

平成
30
年度

生涯楽習上田自由塾 子ども向け夏季講座

- ◆夏休みの作品作り、楽しい講座がいっぱい！！
- ◆園児、小学生、中学生の皆さん大歓迎！！是非参加してみませんか？

- ・申込方法 郵便はがきに右上の記入「みほん」を参考の上、希望があれば第2希望までお書きください。
たくさんの皆様に受講して頂きたいので、申し込みはハガキ1枚で原則1人（1家族）1講座受講とさせていただきます。
- ・申込み 問い合わせ 生涯楽習「上田自由塾」事務局
〒386-0016 上田市国分985-1 985号ビル3F 電話(0268)22-6840
◆ 受講決定ハガキ発送の都合上締め切りは厳守してください。 ◆ 申込者が多数の場合は抽選となります。
- ・講座内容 内容や参加方法については、直接講師にお聞きください。お申込みいただいた個人の情報は夏季講座にのみ使用させていただきますのでご了承ください。

受講生募集：
募集期間は 平成30年7月2日～7月13日
必着厳守



(裏面) 夏季講座申込書
第1希望 No. _____ 講座名 _____
第2希望 No. _____ 講座名 _____
〒 _____
住所 _____
電話番号 or 携帯番号 _____
(必ずお書きください)
保護者 氏名 _____ (フリガナ)
参加者氏名 _____ 学年 () _____
(フリガナ)
参加者氏名 _____ 学年 _____
参加者(作る人)人数 () 名
必ずお書きください

★講座名： おうちCafé親子パン教室

講師名 成澤 揚子 090-4153-5956

No.	開催日	曜日	会 場	定員	材料資料代・対象者	内 容	持ち物
1	7/26	木	上野が丘公民館 9:30～12:30	12組	親子1組600円	かわいいいちぎりパンを作ってサンドイッチに仕上げます。 デザートに桃を使ったぷるぷるピーチゼリーも作りますのでお楽しみに！	エプロン、三角巾、ハンドタオル、布巾2～3枚、台拭き、子供用上履き、筆記用具、お土産用入れ物
2	7/26	木	上野が丘公民館 13:30～16:30	12組	子ども1人増300円		
3	7/27	金	西部公民館 9:30～12:30	10組	小中学生とその保護者		
4	7/27	金	西部公民館 13:30～16:30	10組			
5	7/28	土	川西公民館 9:30～12:30	10組	アレルギーのある方、幼児をお連れの方は要相談		
6	7/28	土	川西公民館 13:30～16:30	10組			
7	7/29	日	城南公民館 9:30～12:30	12組			
8	7/29	日	城南公民館 13:30～16:30	12組			

★講座名： 初めてのかが作り

講師名 大谷 妙子 050-1136-4509

9	7/27	金	上田中央公民館 9:30～11:00	12名	100円	かごを編みましょう。どんな形になるのか楽しみ！夏休みの作品にどうぞ！	タオル、筆記用具
10	7/27	金	西部公民館 13:30～15:00	12名	小学3年以上		
11	8/8	水	上野が丘公民館 9:30～11:00	12名			
12	8/10	金	城南公民館 14:00～15:30	12名			

★講座名： ゆかたを着てわっしょいに行こう！

講師名 鬼久保 昌子 090-3585-2977

13	7/28	土	上田中央公民館 9:30～11:30	20名	借用したい方はクリーニング代300円	ゆかたの着方と帯むすび。(時間のある方は盆踊りの練習をやりたいな！)	ゆかた、帯、筆記用具
----	------	---	--------------------	-----	--------------------	------------------------------------	------------

★講座名： かわいいカゴ作り

講師名 青木 嘉子 0268-64-3357

14	7/29	日	上田中央公民館 10:00～12:00	12名	200円 小学3年以上 小2以下は保護者同伴	小さめだけどカラフルでかわいいカゴを作ってみよう。	タオル、筆記用具
----	------	---	---------------------	-----	---------------------------	---------------------------	----------

★講座名： かんたんダンスとストレッチ

講師名 田中 陽子 090-7181-3707

15	7/29	日	塩田公民館 10:15～11:45	20名	無料 小学生 (保護者の皆様の参加も可能です)	かんたんなダンスです。曲に合わせて楽しく踊ろう！	上はき(各自)、筆記用具、飲み物
16	8/9	木	城南公民館 13:00～14:30	20名			

★講座名： かわいい巾着袋作り

講師名 北澤 実左子 0268-26-0107

17	7/31	火	川西公民館 13:30～15:00	10名	1人100円	お弁当入れやシューズ入れにもなり、夏休みの作品にもなります。	定規、はさみ、針、筆記用具、ゴミ入れ
18	8/10	金	川西公民館 13:30～15:00	10名	小学生～大人 小4以下は保護者同伴		

裏面もごらんください。

★ 講座名 : ガラススタイルでプラカップのランプ

講師名 小宮山 泰子 090-4547-2825

No.	開催日	曜日	会 場	定員	材料資料代・対象者	内 容	持ち物
19	7/31	火	上田創造館 10:00～11:30	10名	1人500円	好きな色のガラススタイルを選んで、イルカや貝がらで飾れば夏にピッタリなLEDランプのできあがり！	ウェットティッシュ又はぬらしてもいいハンカチ、筆記用具
20	7/31	火	上田創造館 13:00～14:30	10名			
21	8/1	水	上田創造館 10:00～11:30	10名	小学生以上		
22	8/1	水	上田創造館 13:00～14:30	10名	(小2以下は保護者同伴)		

★ 講座名 : お茶で遊ぶ

講師名 齊藤 宗和 0268-38-3004

23	8/1	水	サントミューゼ和室 13:00～16:00	10名	200円 小学生以上	おいしいお菓子を食べ、お茶を飲み作法を覚えましょう。	白くつ下、筆記用具
----	-----	---	-----------------------	-----	------------	----------------------------	-----------

★ 講座名 : 手形で遊ぼうキットパスandパステルアート

講師名 石坂 恵 090-4010-1829

24	8/2	木	西部公民館 13:00～14:30	10名	1人500円 幼児は保護者同伴 (1組500円)	手形アートとパステルアートを組み合わせて自分だけのオリジナル作品が出来上がります。(1人色紙1枚予定)	汚れてもいいタオル・エプロン、筆記用具
----	-----	---	-------------------	-----	-----------------------------	---	---------------------

講師名 坂口 恵美子 090-1538-2281

25	★ポーセラーツのオリジナルプレート			12名	1人1300円(郵送料含) 小中学生と保護者	転写紙を貼りオリジナルのマイプレートを作りましょう。焼成後 郵送いたします。	筆記用具、ゴミ袋、ティッシュペーパー、 ハサミ、トレー(水入れ)、ピンセット
	8/3	金	西部公民館 10:00～12:00				
26	★クレイクチュールでマグネット作り			12名	1人600円 小学生と保護者	クレイ(ねん土)を使って楽しくマグネットを作りましょう	筆記用具・ゴミ袋・ウェットティッシュ
	8/3	金	西部公民館 13:00～15:00				
27	★動物パンと簡単デザート			8組	親子1組600円(子供1人追加300円) 小学生とその保護者	あんクリーム入りの動物パンを作ります。	エプロン、ハンドタオル、布巾、台拭き、 子供用上履き、筆記用具、お土産入れ物
	8/5	日	城南公民館 10:00～12:00				

★ 講座名 : ロディ ヨガ®

講師名 大熊 明美 090-2243-1433

28	8/3	金	神川地区公民館 13:00～14:30	10名	3歳～小6 未就学児は保護者同伴	ロディと一緒に楽しくヨガで遊びましょう。	タオル、色鉛筆、運動できる支度、筆記用具、飲み物
----	-----	---	---------------------	-----	------------------	----------------------	--------------------------

★ 講座名 : わくわく科学教室くどっかん>

講師名 渡辺 規夫 0268-23-1371

29	8/4	土	上田中央公民館 10:00～12:00	40名	無料 幼児、小中高生、大人 幼児～小学生は保護者同伴	「ものがよく燃えるようにするには」について分子模型と実験で考えます。	筆記用具
----	-----	---	---------------------	-----	-------------------------------	------------------------------------	------

★ 講座名 : 絵の具あそびと光の万華鏡

講師名 大原 あさみ 0268-75-4611

30	8/5	日	上田中央公民館 10:00～12:00	20名	100円 幼児～小学生 小4以下は保護者同伴	3色の絵の具で色を作ったり、光がキレイに見える万華鏡を作って色を楽しもう！	絵の具用筆、水入れ、パレット、カッター、筆記用具、新聞紙
----	-----	---	---------------------	-----	---------------------------	---------------------------------------	------------------------------

★ 講座名 : みんなで楽しむ紙芝居

講師名 伊藤 博敏 090-2767-3643

31	8/6	月	上田中央公民館 10:00～11:30	15名	無料 幼児から小中学生とその保護者	物語や昔話などの紙芝居を演ずる練習をし、最後に発表しよう！ (桃太郎他・・・)	筆記用具
----	-----	---	---------------------	-----	----------------------	---	------

★ 講座名 : 塩田のカレーやさん

講師名 高橋順子 090-2656-2915

32	8/8	水	塩田公民館 10:00～13:00	20名	1人100円	インド風カレー＆ナン作り。 すいかのショートケーキにも挑戦！	エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
33	8/9	木	塩田公民館 10:00～13:00	20名	幼児～大人(小3以下は保護者同伴)		

★ 講座名 : スポーツ吹矢 体験

講師名 中嶋 研二 090-2533-1808

34	8/9	木	上田創造館 13:30～15:00	20名	100円 小3以上	運動の苦手な人も楽しくやれます。	筆記用具
----	-----	---	-------------------	-----	-----------	------------------	------

必ずお読みください！

①お料理講座は火を使用する都合上、出来るだけ保護者の同伴をお願いします。

②受講決定ハガキが届いた後キャンセルする場合は、3日前までに事務局または講師にご連絡ください。以後のキャンセルは材料費を頂く場合がありますのでご承知ください。

③応募者以外の参加は、材料などの都合で参加出来ません。 ④水分補給のため、各自で飲み物をご持参ください。 ⑤参加費はつり銭の無いようご注意ください。