

公開講座

令和8年度 生涯学習上田自由塾

上田自由塾の通常講座に一度参加し体験してみたい！と感じている皆さん！自由塾の活動の一端を知っていただく良い機会と思います。一歩切り込んだ課題を選定し、市民の皆様の教養・文化の向上にアピールしたいと考えます。

★申込みは下記電話または 上田自由塾ホームページ 公開講座応募フォームからお申し込みください。

◆生涯学習「上田自由塾」事務局（平日9時～16時） **Tel (0268-22-6840)**

★応募期間 **10/19（月）9時～10/30（金）正午 締切**

★定員になり次第締め切ります。（先着順）

★講座内容 直接講師にお尋ねください。



●受講決定について

- ・応募フォームからの申し込みの方にはお申し込みされたアドレスに返信いたしますので確認をお願いいたします。
- ・お電話での申し込みの方には、お電話でお知らせいたします。

◆水分補給のため各自で飲み物をご持参ください。

◆キャンセルされる場合は早めに事務局又は講師に連絡をお願いいたします。

8201	講師名	中山 雅彦 090-8875-3914		
講座名	もう一度 書道教室			
開催日時	11/8(日) 午前10:00～11:30			
会場	丸子公民館			
定員	17名	材料費	なし	
対象者	どなたでも			
持ち物	筆、墨汁、硯、文鎮、フェルトの下敷き、書道半紙、古新聞紙、雑巾、筆記用具			
講座内容	筆使いの基本から、文字を美しく整えて書くコツをお伝えします。			

8202	講師名	浜村 敏雄 090-9802-4413		
講座名	ボールペン「美文字講座」			
開催日時	11/8(日) 午前10:00～11:30			
会場	上田中央公民館			
定員	12名	材料費	なし	
対象者	大人			
持ち物	普段お使いのボールペン(0.7mmがおすすめ) 筆記用具			
講座内容	自分の名前と住所を美しく。楷書の基本とコツを学びます。			

8203	講師名	中嶋 研二 090-2533-1808		
講座名	ボケやすい人、ボケにくい人			
開催日時	11/11(水) 午後1:30～2:30			
会場	上田中央公民館			
定員	20 名	材料費	なし	
対象者	どなたでも			
持ち物	筆記用具			
講座内容	認知症を治す方法は未だありません。認知症を予防する方法は世界的にも明らかになってきました。			

8204	講師名	風祭 智秋 090-1697-2739		
講座名	知らなかった！ 五行歌を楽しむ			
開催日時	11/21(土) 午後1:30～3:30			
会場	塩田公民館			
定員	30名	材料費	なし	
対象者	どなたでも。お子さんもOK			
持ち物	筆記用具			
講座内容	(月刊五行歌誌『彩』通巻300号記念) 今夏、地元新聞でも話題になった五行歌を楽しんでみませんか？			