

フラ、踊ってみませんか？

美しい「フラ」、体験してみませんか？

ハワイアン音楽に合わせて、

初めての方でも楽しく踊れます。

適度な運動で心身のリフレッシュ



● 時 間：10：00～11：30 ●

● 場 所：南公民館 ●

● 講 師：林 真理 先生 ●

● 定 員：15 人 ●

● 受講料：2,000 円（5 回分） ●

日程

回	期 日	学 習 内 容	備 考
1	10/30 (木)	◎開講式・オリエンテーション ・基本ステップ 「ケ・アラ・オ・カ・ヒナノ・ホオヘノ」	持ってくるもの ・踊りやすい服装・靴 ※お手持ちのものがあればスカート ・タオル ・飲み物 最少催行人数：3 人
2	11/6 (木)	・基本ステップ 「ケ・アラ・オ・カ・ヒナノ・ホオヘノ」	
3	11/13 (木)	・基本ステップ 「ケ・アラ・オ・カ・ヒナノ・ホオヘノ」	
4	11/20 (木)	・基本ステップ 「アロハウクレレ」	
5	11/27 (木)	・「ケ・アラ・オ・カ・ヒナノ・ホオヘノ」「アロハウクレレ」など課題曲の仕上げとしての発表会 ◎閉講式	

● **申込期間** 令和7年8月1日（金）～令和7年8月31日（日）必着

● 申込方法

①電子申請システムによる申し込み

右下の2次元コードを読み取るか、長崎市電子申請サービスを検索し「令和7年度秋の公民館講座【長崎市南公民館】」から申し込む。

利用者登録せずに申し込む方は[こちら](#)をタップ→利用規約を確認して[同意する](#)をタップ→連絡先メールアドレスを入力して[完了する](#)をタップ→入力したメールアドレスに届いたURLをタップ→申込の画面に必要事項を記入して[確認へ進む](#)をタップ→[申し込む](#)をタップ→[OK](#)→[閉じる](#)→申込受付完了メールが届く。

※**タップ**とは指先で軽く画面を叩くことです。

②往復はがき(170円)による申し込み

講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、返信用のあて名をお書きください。

③来館による申し込み

返信用はがきをご持参ください。

※応募者多数の場合は、抽選を行い結果をお知らせいたします。



● 申込み・問合せ先

長崎市南公民館 〒850-0936 長崎市浪の平町7番19号

TEL095-825-0295 FAX095-825-0294

※南公民館のその他の情報は

長崎市南公民館

検索