

No.	講座名
1	上田市発祥のNewスポーツ 筒けん&けん玉で格好いい技に挑戦しよう!
2	洗顔andスキンケア
3	マジックから学べること
4	ヘアアレンジメント
5	篆刻(てんこく)教室 自分で石を彫り印鑑を作る
6	楽しい絵手紙
7	ヒップホップやってみよう!
8	初めての方も楽しめる マスカレードコンサート
9	国際交流 世界の言葉で「こんにちは」
10	プロ直伝ガチ似顔絵講座
11	上田紬でコースターづくりと、上田紬を着てみよう!
12	フラワーアレンジメント
13	罫猟の仕組みと鹿肉
14	味噌づくり体験
15	情報活用
16	ロゴクエスト
17	オリジナルステッカーを作ろう!
18	ズンバ
19	魚
20	和菓子
21	SB