



(公財)名古屋市教育スポーツ協会

「NESPA」及び「ネスパ」は、公益財団法人名古屋市教育スポーツ協会の商標又は登録商標です。「NESPA」とは、Nagoya Education and SPorts Associationの頭文字をとったもので、「ネスパ」といいます。

「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。

TRY SPORTS

2026 **2** | NO. **237**

NESPA情報



協会ホームページ



Sport in Life

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。

マラソンフェスティバル ナゴヤ・愛知2026

2026年3月8日(日)【マラソンフェスティバル ナゴヤ・愛知2026】が開催されます！
名古屋を代表するイベントとして盛り上げていきましょう！！



名古屋ウィメンズマラソン2026

開催日時

2026年3月8日(日)

9:10 スタート

コース

名古屋ウィメンズマラソン

コース (42.195 km)

パナテリンドーム ナゴヤ

発着 (日本陸上競技連盟・

WA / AIMS 公認コース)



名古屋ウィメンズ

ホイールチェアマラソン2026

開催日時

2026年3月8日(日)

9:00 スタート

コース

女子 10 km

パナテリンドーム ナゴヤ

～妙音通



名古屋シティマラソン2026

開催日時

ハーフマラソン・ナゴヤ

RUN

2026年3月8日(日)

10:20 スタート

コース

ハーフマラソン(21.0975 km)

パナテリンドーム ナゴヤ

～白川公園 (日本陸上競

技連盟・WA / AIMS 公

認コース)

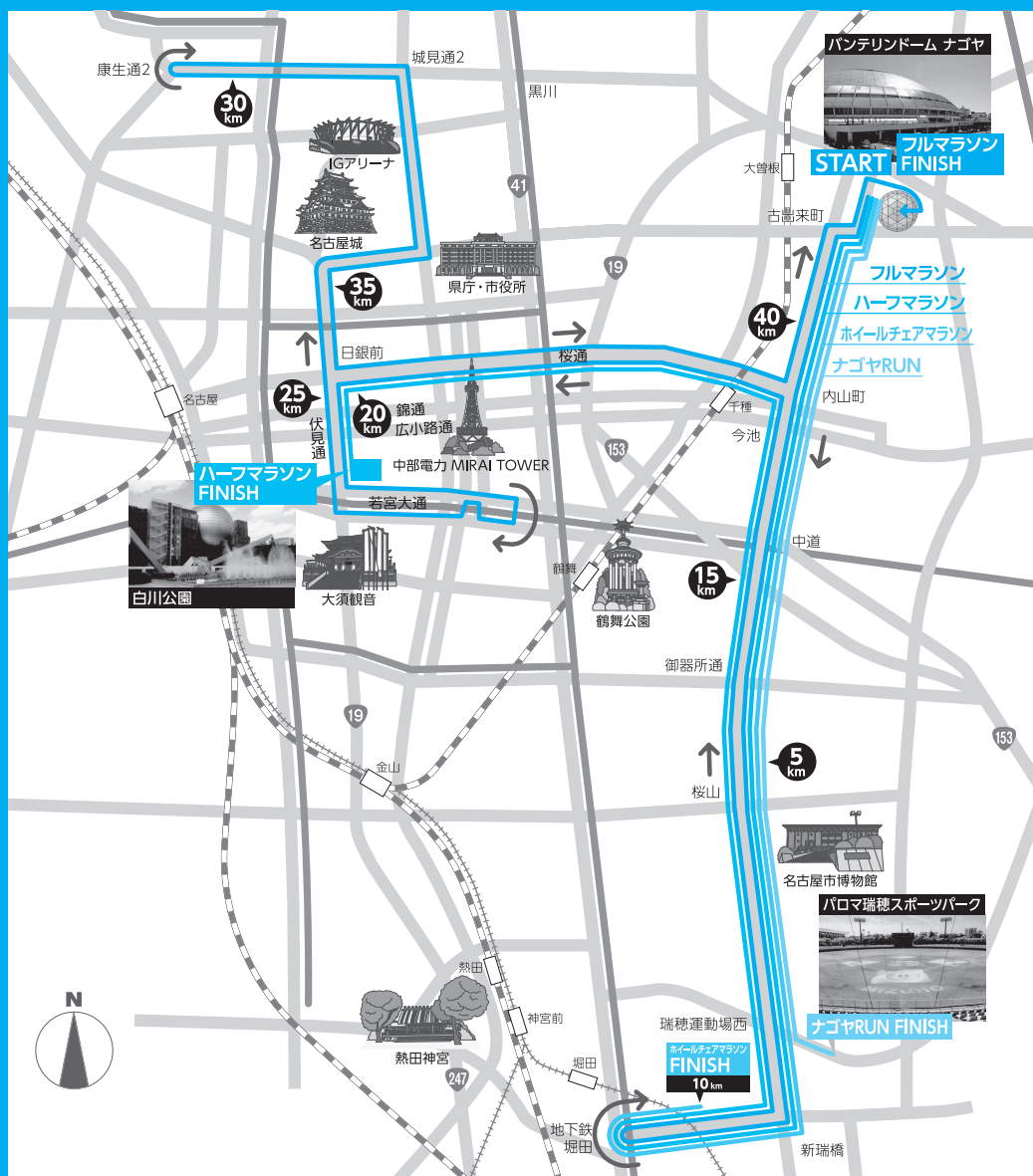
ナゴヤ RUN (7.758 km)

パナテリンドーム ナゴヤ～

パロマ瑞穂スポーツパーク

マラソンフェスティバル ナゴヤ・愛知 コース図

MARATHON FESTIVAL NAGOYA・AICHI COURSE MAP



※大会の実施においては国内の関連するすべての法律を遵守します。また、政府・スポーツ庁や日本陸上競技連盟から発信される注意事項等に基づいて、そのときの状況に合った大会運営を実施します。

※3月8日(日)は、コース及びコース周辺の道路において最長約10時間、車両の通行が禁止されます。交通規制問合せデスクTEL 0570-666-401 (有料)



二次元コードから交通規制図がダウンロードできます。



お出かけの際は、市バス・地下鉄などの公共交通機関をご利用ください。



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

- インターネット（名古屋市電子申請サービス）
- 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）
- 開催日当日受付
- 窓口
- 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。
- 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。）

- 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。
- 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
◆	プロのインストラクターによるキッズフィギュアスケートレッスン	先着20名	年長～小学4年生	4・18日	水	17時～18時	無料	③自由参加（入場料・貸靴代は必要）
◆	スケートワンポイントレッスン	先着40名	小学生以上	7日	土	13時～13時50分・14時～14時50分	無料	③自由参加（入場料・貸靴代は必要）
	アイスホッケー体験会	先着30名	小学生以上	11日	水祝	14時～15時	無料	③自由参加（入場料・貸靴代は必要）

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	13・27日	金	9時半～10時半	300円	③9時から
	ビギナーヨガレッスнтаイム	30名	一般	13・27日	金	10時45分～11時45分	300円	③10時15分から
◆	週末リセットヨガストレッチ	30名	一般	13・27日	金	19時～20時	300円	③18時半から
	ピラティスレッスнтаイム	50名	一般	3・10・17・24日	火	18時半～19時半	300円	③18時から
	すっきり爽快エアロ	50名	一般	3・10・17・24日	火	19時45分～20時45分	300円	③19時15分から
	己書講座	20名	一般	13日	金	10時半～11時半	200円	③10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	5・19日 12・26日	木	11時～12時 15時～16時	無料	③自由参加
	朝のいきいき体操	—		13・27日	金	10時～10時半	無料	③自由参加
♪	理論と実践講座『ラジオ体操をもっと知ろう』	20名	一般	27日	金	13時～14時半	300円	④⑤先着順
◆	知的障害者対象バスケットボール教室	20名	小学生以上の知的障害児・者、自閉症の方	27日	金	18時～19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
	エアロビクスレッスнтаイム	60名	中学生以上※1	3・10・17・24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※1	3・10・17・24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※2	19・26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	4・18・25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。
	アイシングクッキー講座	20名	一般	2月27日	金	10時～11時45分	600円	①②2月3日(火)必着
♪	バドミントン交流会	16チーム ※3	※4	3月20日	金祝	9時半～14時半	530円／名	④・FAX 2月27日(金)必着 詳細は施設HPをご覧ください。

※1 中学生は学校休業日に限る ※2 中学生は保護者同伴 ※3 男女それぞれ2名以上からなる4～8名

※4 ①中学生を除く15歳以上の方 ②西区在住・在勤・在学の方または枇杷島SCが西区地域スポーツセンターを利用の方（メンバー不足を補う場合は②の限りではない）



令和8年
2月1日

日本ガイシ スポーツプラザ リニューアルオープン!



日本ガイシホール棟及びフォーラム棟は、今年9～10月に開催されるアジア・アジアパラ競技大会に向けて、ホール屋根の防水改修をはじめとする大規模工事のため、令和6年4月から休館をしていました。

これらの改修工事が無事に完了し、令和8年2月1日にリニューアルオープンします。

日本ガイシホールでは、屋根防水改修や内装改修、バリアフリー改修の他、大型映像装置の増設や屋外照明灯のLED化等の工事を行いました。

また、トレーニング室の器具や25m温水プールの床等もリニューアルするなど、ご利用・ご来館の皆様に安心して快適にお使いいただけるようになりました。

今後も日本ガイシ スポーツプラザをご利用いただきますよう、心よりお待ちしております。



日本ガイシ スポーツプラザ

NIPPONGAISHI SPORTS PLAZA

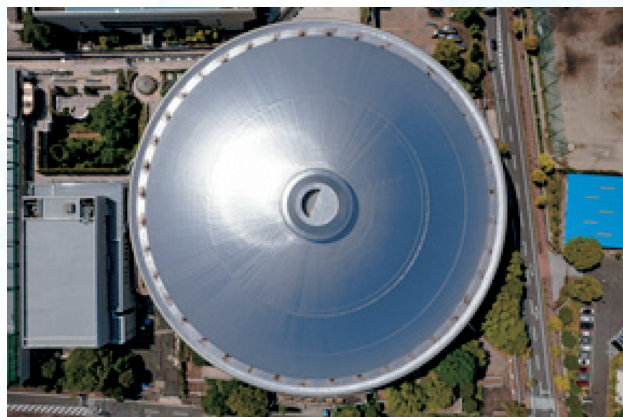
日本ガイシ スポーツプラザ 〒457-0833 名古屋市南区東又兵衛町5丁目1番地の16
〈指定管理者〉名古屋市総合体育館 NK 共同事業体 構成員：公益財団法人名古屋市教育スポーツ協会 株式会社加藤商会
TEL (052) 614-3111 FAX (052) 614-3120 <https://www.nespa.or.jp/hall/index.html>



日本ガイシホール

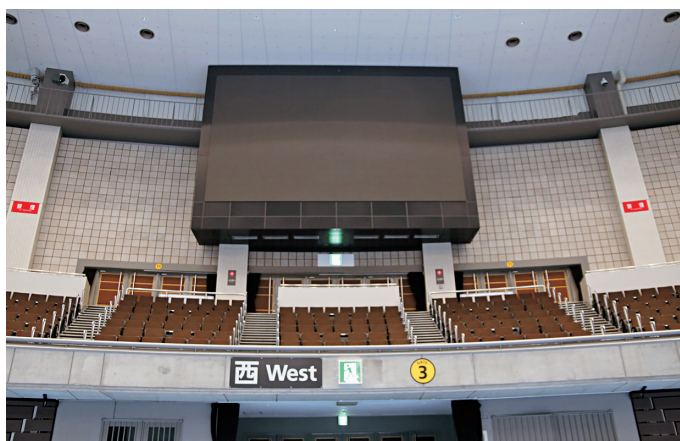
屋根の 防水改修

日本ガイシホールの既存の屋根の上に、防水シートと新しい屋根材をかぶせる「カバー工法」を用いて、屋根防水の改修工事を行いました。



施設内設備 の充実

日本ガイシホール内に大型映像装置（W9,600mm × H5,700mm、約 440 インチ）を東西に 2 台設置しました。またホール床面も全面塗装を実施しました。その他、壁面収納可動席（ブリーチャー席）の座席取替や舞台照明設備の LED 化、ホール周りの諸室を個別空調化するなど、多様なニーズに対応できるよう設備を改修しました。



施設内の バリアフリー化

車いす席の増設・新設

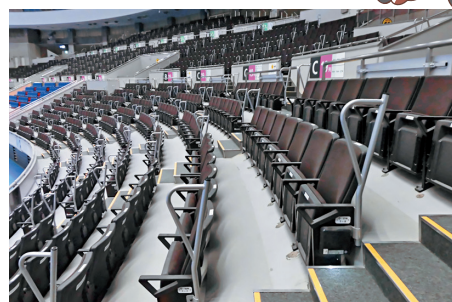
すべての方が安心してご利用いただけるよう、施設のバリアフリー設備を拡充しました。ホール内は車いす席を増設し、第2競技場と第3競技場は車いす席を新設しました。またホール内のスタンド固定席には、安全に昇降できるよう手すりを新設しました。



ホール



第2競技場



ホール観客席

ホール内に新設したバリアフリートイレは、車いすの方でも利用しやすい広さで、手すりやオストメイト、ベビーチェアなどを備えています。また外部の音や視線を遮断し、ストレス緩和とリラックスを促すためのスペースとしてカームダウン・クールダウン室や難聴者向けの補聴装置も新設し、ホール南ロビーから観客席へのスロープも拡幅しました。

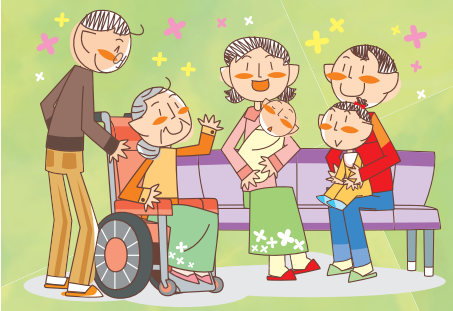
バリアフリートイレの増設



カームダウン・クールダウン室の新設



観客席へのスロープを拡幅



トレーニング室

トレーニング器具をフルリニューアル！



ヒップトレーニングに特化した最新機種を導入し、ストレッチ専用機種も初採用しました。フリーウェイトエリアも刷新しています。



25 m 温水プール

プールサイドの床を滑りにくいビニールシートに変更し、手すりもより安全に配慮したものに変わりました。更衣室のロッカーも更新しました。



新しくなった
日本ガイシ
スポーツプラザへ
ぜひお越しください！

その他の リニューアル

共用ロビー始め第2競技場、第3競技場、25m 温水プール、アーチェリー場、日本ガイシフォーラムなどにおいても様々な改修工事を実施しました。

LED 化や天井・床の改修によって
明るくなった1階共用ロビー



ロビーに緊急時情報表示
ディスプレイを新設



第2競技場
フローリング全面クリーニング



第3競技場
フローリング全面張替



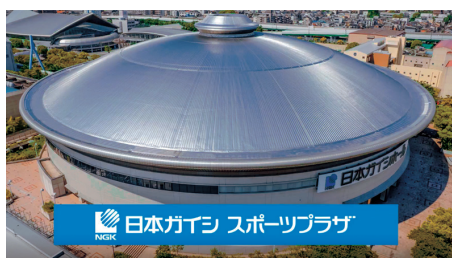
アーチェリー場全面人工芝化、
防矢ネット昇降の電動化



フォーラム研修室
防音性の高い間仕切りに取替



施設紹介動画公開!



YouTube NESPA チャンネルにてリニューアル後の施設紹介動画を公開中! ぜひご覧ください!



YouTube
NESPA チャンネルはこちら!



『レッツエンジョイスports絵画コンテスト2025』入賞作品展



今回入賞された作品 35 点を展示しています。
子どもたちが描いた躍動感あふれる作品をぜひご覧ください。



「もっとはやくはこべ!」三橋可怜さん (2年生)

開催期間

開催中～令和8年3月29日(日)まで

開館時間

9:00～21:00

会場

名古屋市南区東又兵衛町5丁目1番地の16 日本ガイシスポーツプラザ ふれあいギャラリー

問合せ

(公財)名古屋市教育スポーツ協会事業課事業係 TEL (052) 614-7504/FAX (052) 614-7149

休館日

毎週月曜日(祝休日の場合は開館)及び年末年始(12/29～1/3)
※会場は令和8年1月30日(金)までスポーツ資料展示室にて、令和8年2月1日(日)～3月29日(日)は日本ガイシホールふれあいギャラリーにて予定しております。

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 マラ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	チャレンジ！ 車いすバスケットボール	40名	小・中学生及 び保護者	23日	月祝	9時～14時半	320円	4 5
◆	ファミリー自然ウォーク＆ ボランティアパトロールIN 猪高緑地	20名	一般	3月7日	土	9時半～12時半	無料	4 5 2月15日(日)から申込
	スポーツ障害セミナー 「膝と腰の痛み予防歩き方、 座り方を変えよう」	20名	一般	3月5・10日	木・火	16時～17時	1,000円	4 5 2月15日(日)から申込
	シニアからだづくり運動講座 「介護予防教室」	20名	高齢者	2月24日・ 3月3日	火	10時～11時15分	1,000円	4 5 2月11日(水祝)から申込
★	♪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	6・13・20・27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	4・18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	4・18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 スタイムとセットの方 は18時半から
	ナイトヨガ☆リラクスタイム	50名	中学生以上	14・28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・ ボッチャ)	70名	一般	13・27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	9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	9日	月	10時15分～11時05分	400円	3 9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	9日	月	10時半～11時45分	400円	3 10時10分から ※ZUMBA9時10分の部と セットの方は8時50分から
	フラダンス	30名	一般	9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	9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	9日	月	19時20分～20時20分	400円	3 19時から

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 マラ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	ユニバーサルスポーツ体験会	20名	どなたでも	2日	月	①11時～12時 ②14時～15時 ③16時半～17時半	無料	3 各回開催時間の15分前から
	エアロレスタイム	50名	一般	6・13・20・27日	金	9時15分～10時15分	300円	3 9時から
★	水泳ワンポイントアドバイス	—	プール利用者	4・18・25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 マラ	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	2・9・16日	月	14時10分～15時10分	400円	3 13時50分から
◆	からだスッキリ！骨盤調整ヨガ	35名	一般	2・9・16日	月	15時20分～16時20分	400円	3 15時から
	ZUMBA®	35名	一般	2・9・16日	月	18時～19時	400円	3 17時40分から
	ZUMBA®	35名	一般	2・9・16日	月	19時20分～20時20分	400円	3 19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	2月16日・ 3月2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
◆	さわやかヨガ	35名	一般	3・10・17・24日	火	9時40分～10時40分	300円	3 9時20分から

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	9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	9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	9日	月	10時～11時半	無料	39時半から
ZUMBA® GOLD レッスнтаイム	30名	一般	3・17日	火	18時半～19時半	300円/回	318時から
ZUMBA®レッスнтаイム	30名	一般	3・17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нтаイム	30名	一般	4・18日	水	18時半～19時半	300円/回	318時から
ナイトヨガレッスнтаイム	30名	一般	4・18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	6・20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нтаイム	25名	一般	5・19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нтаイム	15名	一般	5・12・19・26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）
日本ガイシアリーナ	50m 温水プール:令和8年1月4日（日）～令和8年3月31日（火）	ろ過機更新工事のため
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
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のため
中村スポーツセンター	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
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



■ ■ ■ 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	西生涯学習センター	(052)532-1551	(052)532-1552
稲永スポーツセンター	(052)384-0300	(052)384-0303	中村生涯学習センター	(052)471-8121	(052)471-8122
北スポーツセンター	(052)917-0501	(052)917-0510	瑞穂生涯学習センター	(052)871-2255	(052)871-2256
中村スポーツセンター	(052)413-8021	(052)413-8023	熱田生涯学習センター	(052)671-7231	(052)671-7232
南陽プール	(052)303-2015	(052)303-2016	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

なごやアスリート応援基金



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
昭和三スポーツセンター	(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・アジアパラ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。