

親子の参加大歓迎！

# 楽しい卓球教室

新しい友だちを作りながら、卓球の基本を学び、ラリーやゲームを楽しみます。

期 日 令和8年4月18日、5月16日、5月30日、7月11日  
(土曜日/全4回)

時 間 10:00~12:00

場 所 長崎市東公民館 多目的ホール  
(東部地区にここセンター 3階)

対 象 小学1年生~6年生 24名

講 師 卓友会 (東公民館 自主学習グループ)

受講料 無料



回	ひにち (ようび)	ないよう	もってくるもの
1	4/18 (土)	≪開講式≫4/18 ・卓球の基本練習 (フォームをおぼえる)	・体育館シューズ ・水筒
2	5/16 (土)	・球出しと打ち返し	 ・タオル ・運動できる服装
3	5/30 (土)	・サーブの出し方とレシーブのしかた ・サーブ、レシーブからラリーをつづける	
4	7/11 (土)	≪閉講式≫7/11 ・持っている方はラケット	

※ラケットは公民館でも貸し出しできます。

※東公民館の駐車場には限りがあります。ご注意ください。

## ◆申込期間

令和8年3月1日(日)~3月31日(火) 必着

## ◆申込方法

### ①電子申請サービス

右のコードを読み取るか、[長崎市東公民館](#)を検索し(講座情報)の「長崎市電子申請サービスでの申し込みはこちらから(こども対象の講座)」をタップして申し込む。

[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→入力したアドレスに届いたメールを開いてURLをタップ→申し込みの画面に必要事項を入力して確認へ進むをタップ→申し込むをタップ→OK→閉じる→申込受付完了のメールが届く。

※利用者登録をして申し込むと次回以降電子申請サービスを利用する時、氏名・メールアドレス等が自動入力され便利です。

### ②往復はがき

1講座ごとに1人1枚の「往復はがき(170円)で申し込む。往信用表面に東公民館の住所と宛名を記入。往信用裏面に1.希望講座名2.お子さんの氏名(ふりがな)3.学校名・新学年4.住所5.電話番号を記入。返信用表面にお子さんの住所・氏名を記入。(裏面は空白)詳しい書き方は「春の公民館講座」の冊子をご覧ください。

### ③来館

東公民館に決定通知用として1講座ごとに1人1枚の「はがき(85円)」を持参して申し込む。表面にお子さんの住所・氏名を記入。(裏面は空白)



申込多数の場合は抽選を行い、結果は申し込まれた方全員にお知らせします。