

誰でも先生
誰もが塾生

講師募集します!!

応募期間

令和2年11月1日(日)

～12月25日(金)必着厳守

令和3年度
生涯学習上田自由塾

資格

どなたでも講師になれます
(年齢・資格・地域制限などはありません)
*自由塾の理念に賛同し、規約に沿って
講座を開催していただける方)

開講期間

令和3年4月4日(開塾式以降)
～翌年3月末日まで

講座の回数

月1回～2回の講座で1回90分
(原則)
*90分を超える講座については事務局に
ご相談ください

会場

おもに上田、丸子、真田、武石の公民館創
造館などの公共施設等

★文系・古典・英会話・理系・体育系・料理・園芸・手芸
・音楽・楽器・生け花・パソコン・絵画・朗読・コカリナ
・書道・山歩きなど、ジャンルは問いません。

講座のテーマ・内容

・初めての方でも気軽に楽しく学べる講座
・趣味、研究しているもの、職業上の経験などで教えられるもの
(ただし、特定の政治、宗教、企業などの宣伝・営利を目的とし
たものは除く)

応募方法

・講座の内容、年間計画、希望会場などを『講座計画書(講師申
込書)』に記入の上事務局にご提出ください
『講座計画書』は市内公民館などに置いてあります。
なお『講座計画書』はホームページからもダウンロードして
いただけます。
・[募集協力費]として1講座につき1,000円納入していただ
きます。
(応募にあたってご不明な点がありましたら下記上田自由塾にお
問い合わせください)

上田地域の公共施設を会場に、市民の生きがいを高めることを目的として開設された上田自由塾。
毎年度開講する講座は更新されています。市民が主導の生涯学習です。講師や塾生の募集広報と講座の会場は
行政に協力・提供していただき、運営は民間により行われています。
令和2年度は講師数92名(講座数179)、塾生数は約2,300名で7月にスタートしました。
あなたの培った知識や経験を活かし、講師として“教える楽しさ”を体験してみませんか。

◇ お問合せは ◇

〒386-0016 上田市国分 985-1 985号ビル 3F 生涯学習上田自由塾事務局(平日9時～4時)

TEL 0268-22-6840 FAX 0268-71-0384

ホームページ [http:// ueda-jiyujuku.happygate.co.jp/](http://ueda-jiyujuku.happygate.co.jp/)

Eメール uedajiyujuku@ivory.plala.or.jp

—講師説明会の開催—

応募された皆さんへの「講師説明会」を開催しますので必ずご出席ください。
日程は令和3年1月下旬開催予定。はがきにてお知らせします。
講師としての心得「規約」などをご説明いたします。

《持ち物：筆記用具、赤ボールペン、募集協力費(1講座につき1,000円)》

★★★★ 1年間に4～5回、お集まりいただく事があります。(講師研修会など) ★★★★★



令和2年度 上田自由塾 開講講座一覽

第1分野	第2分野	第3分野	第4分野
音楽・文学・語学 自己啓発・歴史・科学	創作・アート・手工芸 園芸・アロマ・カラー	料理・着付け・書道 パソコン・茶道	健康・スポーツ
講座名	講座名	講座名	講座名
囲碁必勝講座	気がるに楽しむ銅板工芸	楽しもうワード・エクセル	パドルで音楽に合わせてストレッチ2
俳句入門・一歩二歩	フラワーアレンジメント& プリザーブドフラワー①②	楽しく学ぼうワード&エクセル	里山トレッキング (月曜水曜日金曜日曜コース)
俳句実作(季節を学ぶ)	シャドーボックス	もう少しパソコン	女性のための美容ヨガ講座①~⑧
見る・感じる・考える俳句	針・かぎ針で編む ビーズアクセサリー①②	楽しく学べる着物きつけ講座①②	ヨガ&ノルディックウォーキング①②
芭蕉を読む	初めてのかご作り①②③	楽しく学べる着物きつけ講座③(初心者コース)	ハワイアン・フラ 火曜クラス
たのしいにほんご にゅうもん・しょきゅう	ニードル羊毛フェルト	水曜・月曜日コース パソコン講座(ワド・ワード)	楽しく日本舞踊
作曲家が教える楽しい カラオケ①~③	写真等を絵に	茶の湯①②③	踊ろうよ楽しく民謡
作曲家が教える楽しいポップ歌謡④	水彩画教室	楽しい蕎麦教室A・B	たのしいフォークダンス-13
作曲家が教える男のカラオケ	英国式フラワーアレンジメント①②③	おうちCafe' (パンとスイーツ)①②③	たのしいレクリエーションダンス-15
頭のスポーツ「健康麻雀」初級	ウッドバーニング教室 上田・丸子	おうちCafe' (クッキング)	スポーツ吹矢 健康講座②
英字新聞を読む	ポーセラーツ 彩色チャイナペインティング	片づけ上手	生命を育くむ食育
もう一度英文法	草木染め	人生のたたみ方上手	ZUMBA®
まちかど科学クラブ	幸せになる楽しい色彩学	備え上手	美しい体をつくる知-セ-ティク①~④
スペイン語へのいざない・会話	パッチワーク、キルト教室 ①②	おいしく手作り パン教室	骨盤調整ヨガ®
株式と資産運用の基礎講座	初心者ヘタでいいヘタがいい絵手紙教室	パソコン講座(初心者・中級)	骨盤調整ヨガ®withベビー
癒しのハーモニカ	革工芸①②③④	熟年和装教室(入門・初級)	リラックスストレッチ
もう一度吹いてみよう ハーモニカ(初級・中級)	クラフト工房	毛筆による実用書教室①②③④	健康リズム運動&ストレッチ
リコーダー・アンサンブルを楽しもう	やさしい洋裁(初級・中級コース)	まんぷく横丁	太極拳の基礎(太極拳が健康に良い理由)
日本神話(古事記)を読み解く 1・2・3学年	タイトルクラフト	書道教室	太極拳の身体操法②(太極拳の基礎の基礎)
小学生のための英語パーティ	ステンド・グラス		ストレッチ・コンディショニング①中級~
楽しい朗読④初心者・B・C	身近に使えるアロマセラピー		ストレッチ・コンディショニング②
楽しいオカリナアンサンブル	深雪アートフラワー		ストレッチ・コンディショニング③入門~初級~
津軽三味線	天然香原料で手作りするお香教室		ストレッチ・コンディショニング④⑤⑥
初めての腹話術・楽しむ腹話術	かんたん染色 山の幸染め		リラクゼーションヨガ①②
お手玉遊び	皮籐でカゴを編む・(初級)		よっ! 粋だねえ。江戸芸かっぼれ
ピアノ倶楽部 初級I・II・中級			笑って動いて楽しく脳活
エッセイ教室①②			社交ダンス初級・中級
大人のためのピアノを楽しむ会 初級編I・II			邦楽舞踊(歌謡舞踊)
頭のたいそう			エアロビクスとマルチエクササイズ
キーボードアンサンブル			のまちゃん『寝たまま肩・ 腰痛改善体操』初心者向
おはなしの世界			卒ラジオ体操 操体法withキャサリン
絵本を楽しむ大人の読みきかせ講座II			操体&体を動かそう
のまちゃん『三語(S+V+O)の英会話』(初級)			体感! 自然療法 リフレクソロジー 【セルフケア編】
はじめよう、音読で喉トレ&脳トレ			太気拳気功体操
だれでも五行歌会			

生活習慣を見直し、新しい日常へ!

一講師申し込み・講座開講についての注意事項一

3密に注意して皆様が気持ちよく講座に参加し、楽しい時間を共有できますようご協力をお願いいたします。

