味があると共に、家族や共同体が協力し合いながら、その行事を続けていくことにもたくさんの意味がありそう。』そんな気付きをたくさん得たメンバーたちでした！

暮らしと音楽

メロディーにのせると、
自分を表現できるのは歌のチカラ

幼い頃から歌うことが大好きで、舞台俳優として活躍されてきたゆうなさん。デビュー当初からしばらくは苦悩や困難の連続。いよいよ俳優を諦めかけた時にゆうなさんを支えてくれたのが『アンパンマンのマーチ』でした。子どもの頃によく歌った曲でしたが、大人になって改めてその歌詞の意味を知った時、心の奥底から勇気が湧いてきたそうです。
そんな想い出の曲に、メンバーたちが自らの自己紹介の歌詞を載せて、ゆうなさんが歌い、その歌詞から誰が書いた歌詞なのかを当てる…というワークを行いました。
作詞することは、ほとんどのメンバーが初体験。最初はドギマギとなかなかペンが進みませんでしたが、そこはこの歌が持つチカラなのでしょうか!? ひとたび書き始めると、次々にコトバが浮かんできます！即興でこそ生まれるライブ感と、ゆうなさんの歌のチカラがミックスされて、とっても素晴らしい曲たちが生まれる奇跡の時間となりました！

■株式会社キャリアンヌ
■〒531-0076 大阪市北区大淀中2-1-1
小川ビル4Fヨリドコワーキン内
■メール： info@carrianne.co.jp
■事業：ブランドコンサルティング

ゆうな
（ソングコミュニケーター）

私の仕事の選び方

1ミリでも前に進めば、それは立派な前進です。

家庭の経済的な事情から、高校3年の9月という卒業間際での退学となった沓澤さんは、ほんの少しだけ落ち込んだ後は、家計の為にと昼夜を問わずアルバイトに奔走。そこで社会の厳しさを嫌というほど学びます。家族の為、生活の為と、今、流行のダブルワーク、トリプルワークを行う中で、PCの面白さに出会いました。ちょうど時代はホームページが出始めた頃。時流に乗ってPC関連の業務が増え、ITエンジニアという現在の仕事にたどり着きました。言葉にするとシンプルですが、その道のりは苦労の連続。その時々で次のような言葉が沓澤さんを支えたそうです。
『完璧な準備なんて、一生できない。60%でいいから動き出してみよう。』『人と比べたって仕方ない。昨日の自分と比べてみよう。』『いつかやろうは馬鹿野郎。』『1mmでも前進していれば、それは立派な前進です。』『立ち止まってるんじゃない。高くジャンプするために力を溜めているんだ。』沓澤さんの実体験からくる言葉に、メンバーたちも頷きながら必死にメモをとっていました。また、その後の振り返りも、自分の考え癖や慎重になり過ぎることについて、色々な対話が生まれる素晴らしい時間となりました！

沓澤 繁臣さん
（ANLIMITRIA代表）

ANLIMITRIA
■Web構築・AI活用 伴走型サポート
■音声製作、ナレーションサービス

みんなで地域清掃！　清掃は気付きを育てる学び

ASTAGEカレッジでは、定期的に「地域清掃」を行っています。ASTAGEカレッジを出発して、京阪関目駅までの国道の大通り沿いや、近隣の公園など人通りの多い所などをゴミを拾いながら歩きます。タバコの吸殻、ペットボトルや食べ物のパッケージ、中には「えっ!?」と驚くような大きなゴミまで落ちています。

地域清掃を行うと地域がキレイになることの他、ゴミを拾った人はゴミをポイ捨てしなくなるという効果も見られます。ゴミを拾う側の視点に立って行動するからこその気付きが生まれるからでしょうね。複眼的で多様な視点を育むASTAGEカレッジ流の学びが生まれるプログラムにあなたも参加しませんか？

チャレンジクッキング　失敗も試行錯誤も、ぜんぶごちそう

今回のmenu

- カップヌードルスパイシー炒飯
- 白菜と鶏ひき肉の糸こんにゃくスープ
- よだれ茄子

あの国民的ヒット商品であるカップヌードルを使ってスパイシーチャーハンをつくるという企画に誰もが興味深々でした。初参加の方や普段、全く料理をしないというメンバーが多く、フレッシュな雰囲気で始まった今回のチャレクック。
チームメンバーと話し合いながら、右往左往しながら取り組んだ90分ならぬ120分。予定時間はオーバーしちゃったけど、納得のいく料理が完成しました！

オーブン粘土で陶芸

作品に映るその人の個性

作品作りは、その人の性格や思考パターンをよくよく現してくれますね（笑）
実用的な器や箸置きをつくる人、自分の好きなキャラを無心でつくる人、指や手に任せるように自由に作ってたらだんだんカタチになってくる人などなど。
オーブンで素焼きして、塗装して、またオーブンで焼きつけて。

何度か手元を離れる訳ですが、その作品からその人らしさが伝わってくるのも不思議なようで、やっぱりその人のキャラクターが投影されるんだなって思います。

これは真理で、仕事ぶりを見ても、机の中や冷蔵庫の中を見ても、やっぱりその人の個性がにじんでくるから面白い！

ハギレでカードケース作り

試行錯誤が成長のきっかけに

端切れかでカードケースをつくろう！というと、「え～、手芸っすか～!?」と苦手意識が言葉でこぼれてきます。
YouTubeを見ながら、横のメンバー同士で「ああでもない、こうでもない…」と言い合いながら取り組む姿を見て、みんなの成長を感じる日々です（笑）

少し前までは『答えが見えない』『正解がわからない』といった状況を苦手に感じる人も多かったのですが、最近は、そんな『上手くいかない状況』でも、仲間同士で話の種に出来るようになってきました。
こうなってくると、新しいメンバーたちも、そのモードに入りやすくなるから不思議です！

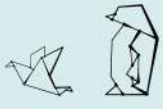
おとな折り紙

折るたびに考える力が育つ

折紙は小さい頃から慣れ親しんだ遊び…というのは、今のご時世、随分前のお話と受け取る人の方が多いのかもしれませんね。
二次元を三次元に起こすという難しさ。あたり前だけれども、その難しさがゲーム世代の彼らには共通しているように思います。

動画や本を見ながら、「説明ではこうなってるけど、実際にやってみると、裏の折り込みがわからん…、どっちに折るんだろう!?」といった図形や展開図の問題が次々に姿を現します。

人の手が創り出すものの価値が問われるAI時代において、脱AI時代の切り札は、案外と折紙から始まるのかもしれませんね。信じるか信じないかはあなた次第です！



私のシラナイ世界

毎日をほんの少し見直すだけで、笑顔や前を向く力が湧いてくる

中西 勇太さん
（脳外科医・吹田市議会議員）

中西さんは脳外科医として数多くの患者さんを診る中で「脳血管疾患はコンビニ弁当やファストフードなどを沢山食べている人に多い。」と強く感じました。
食の大切さを聞いたメンバーからは「精神的にしんどかった時期は食事がひどく偏っていた。気持ちの問題だけでなく、食事という土台が崩れていたんだなと気づかされた。」との声が挙がりました。
中西さんからは「病院に運ばれて来ても、何の手立ても出来ず亡くなっていく方、一時的に回復したけども後に急変された方など、ドラマや映画と違って、救えなかった命の方がホントは多い。」「医療が最後の砦であるとしても、救えない命がある。日々の食生活や運動など、何気ない日常をほんの少し見直すことが一番大事！」といったコメントをもらいました。
2023年から吹田市議会議員としても活動を開始。三児のパパとして、未来を生きる沢山の子供たちの為に健全な社会づくりに邁進しておられます。

中西勇太後援会事務所
■〒564-0061吹田市円山町6丁目21
フォーシーズン関大前101号室
■連絡先：080-8125-7813

地球にフレル

『香害』って考えた事ありますか？

佐々木 宏典さん
（長岡ヘルスケアセンター）

台所洗剤やトイレの芳香剤など、至る所で暮らしを支える化学物質。佐々木さんがそれらに体が反応する「化学物質過敏症」を発症したのは30代半ばでした。きっかけは、引っ越し先の芳香剤。次第に色々な香りに体が反応するようになり、職場の同僚が使用している柔軟剤やカーテンの防炎剤の香りなどに次々と反応していきました。
この病の辛い所は「自分がどれだけ準備しても、相手や周囲の協力が得られないと、症状が悪化する所」と佐々木さん。
外観からはわからない生き辛さという共通点を感じたメンバーからも「他人事とは思えない。」「伝える時の怖さやは不安は、想像しただけで…。」と共感のコメントが相次ぎました。
「自分も人前でちゃんと話したのは初めての体験。まだまだ知られていないのが現状。自分も発信を続けていきたい。」という佐々木さんを、私たちも応援していきたいと思います！

【参考】
■認定NPO法人化学物質過敏症支援センターHP

よのなか探訪　社会の中で、楽しみ、学ぶ

「鶴見緑地公園」のだだっ広い芝生の上で、思いっきり体を動かして、フリスビーやモルックを投げて汗を流しました。「ピースおおさか」では、先の大戦で大きな被害を受けたのは広島・長崎・沖縄だけじゃなく、大阪にも大空襲があった事を沢山の記録と人々の記憶から学びました。

「よのなかの色々な場所を訪れて、その場を楽しみ、その場に学ぶ。」

実社会で活きるチカラは、こうした社会の中で、社会の一員として、社会に学ぶことでこそ身につくものだと考えています。

5月27日(火)は『鶴見緑地公園』でスポーツを楽しみました！

6月23日(火)は「ピースおおさか」で多くの事を学びました。

ピースおおさか（大阪国際平和センター）
■〒540-0002　大阪市中央区大阪城2番1号
■TEL：06-6947-7208
■受付時間：午前9時～午後5時（休館日を除く）

人生グラフ

「今の自分も悪くないな」って思えるようになりました

澤井さんには年の離れたお兄さんが居て、幼い頃からいつも優秀な兄と比べられる日々でした。誰かと比べられて「駄目だ、駄目だ」と言われたら、子どもの心は痛んで当然。20歳を迎える頃には、澤井さんはそのストレスから食事が喉を通らなくなり始め、体重は37kgとなった頃には入院治療が必要なレベルでした。
退院後も実家には戻らず、親戚のおじさんのお家で生活を始めた澤井さん。自分の養生がためとは言え「仕事をしない訳にはいかん！」と、共働きのおじさん夫婦に昼ご飯を作ることを始めます。その時のおばさんの一言が、人生のターニングポイント。「うわー、美味しい！助かるわぁ！有難う！」その言葉はモノクロに見えていた澤井さん世界に一気に彩りを与えてくれました。
人から必要とされたり、人の役に立てることが何よりの良薬。そこから澤井さんはメキメキと回復し、大阪に戻り、仕事につき、結婚もし、お子さんを育て、超忙しい多忙な毎日。人生の紆余曲折を愛おしそうに話してくれました。

澤井 恵美子さん
（高齢者と子どもをつなぐ地域活動）

氣づきと学び

人生のやり直しは出来ないけど、出直しは出来る

人生が上手くいかず悩んだ三木さんは、自分自身の中にある「怒りの感情」に原因があると気付きました。心理学、カウンセリング、フラワーセラピーを学びながら自分と向き合い、その経験を活かして誰かを助ける事業活動を模索し始めました。
やがて、三木さんの想いは独自のメソッドへと発展し、「人生のやり直しは出来ないけど、出直しは出来る」とのアイディアの元、人生に行詰った人たちへのサポート事業を開始されました。
そんな折、最愛の息子の自死という突然の不幸に見舞われます。沢山の人を救う事業を目指しながら、最も身近な家族の想いに気付いてあげられなかったという想いは、三木さんを絶望の淵へといざないました。
「正直言って、まだその出来事から立ち直ることは出来ていない。」と、その胸中を素直に語りながらも、やはり多くの仲間に支えられて『大阪の若者の自死をゼロにする』という使命を持って、大切な存在を亡くした方々の想いを支えるグリーフケアに取り組んでおられます。

三木 あゆみ さん
（お花のグリーフケア）

「人間探求REPORT」を語る

ASTAGEカレッジでは、曜日ごとにテーマを変えて、様々な取り組みをしています。金曜日の自分探求学の中でも、人気（!?）なのがこの『人間探求REPORT』です。
取り組み方は至ってシンプル。人間誰しもが感じるような思いや、誰にでも共通してある経験などをテーマに、それを深掘りしてみよう！という企画です。

これまでに取り組んだテーマは、『焦り』『期待』『後悔』などなど、鮮度の高いモノばかり。
最初は「難しそうだなぁ」と手が止まっていたメンバーも、「そういえば、あの時…」と色々な話題が飛びかい始めると、ドンドンとイメージが広がっていきます。
どんなに複雑なテーマでも、仲間との対話を中心に色んなアイディアを共有すると、少しずつ解像度が上がっていく様なこの感覚。
この学び方を身につけることも、この人間探求REPORTの狙いの一つなんですよね。

『緊張するのはなんで？』
『好奇心はどこから来る？』
『名誉ってナニ!?』 人間探求

ハッピーボイトレ

声で自分に暗示をかける 表情から人生をポジティブに

ボイトレと聞くと、歌唱力アップのためのトレーニングを想像しますが、今回から始まったのは、声を出してハッピーになるためのハッピーボイトレです。
「あ～あ、何かしんどいな…」って日は、いつの間にか声まで暗くなってしまいますよね？心や身体のしんどいさにつられて、声のトーンまで暗くなるってことは、逆に考えると、声のトーンが明るくなれば心身が元気になるっていう、そんな大月さんのお話からプログラムはスタートしました。
いざ実践！ということで、各自が手鏡を片手に自分の口元を見ながら声を出していると、大月さんから「続いて口角を少し上げながら、おでこにシワが寄らないように目ヂカラを込めて！舌を出し入れして！」とテンポよく声が掛かります。
これが意外と大変で、普段意識しない口元の筋肉や表情筋を使うもんで、疲労感はハンパなし。それでも段々と声のトーンが明るくなって、いつのまにか、みんなも笑顔になっていました（笑）

大月 智栄 さん
（MusicSalon OPAL MOON代表）

Music Salon OPAL MOON
■大阪市北区曽根崎新地1-1-17 バーボンストリートビル2階
■大月さんが手がける音楽サロン。若手音楽家の支援活動も兼ねており、音楽発表の場を与えると共に接遇等を学ぶ場としても機能している。

心と身体の合氣道

“氣”は、誰もが持つ自然のチカラ

合氣道の「氣」という考え方は、わかりそうで説明が難しいもの。僕らのイメージとしたら、身体に触れずに相手を倒したり、マンガやアニメの世界で「氣」を練り上げて鋼の肉体をつくったり、かめはめ波みたいな必殺技を出したり…といった所ではないでしょうか？
今回の講座では、そういった特別な話は全くなく、「氣」は誰にでもあるという合氣道の考え方を学ぶ時間となりました。
「氣」を体験するデモンストレーションでは、つま先立ちをして心を静め、踵をゆっくりと降ろします。すると、それまで押されるとグラグラ揺れていた身体が、どっしりと安定して倒れません。
これは特別な技術ではなく、人間だれもが持つ「氣」を整える方法の一つなんだそうです。「靴を履き、舗装された道を歩く現代人の私たちは、つま先まで氣を通して歩くという事が普段から出来ていない証拠ですね。」と萩原さん。次回は更に実践的な内容になるとのことで、とっても楽しみですね！

萩原 寛治 さん
（心身統一合氣道）

心身統一合氣道　豊中岡町教室
■〒561-0881 豊中市中桜塚2丁目27-22 るりホール
■TEL：080-5180-7503

心と体の豆知識

表情筋と「明るい声」の作り方
明るい声は、表情から作られます。日本語は口元だけで話せてしまうため、意識しないと顔の筋肉が衰えがちです。
- 笑顔を作る: 笑顔を作ると脳が「楽しい」と錯覚し、声のトーンが自然と明るくなります。
- 表情筋トレーニング:
  - 口を閉じ、口角を横に引く。
  - 頬の筋肉を上に持ち上げる（指で押さえて位置を確認すると効果的）。
  - 歯をしっかり見せる「ビッグスマイル」を意識する。
- 目ヂカラアップ:
  - おでこにシワを寄せないように、目を大きく見開く（黒目の上の白目が見えるように）。
  - 日々のデスクワークやスマホ操作で下向きになりがちな視線を、意識的に遠くへ向ける。

正しい発声のための身体づくり
ベロ（舌）のトレーニング
舌の筋肉を鍛えることは、滑舌向上だけでなく、誤嚥性肺炎の予防にもつながります。
- 正しい舌の位置: 上あごにベタッとつくのではなく、真ん中で浮いている状態が理想です。
- トレーニング法: にっこり笑った状態で舌を少し出し、喉の奥の筋肉を使って出し入れを繰り返します。

呼吸法
- 鼻呼吸の重要性: 鼻呼吸は肺に直接空気を送り込みます。
- 深呼吸の練習: 鼻から吸い、口から長くゆっくりと吐き出す。これを繰り返すことで、肺のすみずみまで空気を取り込み、横隔膜を鍛えます。

WE WERE HERE

ここで過ごした
大切な思い出

HAPPY GRADUATION!

6月末で卒業を迎えたメンバー・Tさんの卒業プログラムを開催しました。
TさんがASTAGEカレッジの門をくぐったのは50歳を過ぎてから。20代からの約30年間は医療的な治療や訓練と引きこもり（Tさん談）の時代だったそうです。そこから今につながる物語を、卒業記念スピーチとして話してくれました。

自分も親も年を重ね、将来に不安を抱き始めたTさんは「働かなければ…。」と幾つもの事業所を見学して周り、ASTAGEカレッジを選びました。
「通い始めた頃は不安が大きくて、周りのみんなは良くて私はダメ…みたいな思考に囚われていました。」と振り返るTさん。そこからアッと言う間の3年間だったそうです。

紆余曲折を語る中で、Tさんが強調したのは、メンバーたちの『素直さ・ひた向きさ』でした。それに憧れ、助けられ、高めあうようにTさんも素直にひた向きに取り組みを続けてくれました。

社会体感実習でお世話になった㈱山元紙包装社の山元社長、プラハード㈱/マコト化成㈱の牧野さん・荒牧さんも駆けつけて下さいました。「初めての実習の時は、呼吸するのも忘れるくらい緊張して…」と振り返るTさんに対して、お三方からも「Tさんなら大丈夫！」と温かいエールが贈られました。

最後はメンバーからの寄せ書きのプレゼントと共に、山下校長から「過去がどうであれ過去に縛られず、今がどうであれ今に拘り過ぎず、明日の自分を創っていくのがASTAGEカレッジ魂です！」と熱盛なエールが贈られました。

長い長いトンネルを抜け、3年前とは比べ物にならないくらいのステキな笑顔がトレードマークとなったTさん。
「仲間の力、仲間のお陰！」と最後まで感謝を忘れないTさんでしたが、Tさんもまた、沢山の仲間たちを勇気づけ、仲間たちを支える存在でした！
3年間、お疲れさまでした！そしてこれからもヨロシク！

ビジター参加の皆様 VISITOR

ASTAGEカレッジでは『共に学び合い、共に教え合う』ことを目的に、積極的にビジター参加を受け入れています。
様々な経験や異なる立場を持った方々が出会い、共に歩むASTAGEカレッジに来てみませんか？
皆様のご参加をお待ちしております。

古山さん
ソニー生命保険（株）

荒牧 雅 さん
マコト化成（株）

牧野 真也 さん
プラハード㈱

山名 宏紀さん
（株）アウラ

吉田 弘人 さん
総合探偵社さくら

奥村淳浩さん
奥村カイハツ(株)

鄭 恵芳さん
本草漢方養生塾

山元 康平さん
（株）山元紙包装社

川﨑 益彦さん
桜宮ゴルフクラブ（株）

坂平 朋子さん
ヒトラフ

なかたに 美樹さん
臨床美術士

土林 由美子さん
日本看取り士会

松江 隆明さん
作家・感動営業教育家

内海 さち さん
写真家

塩見 理紗 さん
合同会社 結

アステージカレッジの想い

“評価より対話”を。“教わるより学び合い”を。
複数の声や価値観があふれる場。
アステージカレッジの提供する学びから、
誰もが生きやすい社会づくりを目指します。

モジャモジャがハテナに、
ハテナがピッカーンになる学校。

■お問合せフォーム ■公式Instagram ■公式Blog

ASTAGEカレッジでは、一緒に学ぶメンバーを募集しています！

社会に学ぶ 社会の中で学ぶ 社会の一員として学ぶ

編集・発行元
ASTAGE college
自立訓練（生活訓練）事業所　アステージカレッジ

〒536-0008
大阪市城東区関目5-3-9-2F
☎06-4400-1882　FAX06-7633-8863
✉info@astage-college.com

ASTAGEカレッジは、こんなお悩みをお持ちの方をサポートする専門機関です。

- ■病や障がいについて相談したい方
- ■会社を休職中の方
- ■就職サポートを受けたい方
- ■不登校・引きこもり
- ■家族や関係者からのご相談
- ■居場所・仲間づくりをしたい方

見学や体験は随時受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください！

■京阪「関目」
■地下鉄
「関目高殿」
「関目成育」
から徒歩3分