



令和  
7年度

## 第1期定期スポーツ教室

参加者  
募集!



小学生等のお子様や親子、会社帰りの方、高齢者の方、様々な方々にご参加いただけます。バラエティに富んだ定期スポーツ教室に、ご家族やお友達を誘って参加してみたいですか。

(公財)名古屋市教育スポーツ協会のホームページ「スポーツ教室・講座を探す」ページもご覧ください。

【URL】 <https://www.nespa.or.jp/lesson/>

開催の有無等、詳細につきましては、各施設ホームページでご確認いただくか、直接お問い合わせください。

皆様の  
ご参加を  
お待ちしております。



みんなで  
応援しよう!

## 名古屋のジュニアアスリート・パラアスリート 寄附金を募集しています!

令和8年(2026年)にアジア競技大会・アジアパラ競技大会が愛知・名古屋で開催されます。この両競技大会に向け、名古屋から世界へ羽ばたくジュニアアスリートやパラアスリートを応援するため、公益財団法人名古屋市教育スポーツ協会では、市民の皆様よりご支援をいただく「なごやアスリート応援基金」を創設し、寄附金を募集しています。ぜひ皆様のサポートにより、ここ名古屋から世界の舞台上で活躍するアスリートを育てましょう!

 **寄附金額** 1口 1,000円～ ※何口でも申し込みができます。

 **車いすテニス**



 **使 途** ○寄附金は、アジア競技大会への出場を目指す、名古屋のジュニアアスリート(小・中・高・大学生)及びアジアパラ競技大会への出場を目指す、名古屋のパラアスリートの競技活動にかかる経費に充当します。(1人年20万円上限。)

○経費としては、アスリートのコーチ代や用具代、遠征費などを予定しています。

○皆様からいただいた寄附金が活用された、アスリートのメッセージや試合、練習の様子などの活動状況は、動画などで当協会ホームページにて順次、お知らせします。

○アスリートに関して新たな情報があった場合は、希望される方にのみ、月2回程度配信する、当協会メールマガジン(無料、ただし、通信料金を除く。)にて、お知らせいたします。

 **申込方法** ●「なごやアスリート応援基金寄附申込書」をメール、FAX、郵送等により下記の送付先まで送付ください。

●当協会が指定する口座にお振込みをお願いします。(振込手数料はご負担をお願いします。)

●「寄附申込書」は、当協会ホームページ(<https://www.nespa.or.jp/sports/donation/>)からダウンロードができます。

●寄附金には、税制上の優遇措置があります。 ※詳しくは、下記の問い合わせ先までご連絡ください。

応援基金  
ホームページ



 **水泳**



 **新体操**



**申込書の送付先(問い合わせ先)**

〒457-0833 名古屋市中区東又兵衛町5丁目1-16 公益財団法人 名古屋市教育スポーツ協会 総務課  
TEL. 052-614-7502 FAX. 052-614-7525 E-mail [nja@nespa.or.jp](mailto:nja@nespa.or.jp)

# ★令和7年度後期分(10月～3月)の競技場等全面利用抽選のお知らせ★

令和7年7月1日(火)より、競技場等の10月から3月までの全面利用分の抽選受付を行います。  
 なお、一部専用利用9月分の抽選は別途行います。



名古屋市スポーツ・レクリエーション情報システムまたは、専用ハガキの郵送もしくはスポーツ情報センター窓口へ持参

全面利用分抽選の日程	
抽選申込受付期間	7月1日(火)から7月19日(土)まで。 ただし、専用ハガキによる場合は7月15日(火)必着です。
抽選日	7月20日(日)
抽選結果確認期間	7月21日(月祝)から7月31日(木)まで。
空予約申込期間	スポーツ・レクリエーション情報システムでの予約は7月21日(月祝)から7月31日(木)まで。 なお、8月1日(金)以降は、利用希望施設へ直接お問い合わせください。

注1 ハガキによる申し込みは、必ず裏面上部に青帯のある専用のもを用いてください。(それ以外は、すべて無効になりますのでご注意ください。)

注2 当選された方は、利用予定月の3か月前の15日(ただし、10月利用分は8月15日(金))までに利用予定施設の窓口で、利用目的、種目等の打ち合わせを行ってください。期日までに打ち合わせをされないと、仮申込が取り消されます。

## ★スポーツ振興くじ(toto)助成金★

スポーツ振興くじ(toto)助成金を受けて、名東スポーツセンターに新しい移動式バスケットボールゴールが設置されました。



名古屋市教育スポーツ協会

# NESPA主催講座案内



「スポーツ教室・講座を探す」  
<https://www.nespa.or.jp/lesson/>

**申込方法**

- 1 インターネット(名古屋市電子申請サービス)
- 2 往復はがき(講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信表面に受講希望者住所氏名を記入の上郵送)
- 3 開催日当日受付
- 4 窓口
- 5 電話

**講座マーク**

- ◆ 1回ごとに気軽に参加できる事業(先着順)
- ★ 1回ごとに気軽に参加できる温水プールの事業(※受講料無料はプール入場料が必要、先着順)
- ♪ 事前申込が必要な事業(定員を超えた場合は抽選)

- 安全にご参加いただけるよう、運動のできる服装や専用シューズなどご用意ください。
- 対象が中学生以上は休校日等原則授業のない時間帯に限ります。
- 各事業教室は傷害補償制度を設けております。(無料の水泳ワンポイント系事業を除く。)
- 詳細については各施設へお問い合わせください。

日本ガイシアリーナ		南区東又兵衛町5丁目1番地の5			TEL(052)614-6211 FAX(052)614-6215			
講座マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	水中フォーム撮影会	40名	小学生以上※	5月24・25日	土日	14時～16時	1,500円	123 5月8日(木)必着
★	水泳ワンポイントアドバイス	—	小学生以上	11・25日	金	14時半～16時	無料	3 自由参加(入場料は必要)

※小学生と許可証を待たない中学生1人につき100m以上泳げる保護者1人同伴(要水着着用・要入場料)

露橋スポーツセンター		中川区露橋二丁目14番1号			TEL(052)362-4411 FAX(052)362-4431			
講座マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	小学生水泳一土(全15回)	30名	小学生	5月17日～11月15日	土	9時～10時	12,000円	124 4月15日(火)必着
	朝活!さわやかヨガ	30名	一般	11・25日	金	9時半～10時半	300円	3 9時から
	ビギナーヨガ	30名	一般	11・25日	金	10時45分～11時45分	300円	3 10時15分から
◆	週末リセットヨガストレッチ	30名	一般	11・25日	金	19時～20時	300円	3 18時半から
	ピラティスレッスンタイム	50名	一般	8・15・22日	火	18時半～19時半	300円	3 18時から
	すっきり爽快エアロ	50名	一般	8・15・22日	火	19時45分～20時45分	300円	3 19時15分から
♪	バウンドテニス(全6回)	30名	一般	5月9日～7月25日	金	9時45分～11時45分	3,000円	12 4月15日(火)必着
◆	己書講座	20名	一般	11日	金	10時半～11時半	200円	3 10時から先着順
★	水泳ワンポイントアドバイス(水中ウォーキング含む)	—	プール利用者	3日	木	11時～12時	無料	3 自由参加
				10・24日		15時～16時		
	朝のいきいき体操	—	一般	11・25日	金	10時～10時半	無料	3 自由参加

**枇杷島スポーツセンター** 西区枇杷島一丁目1番2号 TEL(052)532-4121 FAX(052)522-8520

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	エアロビクスレスタイム	60名	中学生以上※2	1・8日	火	9時半～10時半	300円	③9時10分から
	バランスボールストレッチ&フレッシュピクス	40名	中学生以上※2	1・8日	火	10時50分～11時50分	300円	③10時半から
	ZUMBA®	50名	中学生以上※1	3・10日	木	19時55分～20時55分	300円	③19時35分から
★	水泳ワンポイントアドバイス (水中ウォーキングを含む)	5名	プール利用者	2・9・16・23・30日	水	14時～15時	無料	③13時45分から。 定員を超えた場合は抽選。
♪	姿勢・体幹づくり	40名	一般	5月9日～7月25日	金	9時半～10時半	1,980円	①②4月22日(火)必着
	棒びくす	30名	一般	5月9日～7月25日	金	10時45分～11時45分	1,980円	①②4月22日(火)必着
♪	免許返納キャンペーン ZUMBAGOLD®	40名	一般	5月9日～7月25日	金	13時～14時	1,980円	①②4月22日(火)必着
	エンジョイ テニス教室	30名	一般・テニス経験者	5月23日～2月27日	金	13時10分～14時40分	7,150円	①②4月29日(火祝)必着

※1 中学生は保護者同伴 ※2 中学生は学校休業日に限る

**北スポーツセンター** 北区成願寺一丁目6番12号 TEL(052)917-0501 FAX(052)917-0510

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	アロマ美人講座①	20名	一般	5月23日	金	10時半～11時半	2,000円 材料費込	④⑤4月25日(金)10時から 先着受付
	ベビーサイン体験会①	10組	6ヶ月から1歳6ヶ月 のお子様と保護者	5月9日	金	10時半～11時半	600円	①②4月23日(水)必着
◆	フラダンス(ブルメリア)	24名	一般女性	1・8・15・22日	火	12時40分～13時40分	400円	③12時20分から
	フラダンス(ハイビスカス)	24名	一般女性	1・8・15・22日	火	13時50分～14時50分	400円	③13時半から
	キッズヒップホップダンス	20名	小学生	1・8・15・22日	火	19時～20時	400円	③18時40分から
	ファイティングエクササイズ(ライト)	20名	一般	2・9・16・23・30日	水	9時半～10時半	400円	③9時10分から
	ファイティングエクササイズ(ミドル)	20名	一般	2・9・16・23・30日	水	10時45分～11時45分	400円	③10時25分から
	ベリーダンス(12時40分の部)	20名	一般女性	3・10・17・24日	木	12時40分～13時40分	400円	③12時20分から
	ベリーダンス(13時50分の部)	20名	一般女性	3・10・17・24日	木	13時50分～14時50分	400円	③13時半から
	ZUMBA® (18時30分の部)	25名	一般	3・10・17・24日	木	18時半～19時半	400円	③18時10分から
	ZUMBA® (19時45分の部)	25名	一般	3・10・17・24日	木	19時45分～20時45分	400円	③19時25分から
	リラックスヨガ	25名	一般	7・14・21・28日	月	9時半～10時半	400円	③9時10分から
	心と体を整えるストレッチ	20名	一般女性	7・14・21・28日	月	10時45分～11時45分	400円	③10時25分から
	ダイエットダンス& ヨガ・ピラティス	40名	一般	7・14・21・28日	月	19時～20時	300円	③18時40分から
	エアロダンスレスタイム	50名	一般	8・15・22日	火	10時45分～11時45分	300円	③10時25分から
	エアロビクスレスタイム	50名	一般	10・17・24日	木	10時45分～11時45分	300円	③10時25分から
スポーツパーク (バドミントン・卓球・ポッチャ)	60名	小学生以上※	9・23日	水	18時半～20時半	340円	③18時15分から	

※ただし、小学生は保護者の同伴が必要です。

**中スポーツセンター** 中区栄一丁目30番10号 TEL(052)232-2327 FAX(052)232-2364

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	バランスボールでエクササイズ	25名	一般	14・28日	月	10時～11時	500円/回	③9時半から
	子育て広場 さかえっ子	10組20名	子育て親子	14・28日	月	10時～12時	無料	③9時半から
	いきいきシニアサロン	20名	高齢者	14・28日	月	10時～11時半	無料	③9時半から
	ZUMBA® GOLD レスタイム	30名	一般	22日	火	18時半～19時半	300円/回	③18時から
	ZUMBA® レスタイム	30名	一般	22日	火	19時45分～20時45分	300円/回	③19時15分から
	ボディメイク・ピラティス レスタイム	30名	一般	16・30日	水	18時半～19時半	300円/回	③18時から
	ナイトヨガレスタイム	30名	一般	16・30日	水	19時45分～20時45分	300円/回	③19時15分から
フライデースポーツ広場	50名	中学生以上	11・25日	金	18時半～20時半	330円/回	③18時から	
★	アクアエクササイズ レスタイム	25名	一般	17日	木	13時半～14時半	640円/回	③13時から

**熱田生涯学習センター** 熱田区熱田西町2-13 TEL(052)671-7231 FAX(052)671-7232

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	読まずにできる英文解釈	15名	一般	6月7・14・21・28日	土	13時～14時半	2,000円	①②④5月7日(水)必着
	東海道と宮の渡し界隈を巡る (現地学習・小雨決行)	30名	一般	6月19日	木	10時～12時	300円 (交通費等自己負担)	①②④5月19日(月)必着

**中村スポーツセンター** 中村区中村町字待屋43番1号 TEL(052)413-8021 FAX(052)413-8023

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	幼児運動教室(全10回)	50名	年少・年中各15名 年長20名	5月12日~10月27日	月	15時40分~16時半	7,000円	1,2 4月14日(月)必着
♪	子どもトータルスポーツ教室 (全10回)	50名	小学1~4年生	5月12日~10月27日	月	16時35分~17時45分	7,000円	1,2 4月14日(月)必着
	サタデースイミング(全18回)	20名	小学生(1~6年生)	5月10日~10月18日	土	9時~10時	13,500円	1,2 4月14日(月)必着
	ゆったりヨガ(全9回)	60名	一般	5月12日~9月22日	月	9時半~10時50分	4,500円	1,2 4月15日(火)必着
	ブラッシュアップ講座! 『スクラップブッキング』※	20名	一般	28日	月	10時~12時	500円※	4,5 4月1日(火)9時より
◆	エアロビクスレスタイム (スタンダード)	35名	一般	2・9・16・23・30日	水	9時半~10時半	300円	3 9時から
	エアロビクスレスタイム (ストレッチ)	40名	一般	2・9・16・23・30日	水	10時45分~11時45分	300円	3 10時15分から
	みんなでDanceMixレステン タイム	30名	中学生以上	14・28日	月	18時半~19時半	300円	3 18時から
	ボディメンテナンスレステン タイム	30名	中学生以上	14・28日	月	19時45分~20時45分	300円	3 19時15分から
★	水泳ワンポイントアドバイス	10名	プール利用者	2・9・16・23・30日	水	11時~12時	無料	3 10時半から (定員を超えた場合は抽選)

※別途材料費:500円

**名東スポーツセンター** 名東区猪高町大字高針字勢子坊307-12 TEL(052)705-4948 FAX(052)705-4952

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	いたかの森ノルディック ウォーキング	20名	一般	5月12日	月	13時~14時半	500円	4,5 5月9日(金)まで
	名東の日事業「体力測定会」	50名	来館者	5月10日	土	10時~12時 13時~14時半	無料	3 10時から
	気軽に楽しく水中エアロ♪ 脂肪燃焼タイム!	20名	中学生以上	4・11・18・25日	金	19時~20時	660円	3 18時40分から
	初中級エアロビクスレスタイム	50名	中学生以上	2・16・30日	水	18時50分~19時45分	300円	3 18時半から
	水曜ナイトヨガ	50名	中学生以上	2・16・30日	水	19時55分~20時50分	300円	3 19時35分から ※初中級エアロビクスレステン タイムとセットの方は18時半から
	ナイトヨガ☆リラックスタイム	50名	中学生以上	12・26日	土	19時~20時15分	300円	3 18時40分から
◆	みんなのスポーツ (バドミントン・卓球・モルック ・ポッチャ)	70名	中学生以上	11・25日	金	9時半~11時半	300円	3 9時10分から
	ZUMBA®(9時10分開始)	50名	一般	14・28日	月	9時10分~10時	400円	3 8時50分から
	ZUMBA®(10時15分開始)	50名	一般	14・28日	月	10時15分~11時5分	400円	3 9時55分から ※9時10分開始の部とセット の方は8時50分から
	のびらく健康「棒びくす®」	30名	一般	14・28日	月	10時半~11時45分	400円	3 10時10分から
	フラダンス	30名	一般	14・28日	月	13時45分~14時45分	400円	3 13時25分から
	卓球広場	40名	一般	14・28日	月	12時半~14時半	300円	3 12時10分から
	Let'sボディメイク	50名	中学生以上	14・28日	月	19時20分~20時20分	400円	3 19時から

**南陽プール** 港区藤前四丁目701番地 TEL(052)303-2015 FAX(052)303-2016

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	THE SLOW®リンパドレナ ージュレスタイム	30名	一般	7・14・21・28日	月	10時45分~11時45分	350円/回	3 10時半から
◆	朝のさわやかヨガレスタイム	30名	一般	8・15・22日	火	9時15分~10時15分	350円/回	3 9時から
	ピギナーエアロレスタイム	30名	一般		火	10時半~11時半	350円/回	3 10時15分から
	やさしいエアロレスタイム	30名	一般	4・18日	金	9時半~10時半	350円/回	3 9時15分から
	スローエアロビックレスタイム	30名	一般		金	10時45分~11時45分	350円/回	3 10時半から

**富田北プール** 中川区吉津四丁目3201番地 TEL(052)431-8991 FAX(052)431-1466

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	エアロレスタイム①	50名	中学生以上	11・18・25日	金	9時15分~10時15分	300円	3 9時から
	ズンバレレスタイム	40名	中学生以上	11・18・25日	金	10時45分~11時45分	300円	3 10時半から
★	水泳ワンポイントアドバイス	—	プール利用者	2・9・16・23・30日	水	11時~12時	無料	3 自由参加

**レインボー黒川スポーツトレーニングセンター** 北区清水四丁目17番17号 TEL(052)982-2770 FAX(052)982-2775

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	かんたんエアロ&トレーニング	20名	一般	7・14・21日	月	14時10分～15時10分	400円	③13時50分から
	からだスッキリ!骨盤調整ヨガ	35名	一般	7・14・21日	月	15時20分～16時20分	400円	③15時から
	ZUMBA®	35名	一般	7・14・21日	月	18時～19時	400円	③17時40分から
	ZUMBA®	35名	一般	7・14・21日	月	19時20分～20時20分	400円	③19時から
◆♪	パーソナルトレーニング	1名または2名(ペア)	一般	4月21日・5月12日	月	15時10分～16時10分 17時半～18時半	1回6,500円または11,000円(ペア)	④受講日の2週間前までに申込

**千種生涯学習センター** 千種区振甫町3-34 TEL(052)722-9666 FAX(052)722-9696

講座 マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	【千種区役所共催】 ポッチャを体験しよう!	30名	どなたでも	5月17日	土	10時～12時	無料	①②4月17日(木)必着
	メイクで変身してみませんか? ～簡単メイクのコツ教えます～	20名	一般	5月19日	月	10時～11時半	500円 (教材費別途500円)	
	【揚輝荘共催】 揚輝荘、新緑を味わう!	20名	一般	5月21日	水	13時半～15時半	500円 (入館料別途必要)	①②4月24日(木)必着
	楽しい己書幸座(おのれしょこうざ)	10名	一般	5月24日	土	10時～12時	500円 (教材費別途300円)	

**★12P～15Pの会場以外で(公財)名古屋市教育スポーツ協会が管理する施設★**

施設名	TEL	FAX	施設名	TEL	FAX
日本ガイシホール	(052)614-3111	(052)614-3120	瑞穂生涯学習センター	(052)871-2255	(052)871-2256
稲永スポーツセンター	(052)384-0300	(052)384-0303	港生涯学習センター	(052)653-5171	(052)653-5172
北生涯学習センター	(052)981-3636	(052)981-3590	南生涯学習センター	(052)613-1310	(052)613-1326
西生涯学習センター	(052)532-1551	(052)532-1552	名東生涯学習センター	(052)703-2622	(052)703-2732
中村生涯学習センター	(052)471-8121	(052)471-8122			

**★他の指定管理者が管理するスポーツ施設★**

これらの施設で開催される教室事業及び臨時休場等については、それぞれの施設までお問合せください。	施設名	TEL	FAX	施設名	TEL	FAX
	パロマ瑞穂スポーツパーク管理棟【ラグビー場など】	(052)836-8200	(052)836-8206	守山スポーツセンター	(052)792-7066	(052)792-7067
	パロマ瑞穂スポーツパーク研修棟【プール・トレーニング室】	(052)836-8210	(052)836-8211	志段味スポーツランド	(052)736-3766	(052)736-3772
	パロマ瑞穂アリーナ	(052)836-8228	(052)836-8221	鳴海プール	(052)891-9314	(052)891-4301
	名古屋市体育館	(052)872-6655	(052)872-6657	香流橋プール	(052)773-5311	(052)773-5805
	天白スポーツセンター	(052)806-0551	(052)806-1164	名城庭球場	(052)912-3321	(052)912-3196
	緑スポーツセンター	(052)891-7775	(052)891-7779	上社レクリエーションルーム	(052)771-0021	(052)760-1230
	東スポーツセンター	(052)723-0411	(052)723-0440	東山公園テニスセンター	(052)832-1115	(052)832-1335
	昭和スポーツセンター	(052)733-6831	(052)733-6832	テラスポ鶴舞	(052)745-8545	(052)745-1780
	千種スポーツセンター	(052)782-0700	(052)782-6700			

**★臨時休場のお知らせ★** ※休場期間には定休日を含みます。

施設名	休場期間	備考(休場の理由等)
日本ガイシスポーツプラザ	日本ガイシホール・第2競技場(会議室を含む)・第3競技場・アーチェリー場・25m温水プール・レセプションホール・研修室・和室・トレーニング室: 令和6年4月1日(月)～令和8年1月31日(土)	日本ガイシホール屋根防水工事等のため
稲永スポーツセンター	全館: 令和7年4月1日(火)～令和8年4月30日(木)	リニューアル改修工事等のため
CSアセット港サッカー場	令和6年5月1日(水)～令和7年11月30日(日)	観客席、フィールド、バリアフリー、内外装、電気・機械設備、大型映像装置改修等工事のため
露橋スポーツセンター	屋内プール: 令和7年4月16日(水)～4月17日(木)	プール水抜き清掃のため
枇杷島スポーツセンター	トレーニング室: 令和7年4月21日(月)～4月28日(月)	トレーニング機器移設のため
中村スポーツセンター	トレーニング室: 令和7年4月14日(月)～4月18日(金)	

発行:(公財)名古屋市教育スポーツ協会 〒457-0833 名古屋南区東又兵衛町5丁目1番地の16 TEL.(052)614-7500 FAX.(052)614-7525  
発行日: 令和7年4月1日 発行部数 3,690部