



令和7年  
4月1日(火)~

リニューアルOPEN

## 名東 スポーツセンター Re:Start

1年間の工事休館を終え、  
名東スポーツセンターが

令和7年4月1日(火)に  
リニューアルオープンします。

ロビーにて  
モルック・ポッチャ等の  
各種体験コーナー、  
体組成・血管年齢等の  
測定コーナーあります



器具をフルリニューアルした

トレーニング室やプールの

無料開放も行います!



(公財)名古屋市  
教育スポーツ協会

4/1(火)~4/3(木)  
トレーニング室・  
25m 温水プール  
無料開放



新しくなった名東スポーツセンターへのご来場をお待ちしています!!

【開館時間等の詳細はホームページでご確認いただくか、施設へお問い合わせください】

名古屋市名東スポーツセンター TEL: 052-705-4948 FAX: 052-705-4952 名古屋市名東区猪高町大字高針字勢子坊 307 番地の 12  
[https://www.nespa.or.jp/facility/meito\\_sc/](https://www.nespa.or.jp/facility/meito_sc/)

## なごやマスターズ水泳大会2025参加者募集

国際大会も行われる公認 50m 競泳プールの「日本ガイシアリーナ(競泳プール)」を舞台に、日頃の練習の成果を試してみませんか。完泳者には、水泳連盟からディプロマ(記録認定証)が交付されます。

令和7年 **5月10日(土)**  
**開催**

定員	800名
参加料	1種目 2,000円 2種目 3,000円 (当日現金にて支払い)
申込方法	名古屋市電子申請サービスから申込、もしくは参加申込書を申込先へ郵送もしくは持参。 (参加申込書は協会ホームページからダウンロードしていただくか名古屋市内の各スポーツ施設にて入手してください)
申込先	(公財)名古屋市教育スポーツ協会 事業課事業係 〒457-0833 名古屋市南区東又兵衛町5丁目1-16 5階 TEL: 052-614-7504
応募期限	令和7年3月24日(月) 必着

ぜひご参加ください。





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

- 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。  
※令和6年10月1日から郵便料金に変更となっております。料金をご確認のうえ、お申込みください。

日本ガイシアリーナ		南区東又兵卫町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
	健康水泳 火曜午前	45名	一般	4月15日～7月22日	火	10時半～12時	6,600円	1243月27日(木)必着
	キッズスイム火曜	30名	小学生	4月15日～7月22日	火	16時半～17時半	6,000円	1243月27日(木)必着
♪	ジュニア水球	30名	25m以上泳げる小学生3年生～中学生	4月20日～6月15日	土日	10時～11時半	7,500円	1243月27日(木)必着
	トレーニング室体操教室 火曜朝①	20名	一般	4月8日～7月8日	火	10時半～11時半	2,640円	453月4日(火)9時から
	トレーニング室体操教室 火曜昼①	20名	一般	4月8日～7月8日	火	14時～15時	2,640円	453月4日(火)9時から
	トレーニング室体操教室 金曜朝①	20名	一般	4月11日～7月4日	金	10時半～11時半	2,640円	453月4日(火)9時から
	トレーニング室体操教室 金曜昼①	20名	一般	4月11日～7月4日	金	14時～15時	2,640円	453月4日(火)9時から
◆	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	5・26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	アイスリンク利用者※	2・15・29日	土日	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)
★	水泳ワンポイントアドバイス	—	プール利用者	7・21日	金	14時半～16時	無料	3自由参加(入場料は必要)

※アイスリンクは幼児1名につき保護者1名の同伴滑走が必要

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	14・28日	金	9時半～10時半	300円	39時から
◆	ビギナーヨガレッスンタイム	30名	一般	14・28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	14・28日	金	19時～20時	300円	318時半から
	ピラティスレッスンタイム	50名	一般	4・11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	4・11日	火	19時45分～20時45分	300円	319時15分から
♪	理論と実践講座『健康ランニングクリニック』	15名	一般	4日	火	13時半～15時	300円	45先着順
	理論と実践講座『ラジオ体操をもっと知ろう』	20名	一般	13日	木	10時～11時半	300円	45先着順
★	朝のいきいき体操	—	—	14・28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	6日 13・27日	木	10時半～12時 14時半～16時	無料	3自由参加
◆	折り紙広場	20名	一般	14日	金	10時半～11時半	200円	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
	ヨガレッスンタイム	30名	中学生以上※1	14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	11・18・25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	11・18・25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	13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	5・12・19・26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。

※1 中学生は保護者同伴 ※2 中学生は学校休業日に限る

稲永スポーツセンター(CSアセット港サッカー場)		港区野跡五丁目1番10号			TEL(052)384-0300 FAX(052)384-0303			
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
	イージーエアロレッスンタイム3	50名	一般	5日	水	9時半～10時半	300円	39時15分から
	アクティブエアロレッスンタイム3	40名	一般	5日	水	10時45分～11時45分	300円	310時半から
◆	かんたん♪からだシェイプダンス3	40名	一般(中学生以上)※	6日	木	19時～19時50分	300円	318時45分から
	ボクシングスタイルアップエクササイズ3	40名	一般(中学生以上)※	6日	木	20時～20時50分	300円	319時45分から
	THESLOW®リンパドレナージュ	30名	一般	10・24日	月	9時15分～10時15分	350円	39時から
	スローエアロビク	30名	一般	10・24日	月	10時半～11時半	350円	310時15分から

※中学生は保護者同伴

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 マージ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	ハンドマッサージ① ～手のツボをおぼえましょう!～	20名	一般	4月25日	金	10時半～12時	2,500円 (材料費込み)	4月5日3月14日(金)10時から 先着受付
	リラックスヨガ	20名	一般	3・10・17日	月	9時半～10時半	400円	3月9日10時から
	心と体を整えるストレッチ	20名	一般女性	3・10・17日	月	10時45分～11時45分	400円	3月10時25分から
	フラダンス(ブルメリア)	20名	一般女性	4・11・18日	火	12時40分～13時40分	400円	3月12時20分から
	フラダンス(ハイビスカス)	20名	一般女性	4・11・18日	火	13時50分～14時50分	400円	3月13時半から
	キッズヒップホップダンス	20名	小学生	4・11・18日	火	19時～20時	400円	3月18時40分から
	ファイトングエクササイズ(ライト)	20名	一般	5・12・19日	水	9時半～10時半	400円	3月9日10時から
	ファイトングエクササイズ(ミドル)	20名	一般	5・12・19日	水	10時45分～11時45分	400円	3月10時25分から
	ベリーダンス(12時40分の部)	20名	一般女性	6・13日	木	12時40分～13時40分	400円	3月12時20分から
	ベリーダンス(13時50分の部)	20名	一般女性	6・13日	木	13時50分～14時50分	400円	3月13時半から
	ZUMBA® (18時30分の部)	20名	一般	6・13日	木	18時半～19時半	400円	3月18時10分から
	ZUMBA® (19時45分の部)	20名	一般	6・13日	木	19時45分～20時45分	400円	3月19時25分から
	ダイエットダンス&ヨガ・ピラティス	40名	一般	3・10・17日	月	19時～20時	300円	3月18時40分から
	エアロダンスレッスントライム	50名	一般	4・11・18日	火	10時45分～11時45分	300円	3月10時25分から
	エアロビクスレッスントライム	50名	一般	6・13日	木	10時45分～11時45分	300円	3月10時25分から
	スポーツパーク (バドミントン・卓球・ボッチャ)	60名	小学生以上※	5・12日	水	18時半～20時半	340円	3月18時15分から

※ただし、小学生は保護者の同伴が必要です。

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 マージ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	やさしいエアロレッスントライム	35名	一般	4・11・18日	火	18時20分～19時20分	300円	3月17時50分から
	エアロビクスレッスントライム (スタンダード)	35名	一般	5・12・19日	水	9時半～10時半	300円	3月9時から
	エアロビクスレッスントライム (ストレッチ)	35名	一般	5・12・19日	水	10時45分～11時45分	300円	3月10時15分から
	みんなでDance Mixレッスントライム	30名	中学生以上※	10・24日	月	18時半～19時半	300円	3月18時から
	美Bodyエクササイズレッスントライム	30名	中学生以上※	10・24日	月	19時45分～20時45分	300円	3月19時15分から
	やさしいアクアレレッスントライム	20名	一般	6・13日	木	19時～20時	640円	3月18時半から
★	水泳ワンポイントアドバイス	10名	プール利用者	5・12・19・26日	水	13時～14時	無料	3月12時半から定員を超えた 場合は抽選

※中学生は保護者同伴

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 マージ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	ジュニアテニス(全12回)	36名	小4～中1	4月28日～12月8日	月	18時15分～19時45分	6,360円	1月24日4月7日(月)必着
	親子deヨガI(全7回)	20組	1歳児～未就 園児と保護者	4月28日～7月28日	月	9時～10時	3,850円	1月24日4月7日(月)必着
	キッズダンスI(年中・年長)(全7回)	20名	年中・年長	4月28日～7月28日	月	16時45分～17時45分	2,800円	1月24日4月7日(月)必着
	キッズダンスI(小学生)(全7回)	20名	小学生	4月28日～7月28日	月	18時～19時	2,800円	1月24日4月7日(月)必着
	めざせ!たいいく大好きキッズ (年中・年長)(全15回)	25名	年中・年長	4月28日～3月9日	月	15時半～16時20分	12,000円	1月24日4月7日(月)必着
	めざせ!たいいく大好きキッズ (小学1・2・3年生)(全15回)	25名	小学1～3年	4月28日～3月9日	月	16時半～17時半	12,000円	1月24日4月7日(月)必着

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 マージ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	ZUMBA® レッスンタイム	30名	一般	4日	火	18時半～19時半	300円/回	3月18時から
	コア・シェイプ&ストレッチ レッスンタイム	30名	一般	4日	火	19時45分～20時45分	300円/回	3月19時15分から
	ボディメイク・ピラティス レッスンタイム	30名	一般	12日	水	18時半～19時半	300円/回	3月18時から
	ナイトヨガレッスンタイム	30名	一般	12日	水	19時45分～20時45分	300円/回	3月19時15分から
	フライデースポーツ広場	50名	中学生以上	7・14日	金	18時～20時	330円/回	3月17時半から
	バランスボールでエクササイズ	25名	一般	10・24日	月	10時～11時	500円/回	3月9時半から
	子育て広場 さかえっ子	10組20名	子育て親子	10・24日	月	10時～12時	無料	3月9時半から
	いきいきシニアサロン	10名程度	高齢者	10・24日	月	10時～11時半	無料	3月9時半から
★	アクアエクササイズ レッスンタイム	25名	一般	6日	木	13時半～14時半	640円/回	3月13時から
	水中ウォーキング&スイム レッスンタイム	15名	一般	6・13・27日	木	18時半～19時半	640円/回	3月18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 マージ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	ソフトエアロレッスントライム	60名	中学生以上	7・14・21・28日	金	9時15分～10時15分	300円	3月9時から
★	水泳ワンポイントアドバイス	—	プール利用者	5・12・19日	水	11時～12時	無料	3月自由参加

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 マージ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	朝のさわやかヨガレッスンタイム	30名	一般	4・11・18日	火	9時15分～10時15分	300円/回	3 9時から
	ビギナーエアロレッスンタイム	30名	一般			10時半～11時半	300円/回	3 10時15分から
	THE SLOW®リンパドレナージュレッスンタイム	30名	一般	7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ッスンタイム	30名	一般			10時45分～11時45分	350円/回	3 10時半から
★	水泳ワンポイントアドバイス(水中ウォーキングを含む)	—	プール利用者	4・11・18・25日 6・13・27日	火 木	13時～14時 11時～12時	無料	3 自由参加
◆★	スポーツフェスタin南陽プール	—	一般	21日	金	9時半～20時半	無料	詳細は、施設へお問い合わせください。
◆	ポッチャ・モルック体験会	20名	一般	29日	土	10時～11時	無料	4 5 先着順
	親子わくわく子育てサロン	10組 20名	1～3歳児と 保護者	6日	木	10時半～11時半	無料	4 5 先着順
♪	春休み 短期小学生水泳教室	20名	小学生	25・26・27・29日	火・水・ 木・土	9時～10時	3,200円	1 2 3月10日(月)必着

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 マージ	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	3・10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	3・10日	月	15時20分～16時20分	400円	3 15時から
	ZUMBA®	35名	一般	3・10日	月	18時～19時	400円	3 17時40分から
	ZUMBA®	35名	一般	3・10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	4月7・14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	4・11・18・25日	火	9時40分～10時40分	300円	3 9時20分から
	ポールde体幹トレーニング1	20名	一般	4月7日～5月19日	月	13時～14時	2,500円	3 9月11日(火)10時から
	基礎からのポールウォーキング1	20名	一般	4月7日～5月19日	月	14時10分～15時10分	2,500円	4 3月11日(火)10時から
	華麗にスローなステップ運動1	20名	一般(女性)	4月7日～5月19日	月	16時20分～17時20分	2,500円	4 3月11日(火)10時から
	目標別・サーキットトレーニング1	20名	一般	4月7日～5月19日	月	18時40分～19時40分	2,500円	4 3月11日(火)10時から
	姿勢改善ウォーキング講座1	20名	一般	4月7日～5月19日	月	19時50分～20時50分	2,500円	4 3月11日(火)10時から
	ランニングライフ・スタート1	20名	一般	4月7日～7月7日	月	17時半～18時半	4,500円	4 3月11日(火)10時から

14日

5,000円

## 臨時休場ののお知らせ

※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
名東スポーツセンター	全館：令和6年4月1日(月)～令和7年3月31日(月)	天井脱落対策工事等のため
富田北プール	屋内プール：令和7年3月24日(月)～3月26日(水)	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)	

## ■ ■ ■ 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	昭和生涯学習センター	(052)852-1144	(052)852-1143
千種生涯学習センター	(052)722-9666	(052)722-9696	瑞穂生涯学習センター	(052)871-2255	(052)871-2256
北生涯学習センター	(052)981-3636	(052)981-3590	熱田生涯学習センター	(052)671-7231	(052)671-7232
西生涯学習センター	(052)532-1551	(052)532-1552	港生涯学習センター	(052)653-5171	(052)653-5172
中村生涯学習センター	(052)471-8121	(052)471-8122	南生涯学習センター	(052)613-1310	(052)613-1326
中生涯学習センター	(052)321-5511	(052)321-5512	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
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			

※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。

