

(月日・曜日・時間(回数)) (講師) (会場) (対象・定員) (料金・費用) (申込方法・申込締切) ※特に記載のないものは、申込不要・費用無料です

愛知芸術文化センター 愛知県図書館

〒460-0001
中区三の丸一丁目9-3
☎ 212-2323 Fax 212-3674
<http://www.aichi-pref-library.jp/>

- ミニ展示「高齢者の福祉と暮らし」

高齢者や福祉関係者に役立つ資料を展示、貸出。

- ⌚ ~2/22(水)
 ●おはなし会
 ⌚ 1/21(土) 11:30~11:50
 14:30~15:00

徳川美術館

〒461-0023
東区徳川町1017
☎ 935-6262 Fax 935-6261

- 特別展「名物刀剣－宝物の日本刀－」
名だたる武士が所持したと伝わる日本刀の名物を一

堂に展示する。

- ⌚ ~2/5(日)
 ₩ 1,200円
 ●土曜講座
名物刀剣の歴史。
 ⌚ 1/14(土) 13:30~15:00
 ☎ 専門参与 佐藤豊三
 ₩ 150名
 ₩ 600円 (入館料は別途)

桑山美術館

〒466-0828
昭和区山中町2-12
☎ 763-5188 Fax 763-5278

- 開館30周年記念 現代陶芸－昭和の名匠を中心－
荒川豊蔵、加藤唐九郎、金重陶陽などによる茶碗や花入など約60点を展示する。
- ⌚ ~2/5(日) 10:00~16:00
 ₩ 一般: 500円
 中高大学生: 300円

スポーツ

日本ガイシアリーナ

〒457-0833
南区東又兵工町5丁目1-5
☎ 614-6211 Fax 614-6215

- 氷上のアスリートがやってくる！スケートの日
入場料がお得！自由滑走の他に教室や模範滑走を行う。
- ⌚ 1/22(日) 10:00~18:00
 ☎ 愛知県スケート連盟指導員
 どなたでも
 ₩ 大人: 1,100円
 小人: 500円
 高齢者: 300円
 (貸靴代 300円別途)
 ※幼児1人に保護者1人の同伴滑走必要、手袋持参

枇杷島スポーツセンター

〒451-0053
西区枇杷島一丁目1-2
☎ 532-4121 Fax 522-8520

- エアロビクスレッスンタイム
2部制で実施（各部とも同じ内容）。
- ⌚ 1/17・24・31(火)

⌚ 30名

- ⌚ 当日開始30分前～、先着順

エアロビクスレッスンタイム

- ⌚ 1/11・18・25、2/1・8(水) 10:30~11:30
 (※1/18は託児付)
 1/13・20・27、2/3・10(金) 19:15~20:15

午前はAFFA認定インストラクター

夜間はJAFA公認インストラクター

- ⌚ 中学生以上、各回50名
 (※託児は2歳以上の未就学児、6名)

- ⌚ 各回220円 (※託児は1名につき320円別途)

- ⌚ 毎回開始30分前～、先着順
 (※託児は開催前月11日より予約可)

稻永スポーツひろば

- ⌚ 1/14、2/4(土)
 15:15~17:45

稻永スポーツセンター職員

- ⌚ 小学生以上
 ₩ 小中学生220円

- ⌚ 高校生以上320円

- ⌚ 当日開始30分前～

ピラティスレッスン

- ⌚ 1/12・19・26、2/2(木)

19:15~20:15

木下知永子

- ⌚ 中学生以上、各回50名
 ₩ 各回220円

- ⌚ 每回開始30分前～、先着順

ふれあいサッカーひろば

- ⌚ 1/21(土) 10:00~11:30

名古屋グランパスエイト講師

港サッカー場

- ⌚ 小学生、100名

- ⌚ 往復はがきかインターネットにて、1/13(金)必着

千種スポーツセンター

〒464-0808

千種区星が丘山手121番地

☎ 782-0700 Fax 782-6700

エアロビクスレッスンタイム

イム

エアロビクスダンスを日常生活の中に取り入れることで健康増進を図る。

- ⌚ 毎週水曜 19:45~20:45
 (祝日除く)

外山広子

- ⌚ 中学生以上、50名

- ⌚ 各回1人220円

- ⌚ 各回19:15～、先着順

東スポーツセンター

〒461-0047

東区大幸南一丁目1番10号

☎ 723-0411 Fax 723-0440

膝と腰の痛みとその予防

- ⌚ 1/12(木) 17:30~19:00

マラソンフェスティバル完走のためのアドバイス

- ⌚ 2/3(金) 18:30~20:30

- ⌚ 上記2つは窓口・電話・FAXで受付

エアロビクスレッスンタイムIII

- ⌚ 1/11・18・25、2/1・8(水) 19:00~20:00

- (レギュラー)
 1/12・19・26、2/2・9(木) 9:30~10:30

- (レギュラー)
 10:45~11:45 (ソフト)

- ⌚ 中学生以上、各回50名

- ⌚ 1回220円

水中エアロレッスンタイムIII

- ⌚ 1/11・18・25、2/1・8(水) 10:30~11:30

- ⌚ 中学生以上、各回45名

- ⌚ 1回620円

- ⌚ 上記2つは当日開始20分前～、先着順

ふれあいフットサル広場

- ⌚ 1/17(火) 18:30~20:30

- ⌚ 高校生以上、24名

- ⌚ 1回320円

- ⌚ 当日開始30分前～、先着順

わくわく運動教室サポートクラブ

- ⌚ 1/26(木) 18:15~19:45

- ⌚ 小学生以上の知的障害児(者)及び発達障害児(者)と保護者又は介護者15組

- ⌚ 当日開始15分前～、先

着順

北スポーツセンター

- 〒462-0021
北区成願寺一丁目6-12
☎ 917-0501 Fax 917-0510
- エアロビクス・レッスンタイム
 - ①・②エアロビクス
 - ③エアロ&ヨガ・ピラティス
 - ⌚ ①1/10~毎週火曜 10:45~11:45
②1/12~毎週木曜 10:45~11:45
③1/16~毎週月曜(祝休日を除く) 19:00~20:00
 - 👤 ①エイチ・イー・エス 所属インストラクター
②栗栖美由紀
③青田直子
 - 👤 各回 ①50名、②60名、③30名
 - ¥ 各回 220円
 - 🕒 開催当日 30分前~、先着順
 - バドミントン&卓球ナイト
 - ⌚ 1/11・18・25、2/1・8(水) 18:30~20:30
 - 👤 名古屋市バドミントン協会・名古屋市卓球協会 指導員
 - 👤 小学生以上・45名
 - ¥ 320円
 - 🕒 開催当日 18:30~、先着順
 - ※小学生は保護者の同伴必要
 - フットサル広場
 - ⌚ 1/21(土) 18:30~20:30
 - 👤 30名
 - ¥ 320円
 - 🕒 開催当日 11:00~、先着順(電話可)
 - スポーツ実践相談(セミナー<テーマ:シニア世代の運動の楽しみ方>&個別相談)
 - ⌚ 1/18(水) 10:00~12:00
 - 👤 中部大学名誉教授 池田隆二
 - 🕒 要予約(電話可)
 - ※セミナー終了後、個別相

談も有(無料・要予約)

- ノルディックウォーキング講座Ⅱ
 - ⌚ 2/25(土) 9:30~11:30
- 👤 日本ノルディックフィットネス協会公認アドバンスインストラクター
- 👤 北スポーツセンター及び隣接の矢田川河川敷
- 👤 中学生以上・30名
- ¥ 320円
- 🕒 往復はがきかインターネットにて、2/8(水)必着

中村スポーツセンター

- 453-0053
中村区中村町字待屋43番地の1
☎ 413-8021 Fax 413-8023
- エアロビクスレッスンタイム
 - ⌚ 1/11・18・25、2/8(水) (イージー) 9:30~10:30 (スタンダード) 10:45~11:45
 - 👤 各回 40名
 - ¥ 1回 220円
 - エンジョイレッスンタイム
 - ⌚ 1/17・24、2/7(火) 18:15~19:15
 - 👤 各回 50名
 - ¥ 1回 220円
 - 🕒 上記2つは当日30分前~、先着順
 - 水泳ワンポイントアドバイス
 - ⌚ 1/18・25(水) 11:00~12:00
2/10(金) 13:00~14:00
 - ¥ 無料(ただしプール入場料は必要)

中スポーツセンター

- 〒460-0008
中区栄1-30-10
☎ 232-2327 Fax 232-2364
- フライデースポーツ広場 フットサル・バドミントン・卓球等を楽しめるよう競技場を開放。
 - ⌚ 1/13・20・27、2/3・10(金) 18:00~20:30
 - 👤 小学生以上、60名
 - ¥ 各回 320円

申 各開催日6日前~、電話・窓口にて先着順

- ※小中学生の参加は保護者同伴
- エアロビクスレッスンタイム
 - ⌚ 1/11・18・25、2/1・8(水) 18:30~19:30 (1部)、19:40~20:40 (2部)
 - 👤 中学生以上、各回45名
 - ¥ 各回 220円
 - 🕒 当日先着順(1部 18:15~、2部 19:30~)
 - NESPA ストレッチング&ダンベル講習会
 - ⌚ 1/26(木) 10:00~11:30
 - 👤 65歳以上、30名
 - ¥ 320円
 - 🕒 当日 9:45~、先着順
 - ぽっかぽか体操で健康づくり
 - ⌚ 1/17・24、2/7(火) 18:15~19:15
 - 👤 各回 50名
 - ¥ 1回 220円
 - 🕒 上記2つは当日30分前~、先着順
 - 水泳ワンポイントアドバイス
 - ⌚ 1/18・25(水) 11:00~12:00
2/10(金) 13:00~14:00
 - ¥ 無料(ただしプール入場料は必要)

名東スポーツセンター

- 〒465-0067
名東区猪高町大字高針字勢子坊307-12
☎ 705-4948 Fax 705-4952

- エアロビクスレッスンタイム
 - ⌚ 1/11・18・25、2/1・8(水) 19:00~20:00
- 👤 NPO法人健康支援エクササイズ協会インストラクター
- 👤 中学生以上、50名
- ¥ 各回 220円
- 🕒 当日 18:40~
- ♪気軽に楽しく水中エア

♪♪脂肪燃焼タイム!

- 膝や腰に負担をかけにくい温水プールで音楽に合わせて楽しく健康体力づくり。
- ⌚ 1/13・20・27、2/3・10(金) 19:00~20:00
 - 👤 フリーダムカンパニーインストラクター
 - 👤 中学生以上
 - ¥ 無料(プール入場料別途)

天白スポーツセンター

- 〒468-0051
天白区植田三丁目1502番地
☎ 806-0551 Fax 806-1164

- スポーツ障害相談(個別相談)
 - ⌚ 1/17(火) 10:00~11:30 (一人20分程度)
- 👤 財スポーツ医・科学研究所 所長 横江清司
- 👤 4名
- 👤 窓口・電話、先着順
- ソフトエアロビクスレッスンタイム
 - ⌚ 1/16・23・30、2/6(月) 10:40~11:40
- 👤 プレミアムサポート㈱ インストラクター
- 👤 各日 100名
- ¥ 各日 220円
- 🕒 当日 10:10~、先着順
- 水中ウォーキング・水泳ワンポイントアドバイス
 - ⌚ 水泳: 1/17・24・31、2/7(火) 15:00~16:00
水中ウォーキング: 1/11・18・25、2/1・8(水) 10:30~11:30
- 👤 三幸㈱インストラクター(財日本体育協会 水泳上級教師資格保有者)
- ¥ 無料(プール入場料別途)

南陽 プール

- 〒455-0855
港区藤原4-701
☎ 303-2015 Fax 303-2016

- エアロビクスレッスンタイム
 - ⌚ 1/18(水) 10:00~
- 👤 人気のエアロビクスダンスで楽しく体力づくりをす

る。

- ⌚ 1/17・24・31、2/7(火)
10:30~11:30
1/16・23・30、2/6(月)
19:00~20:00
 - ▣ 竹中有里 他
30名
 - ¥ 各回 220円（災害補償制度あり）
 - 開始 20分前～、先着順
 - 50メートルプールでタイムに挑戦
 - ⌚ 1/15(日) 10:00~17:00
 - ▣ 小学生以上・毎時10名程度
 - ¥ 無料（プール入場料別途）
 - 当日先着順
- ※希望者は記録証あり

富田北プール

〒454-0981
中川区吉津四丁目3201
☎ 431-8991 Fax 431-1466

- 卓球広場
- ⌚ 1/21(土) 12:45~14:45
- ▣ 小学生以上、30名
- ¥ 320円
- 当日 12:30~、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）
- ⌚ 1/13・20・27、2/3・10(金) 14:00~15:00
- ¥ 無料（プール入場料別途）

鳴海プール

〒458-0847
緑区浦里一丁目66
☎ 891-9314 Fax 891-4301

- 水泳レッスン
泳げない人から4泳法泳げる方まで、個々に合わせたアドバイスを行う。
- ⌚ 1/16・23・30、2/6(月)
14:00~14:30
1/14・28(土)
11:00~11:30
- ▣ シンコーススポーツ指導員
- 水中リズム体操
音楽に合わせて全身運動を行う。
- ⌚ 1/17・24・31、2/7(火)
14:00~14:30
- ▣ シンコーススポーツ指導員

員

- 水中歩行レッスン
水の特性を利用して運動を行う。
- ⌚ 1/11・18・25、2/1・8(水) 14:00~14:30
- ▣ シンコーススポーツ指導員

山田西プール

〒452-0838
西区長先町173番地
☎ 503-5151 Fax 503-5272

- 水泳ワンポイントアドバイス（水中ウォーキング含む）

プール利用者を対象に無料でワンポイントアドバイスを行う。

- ⌚ 1/13・20・27、2/3・10(金) 11:00~12:00

- ▣ 当プールスタッフ
- ¥ 無料（プール入場料別途）

● スイミングワンポイントアドバイス

プール利用者を対象に無料でワンポイントアドバイスを行う。

- ⌚ 1/20(金) 16:30~17:30

- ▣ 当プールスタッフ
- ¥ 無料（プール入場料別途）

- 健康！楽らくストレッチ
家庭で簡単にできる軽運動を紹介する。

- ⌚ 1/24(火) 14:30~15:30

- ▣ 名古屋市教育スポーツ協会 職員
- 20名

- 1/11(水)～、窓口・TELにて先着順

愛知県スポーツ会館

〒462-0846
北区名城一丁目3-35
☎ 991-9151 Fax 991-9153
http://www.spokan.sakura.ne.jp/

- 卓球教室（IV期）
2/3~3/9の毎週火・金曜 全10回
10:00~12:00
- 一般（学生は除く）65名
- ¥ 5,500円
- 1/12(木) 14:15~14:30 抽選
- バドミントン教室（III期）

- ⌚ 2/3~3/6の毎週火・金曜 全10回
10:00~12:00

- 一般（学生は除く）35名
- ¥ 6,000円
- 1/12(木) 9:00～、電話にて先着順

愛知県一宮総合運動場

〒491-0804
一宮市千秋町佐野字向農756
☎ 0586-77-0500 Fax 0586-77-0699
http://homepage2.nifty.com/itinomiya/

- レディースビギナーテニス大会（3月期）

- ⌚ 3/6(火) 9:00~17:00

■ 初心者・初級者の女性、

■ 学習・活動 生涯学習センターなど ■

千種生涯学習センター

〒464-0072
千種区振甫町3-34
☎ 722-9666 Fax 722-9696

- 【人権特別講演会】認知症になった波平～「生涯現役」を実現するために必要なこと～

- ⌚ 1/20(金) 13:30~15:30

- 中日新聞『老いの風景』執筆者 渡辺哲雄

60名、先着順

- 小中学生スポーツ広場 「バスケットボール」

- ⌚ 1/14(土) 9:30~11:30

- 小学3年生～中学生と保護者

- 小中学生スポーツ広場 「卓球・バドミントン」

- ⌚ 1/28(土) 9:30~11:30

- 小中学生と保護者

- 初心者向けパソコン相談室

- ⌚ 1/18(水) 10:00~12:00

- 千種パソコン支援ボランティア

- 当日窓口にて、11:30まで

※1人30分

東生涯学習センター

〒461-0004
東区葵一丁目3-21
☎ 932-4881 Fax 932-4882

- パソコン相談会

ダブルス 24組

- ¥ 1組 2,000円
- 2/2(木)～、先着順

愛知県美浜少年自然の家

〒470-3236
知多郡美浜町小野浦字宮後1-1
☎ 0569-88-5577 Fax 0569-88-5385
http://www6.ocn.ne.jp/~mihama/

- 家族で楽しもう！クラフトづくり、塩づくり

- ⌚ 3/3(土)～4(日) 1泊2日

- 小学生以上とその家族、10家族 40名

- ¥ 1名 2,160円

- 1/13(金)～2/3(金) 抽選