

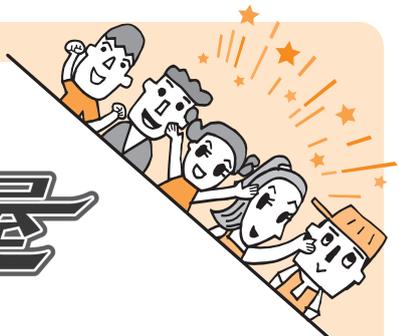
「トリスポーツ」では、当協会が主催するイベントやスポーツ教室の情報をお伝えしています。



私たち NESPA は、「Sport in Life」プロジェクトの参画団体です。「Sport in Life」は一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会を目指す取組であり、個別の商品・サービスを推奨するものではありません。



でらスポ名古屋



でらスポ名古屋 について

スポーツで名古屋を元気に!

「でらスポ名古屋」とは、名古屋を拠点に活動する 18 のスポーツチームと名古屋市、当協会が連携して、市民のスポーツ振興や青少年育成のほか、市民が愛着を持って地元のチームを支援するための環境づくりを通じて、都市魅力の向上や地域の活性化を図るため活動しています。



でらスポ名古屋 : Instagram



名古屋市：でらスポ名古屋（暮らしの情報）
<https://www.city.nagoya.jp/sportsshimin/page/0000127841.html>

チーム紹介

- 朝日インテック・ラブリッジ名古屋（サッカー）
- HC 名古屋（ハンドボール）
- 大同特殊鋼 Phenix TOKAI（ハンドボール）
- 大同特殊鋼知多レッドスター（バレーボール）
- 中日ドラゴンズ（野球）
- トップおとめピンポンズ名古屋（卓球）
- トヨタヴェルブリッツ（ラグビー）
- トヨタ自動車アンテロープス（バスケットボール）
- 豊田自動織機シャトルズ愛知（ラグビー）
- 名古屋オーシャンズ（フットサル）
- 名古屋グランパス（サッカー）
- 名古屋サイクロンズ（アメリカンフットボール）
- 名古屋ダイヤモンドドルフィンズ（バスケットボール）
- ファイティングイーグルス名古屋（バスケットボール）
- 三菱電機コアラーズ（バスケットボール）
- ウルフドッグス名古屋（バレーボール）
- トヨタレッドテリアーズ（ソフトボール）
- デンソーブライトペガサス（ソフトボール）

（令和 7 年 9 月末現在）

当協会が管理するスポーツ施設においても事業を開催しております。



★名古屋オーシャンズの選手やコーチと一緒に楽しもう!

施設名	事業名	定員	対象	日時	開催時間	受講料	申込期間	申込締切日
中スポーツセンター	名古屋オーシャンズのフットサルクリニック	50名	小学生	11月30日(日)	10:00~12:00	500円	10月1日(水)~11月5日(水)	11月5日(水)

※申込方法等詳細やその他各月の事業については、スポーツ施設へお問い合わせください。

おでかけの際は、市バス・地下鉄などの公共交通機関をご利用ください。



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せん。
- 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
♪	トップスイマーと泳ごう!	30名	小学生以上	25日	土	13時~15時	大人1,000円 小人700円	1,2 10月10日(金)必着
◆	ライフセービング&いのちの教室	30名	小学生	25日	土	9時20分~11時45分	500円	4,5 9月2日(火)~(先着順)
	スケート無料開放	※1	アイスリンク入場者	11月3日	月祝	1部 10時~12時 2部 12時~14時 3部 14時~16時 4部 16時~18時	無料※2	1,2 10月17日(金)必着
♪	楽しいスケート火曜夜間(全6回)	50名	小学生以上	11月11日~12月23日	火	18時半~19時45分	小・中学生5,400円 高校生以上2,200円 ※2	1,2 10月17日(金)必着
	アイスホッケーA(スキルアップコース)	各30名	小学生以上	11月23日 12月7~21日	日	A:10時半~11時20分	小・中学生1,800円 高校生以上2,400円 ※2	1,2 10月17日(金)必着
	アイスホッケーB(初心者コース)					B:11時半~12時20分		
★	水泳ワンポイントアドバイス	-	小学生以上	10・24日	金	14時半~16時	無料	3 自由参加(入場料は必要)

※1 全4部制。各部120名予約制。時間帯を変えての重複申込不可 ※2 スケート事業は貸靴代別途500円必要

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
	朝活!さわやかヨガ	30名	一般	10・24日	金	9時半~10時半	300円	3 9時から
	ビギナーヨガレッスンタイム	30名	一般	10・24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	10・24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	7・14・21・28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	7・14・21・28日	火	19時45分~20時45分	300円	3 19時15分から
	親子であそぼ	10組	未就学児と保護者	24日	金	10時~11時	500円	3 9時半から
	やってみよう!けん玉教室	20名	小学生以上	10・24日	金	17時半~18時半	400円	3 17時から
	みんなで一緒にヨガ体験	30名	一般(小学生以下同伴OK)	1・15日	水	10時半~11時半	300円(同伴100円)	3 10時から
	楽しく体力づくり	20名	小学1~3年生	10・24日	金	16時~17時	無料	3 自由参加
	朝のいきいき体操	-		10・24日	金	10時~10時半	無料	3 自由参加
★	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	2・16・30日	木	10時半~12時	無料	3 自由参加
				9・23日		14時半~16時		
	己書講座	20名	一般	10日	金	10時半~11時半	200円	3 10時から
◆	知的障害者対象バスケットボール教室	-	小学生以上の知的障害児・者、自閉症の方	24日	金	18時~19時半	無料	3 自由参加

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④	20名	一般	11月28日	金	10時半~11時半	材料費1,500円	4,5 10月24日(金)10時から先着受付
	ベビーサイン体験会④	10組	6ヶ月から1歳6ヶ月のお子様と保護者	11月14日	金	10時半~11時半	600円	1,2 10月29日(水)必着
	フラダンス(ブルメリア)	24名	一般女性	7・14・21・28日	火	12時40分~13時40分	400円	3 12時20分から
	フラダンス(ハイビスカス)	24名	一般女性	7・14・21・28日	火	13時50分~14時50分	400円	3 13時半から
	キッズヒップホップダンス	20名	小学生	7・14・21・28日	火	19時~20時	400円	3 18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	1・8・15・22・29日	水	9時半~10時半	400円	3 9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	1・8・15・22・29日	水	10時45分~11時45分	400円	3 10時25分から
	ベリーダンス(12時40分の部)	20名	一般女性	2・9・16・23・30日	木	12時40分~13時40分	400円	3 12時20分から
	ベリーダンス(13時50分の部)	20名	一般女性	2・9・16・23・30日	木	13時50分~14時50分	400円	3 13時半から
◆	ZUMBA®(18時30分の部)	25名	一般	2・9・16・23・30日	木	18時半~19時半	400円	3 18時10分から
	ZUMBA®(19時45分の部)	25名	一般	2・9・16・23・30日	木	19時45分~20時45分	400円	3 19時25分から
	リラックスヨガ	25名	一般	6・20・27日	月	9時半~10時半	400円	3 9時10分から
	心と体を整えるストレッチ	20名	一般女性	6・20・27日	月	10時45分~11時45分	400円	3 10時25分から
	ダイエットダンス&ヨガ・ピラティス	40名	一般	6・20・27日	月	19時~20時	300円	3 18時40分から
	エアロダンスレッスンタイム	50名	一般	7・14・21・28日	火	10時45分~11時45分	300円	3 10時25分から
	エアロピクスレッスンタイム	50名	一般	2・9・16・23・30日	木	10時45分~11時45分	300円	3 10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※	1・8日	水	18時半~20時半	340円	3 18時15分から

※ただし、小学生は保護者の同伴が必要です。

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
◆	ヨガレッスンタイム	30名	中学生以上※1	10・24日	金	19時10分～20時	300円	③18時50分から
	エアロビクスレッスンタイム	60名	中学生以上※2	7・21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&フレッシュビクス	40名	中学生以上※2	7・21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	2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	1・8・15・22・29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。
♪	秋の文化教室 ～クリスマスカード作り～	20名	一般	11月28日	金	10時～11時45分	600円※3	①②11月4日(火)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 ※3 材料費別途700円

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
◆	やさしいエアロ	35名	一般	7・14・21・28日	火	18時20分～19時20分	300円/回	③17時50分から受付開始
	エアロビクス(スタンダード)	35名	一般	1・8・15・22・29日	水	9時半～10時半	300円/回	③9時から受付開始
	エアロビクス(ストレッチ)	40名	一般	1・8・15・22・29日	水	10時45分～11時45分	300円/回	③10時15分から受付開始
	水中エアロビクス②	20名	一般	2・9・16・23・30日	木	19時～20時	640円/回	③18時半から受付開始
	みんなでDanceMix	30名	一般	27日	月	18時半～19時半	300円/回	③17時から受付開始
	ボディーメンテナンス	30名	一般	27日	月	19時45分～20時45分	300円/回	③19時15分から受付開始
	ブラッシュアップ講座! 『英会話に楽しく挑戦』	20名	一般	27日	月	10時～12時	500円/回	④⑤10月1日(水)から受付開始
	スポーツ広場② (ポッチャ体験)	30名	一般 (ユニバーサルスポーツ)	3・10・17・31日	金	14時10分～14時50分	無料	③13時40分から受付開始
★	水泳ワンポイントアドバイス	10名	プール利用者	1・8・15・22・29日	水	11時～12時	無料	③10時半から (定員を超えた場合は抽選)

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番12号 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
♪	サタデー子どもスイミング	20名	小学3年～6年	12月6日～3月21日	土	9時～10時	6,600円	①②11月6日(木)必着
★	親子ワンポイントアドバイス	10組	親子	2・9・16・23・30日	木	10時半～11時	プール利用料	③
	水泳ワンポイントアドバイス	20名	一般	2・9・16・23・30日	木	11時05分～12時	プール利用料	③
◆	♪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	3・10・17・24・31日	金	19時～20時	660円	③18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	一般	3・31日	金	9時半～11時半	300円	③9時10分から
	ファミリースポーツ広場 卓球・バドミントン	50名	小学生以上・家族友達 (小学生は保護者同伴)	11日	土	18時半～20時半	320円	③18時から
	ZUMBA®(9時10分開始)	50名	一般	27日	月	9時10分～10時	400円	③8時50分から
	ZUMBA®(10時15分開始)	50名	一般	27日	月	10時15分～11時05分	400円	③9時55分から※ ZUMBA9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	27日	月	10時半～11時45分	400円	③10時10分から※ ZUMBA9時10分開始の部と セットの方は8時50分から
	フラダンス	30名	一般	27日	月	13時45分～14時45分	400円	③13時25分から
	卓球広場	40名	一般	27日	月	12時半～14時半	300円	③12時10分から
	Let'sボディメイク	50名	中学生以上	27日	月	19時20分～20時20分	400円	③19時から
	初中級エアロビクス レッスンタイム	50名	中学生以上	1・15・29日	水	18時50分～19時45分	300円	③18時半から
	水曜ナイトヨガ	50名	中学生以上	1・15・29日	水	19時55分～20時50分	300円	③19時35分から※ 初中級エアロビクスレッスント 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	11・25日	土	19時～20時15分	300円	③18時40分から

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	6・20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	6・20日	月	15時20分～16時20分	400円	③15時から	
	ZUMBA®	35名	一般	6・20日	月	18時～19時	400円	③17時40分から	
	ZUMBA®	35名	一般	6・20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	10月20日・11月10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	
◆	ポールde体幹トレーニング4	25名	一般	11月10日～12月15日	月	13時～14時	2,500円	④10月11日(土)10時から	
	基礎からのポールウォーキング4	25名	一般	11月10日～12月15日	月	14時10分～15時10分	2,500円	④10月11日(土)10時から	
	♪華麗にスローなステップ運動4	25名	一般(女性)	11月10日～12月15日	月	16時20分～17時20分	2,500円	④10月11日(土)10時から	
	目標別・サーキットトレーニング4	25名	一般	11月10日～12月15日	月	18時40分～19時40分	2,500円	④10月11日(土)10時から	
	姿勢改善ウォーキング講座4	25名	一般	11月10日～12月15日	月	19時50分～20時50分	2,500円	④10月11日(土)10時から	
	やさしい!バレトン	30名	一般	2・9・16・23・30日	木	9時40分～10時40分	300円	③9時20分から	
	◆	ビギナーヨガ体験	30名	一般	25日	土	9時半～10時半	310円	④⑤10月1日(水)9時から
	◆	ノンシューズワークアウト・バレトン	30名	一般	25日	土	10時45分～11時45分	310円	④⑤10月1日(水)9時から

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
♪	avexプレゼンツ DANCE BOX II	20名	小学生	10月27日・11月10日・12月8・22日・1月26日・2月9日・3月9・23日	月	18時15分～19時15分	6,400円	①10月8日(水)必着
	avexプレゼンツ TRF EZ DO DANCERCIZE II	20名	一般	10月27日・11月10日・12月8・22日・1月26日・2月9日・3月9・23日	月	19時45分～20時45分	6,400円	①10月8日(水)必着
	マンデーフットサル教室 II (小学生)	30名	小学生	10月27日・11月10日・12月8・22日・1月26日・2月9日・3月9・23日	月	18時半～19時半	4,000円	①10月8日(水)必着
	マンデーフットサル教室 II (一般)	30名	一般	10月27日・11月10日・12月8・22日・1月26日・2月9日・3月9・23日	月	19時45分～20時45分	4,000円	①10月8日(水)必着
◆	バランスボールでエクササイズ	25名	一般	27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	27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	27日	月	10時～11時半	無料	③9時半から
	ZUMBA® GOLDレッスントライム	30名	一般	14・28日	火	18時半～19時半	300円/回	③18時から
	ZUMBA® レッスンタイム	30名	一般	14・28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 レッスントライム	30名	一般	8・22日	水	18時半～19時半	300円/回	③18時から
	ナイトヨガレッスントライム	30名	一般	8・22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	3・17・31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ッスントライム	25名	一般	2・16・30日	木	13時半～14時半	640円/回	③13時から
	水中ウォーキング&スイム レッスントライム	15名	一般	2・9・16・23・30日	木	18時半～19時半	640円/回	③18時から

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、大型映像装置改修工事等のため
南陽プール	全館：令和7年9月1日(月)～令和8年3月31日(火)	便所等改修工事、非常用発電機取替工事等のため
中村スポーツセンター	第1・第2会議室：令和7年8月1日(金)～令和7年10月31日(金)	空調機故障のため
	屋内プール：令和7年11月1日(土)～令和8年3月31日(火)	ろ過設備改修工事等のため
	全館：令和7年12月1日(月)～令和8年3月31日(火)	受変電設備取替工事等のため
北スポーツセンター	全館：令和7年12月1日(月)～令和8年3月31日(火)	受変電設備取替工事等のため
富田北プール	全館：令和7年10月1日(水)～令和7年11月30日(日)	屋根防水改修工事のため

■ ■ ■ 上記以外の(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	中村生涯学習センター	(052)471-8121	(052)471-8122
稲永スポーツセンター	(052)384-0300	(052)384-0303	瑞穂生涯学習センター	(052)871-2255	(052)871-2256
南陽プール	(052)303-2015	(052)303-2016	熱田生涯学習センター	(052)671-7231	(052)671-7232
富田北プール	(052)431-8991	(052)431-1466	港生涯学習センター	(052)653-5171	(052)653-5172
千種生涯学習センター	(052)722-9666	(052)722-9696	南生涯学習センター	(052)613-1310	(052)613-1326
北生涯学習センター	(052)981-3636	(052)981-3590	名東生涯学習センター	(052)703-2622	(052)703-2732
西生涯学習センター	(052)532-1551	(052)532-1552			

なごやアスリート応援基金

みんなが育てよう!
名古屋のアスリート



寄附金を募集します!

詳しくは、当協会ホームページ(応援基金ページ)
URL: <https://www.nespa.or.jp/sports/donation/>
をご覧ください。

● ● ● 他の指定管理者が管理するスポーツ施設 ● ● ●

施設名	TEL	FAX	施設名	TEL	FAX
※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い合わせください。			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 管理棟【ラグビー場など】	(052)836-8200	(052)836-8206	志段味スポーツランド	(052)736-3766	(052)736-3772
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	鳴海プール	(052)891-9314	(052)891-4301
パロマ瑞穂アリーナ	(052)836-8228	(052)836-8221	香流橋プール	(052)773-5311	(052)773-5805
名古屋市体育館	(052)872-6655	(052)872-6657	名城庭球場	(052)912-3321	(052)912-3196
天白スポーツセンター	(052)806-0551	(052)806-1164	上社レクリエーションルーム	(052)771-0021	(052)760-1230
緑スポーツセンター	(052)891-7775	(052)891-7779	東山公園テニスセンター	(052)832-1115	(052)832-1335
東スポーツセンター	(052)723-0411	(052)723-0440	テラスポ鶴舞	(052)745-8545	(052)745-1780
昭和スポーツセンター	(052)733-6831	(052)733-6832			
千種スポーツセンター	(052)782-0700	(052)782-6700			



「MOVE ON 2026」は、愛知県・名古屋市がアジア・アジアパシフィック競技大会を契機に地域の取り組みを応援するために制作したロゴマークです。