1,200 円・高大生 700 円・小中生 500 円（蓬左文庫と共通観覧）

●古文書入門講座「徳川慶勝とその時代」

徳川慶勝や幕末の古文書資料読み解く。

7／13(土)　10:30～12:00

徳川林政史研究所研究員

150 名

600 円（入館料別途）

スポーツ

日本ガイシアリーナ

〒457-0833
南区東又兵ヱ町 5-1-5
☎ 614-6211　Fax 614-6215

●トップスイマーといっしょにタイムに挑戦！

50m のタイム計測、トップスイマーによるデモや指導。

7／27(土)　14:00～16:00

100m 以上泳力のある小学生以上（小学生と許可証を持たない中学生は 1 人につき 100m 以上泳げる保護者 1 人の同伴が必要）、100 名

無料（プール入場料別途）

当日 13:30～、先着順

名古屋市体育館

〒456-0023
熱田区六野 2-5-3
☎ 872-6655　Fax 872-6657

●ピラティス教室

コア筋肉を使い、正しい姿勢をキープしながらエクササイズを行う。

8／27～の毎週火曜、全 8 回、12:30～

シンコースポーツ㈱指導員

15 歳以上（中学生除く）、40 名

5,000 円

●健康体操教室

メタボ改善・予防を目的として、家庭でも手軽にできる運動を取り入れた教室。

8／27～の毎週火曜、全 8 回、13:45～

シンコースポーツ㈱指導員

15 歳以上（中学生除く）、30 名

2,500 円

●キッズダンス体験会

基本のステップを組み合わせて初心者でも楽しく体験できる。

8／26、9／9(月)　16:45～

シンコースポーツ㈱指導員

小学生、各 20 名

各 800 円

●親子トリム＆エアロ教室

音楽に合わせて体を動かし、発育促進や心身のリフレッシュを図る教室。

8／28～の毎週水曜、全 8 回、10:00～

アイディア C 体創協会講師

親子（よちよち歩きから未就学児まで）、50 組

4,500 円

上記はすべて、往復はがき・インターネット・窓口にて

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（1 部ソフト・2 部レギュラー）

7／16・23・30、8／6(火)
9:30～10:30、10:50～11:50

15 歳以上（中学生除く）、各 50 名

各 220 円

当日 20 分前～、先着順

●水泳ワンポイントアドバイス

1 人 10 分程度を持ち時間とし指導員がマンツーマンでアドバイス。

7／15・22・29、8／5(月)
12:00～13:30

温水プールスタッフ

各 8 名

無料（プール入場料別途）

当日 30 分前～、先着順

●ファミリースポーツ広場

バドミントン・卓球・ストラックアウト・カローリング等。

7／20(土)　9:30～11:30

60 名

320 円（未就学児は無料）

当日 9:30～、先着順

●アクアビクスレッスンタイム

7／11・18(木)
11:00～11:55

15 歳以上（中学生除く）、各 30 名

各 620 円

当日 30 分前～、先着順

稲永スポーツセンター

〒455-0845
港区野跡五丁目 1 番 10 号
☎ 384-0300　Fax 384-0303

●稲永スポーツひろば

家族や仲間同士でバドミントン、卓球などスポーツを楽しむ。

7／20(土)　15:15～17:45

小学生以上

1 人 320 円

当日 30 分前～

●エアロビクスレッスンタイム

7／17・24・31、8／7(水)
9:30～10:30　やさしいエアロ
10:45～11:45　アップテンポエアロ
7／12・19・26、8／2・9(金)
9:30～10:30　ラテンエアロ
18:30～19:30　リフレッシュ＆リラクゼーション
19:45～20:45　フライデーナイト
7／11・18・25、8／1・8(木)
18:30～19:30　やさしいピラティス
19:45～20:45　ステップアップピラティス

AFFA 認定インストラクター 他

中学生以上、各 50 名（7／17、31 の託児は 2 歳以上の未就学児、6 名）

各 220 円（託児は 1 名につき 320 円別途）

毎回 30 分前～先着順（託児は開催前月 11 日より予約可）

●親子エアロ

7／12・19・26、8／2・9(金)
10:45～11:45

2 歳以上未就学児とその保護者、40 組

1 組 540 円

当日 30 分前～、先着順

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

●ファイティングエクササイズレッスンタイム

ボクシングで身体を思いっきり動かすことで体力増進を図る。

毎週水曜　19:45～20:45

加藤新治

中学生以上、50 名

各 220 円

各 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

●エアロビクス（レッスンタイム）

7／17(水)　19:00～20:00

中学生以上、50 名

200 円

当日 20 分前～、先着順

●エアロビクス（レッスンタイム）

7／11・18(木)
9:30～10:30

中学生以上、50 名

200 円

当日 20 分前～、先着順

●ソフトエアロ（レッスンタイム）

7／11・18(木)
10:45～11:45

中学生以上、50 名

200 円

当日 20 分前～、先着順

●ヨガ（レッスンタイム）

7／17(水)　20:10～21:00

中学生以上、35 名

300 円

（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

申 当日 20 分前～、先着順

●水中エアロビクス（レッスンタイム）

7／17(水)　11:00～12:00

中学生以上、45 名

¥ 600 円

申 当日 20 分前～、先着順

●バスケットボールクリニック

8／7(水)　11:00～14:00

三菱電機ダイヤモンドドルフィンズ名古屋選手

①小学 4 年～6 年

②中学生、各 100 名

¥ 500 円（当日支払）

申 インターネットにて、～7／23(火)、抽選

北スポーツセンター

462-0021
北区成願寺一丁目 6 番 12 号
☎ 917-0501 Fax917-0510

●エアロビクス・レッスンタイム

①7／16 までの毎週火曜と 8／6(火)
10:45～11:45
②毎週木曜
10:45～11:45

①エイチ・イー・エス所属インストラクター
②栗栖美由紀

各 60 名

¥ 各 220 円

申 当日 20 分前～、先着順

●バドミントン＆卓球ナイト

卓球台とバドミントンコートの開放（ワンポイントアドバイスあり）。

7 月第 1・2・3 水曜
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（小学生は保護者同伴）

¥ 320 円

申 当日 18:15～、先着順

●フットサル広場

男女問わず、お一人から気軽にゲームを体験できる。

7／13(土)　18:30～20:30

30 名

¥ 320 円

申 当日 11:00～、先着順（電話可）

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 Fax413-8023

●エアロビクスレッスンタイム

7／17・31、8／7(水)
9:30～10:30（ストレッチ）、10:45～11:45（スタンダード）

中学生以上、各 40 名

¥ 各 220 円

申 当日 30 分前～、先着順

●骨盤エクササイズレッスンタイム

7／16・23、8／6(火)
18:30～19:30

中学生以上、各 40 名

¥ 各 220 円

申 当日 30 分前～、先着順

中スポーツセンター

〒460-0008
中区栄 1-30-10
☎ 232-2327 Fax232-2364

●フライデースポーツ広場

フットサル・バドミントン・ミニバスケ・卓球等を楽しめるよう競技場を開放。

7／12・19・26、8／2・9(金)
18:00～20:30

小学生以上、各 60 名（小中学生は保護者同伴）

¥ 各 320 円

申 開催 6 日前～電話・窓口にて、先着順

●エアロビクスレッスンタイム

7／17・24・31、8／7(水)
18:30～19:30（1 部）、19:40～20:40（2 部）

中学生以上、各 45 名

¥ 各 220 円

申 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

ストレッチングやダンベルを用いた軽運動を行い健康づくりをサポート。

7／25(木)　10:00～11:30

65 歳以上、30 名

¥ 320 円

申 当日 9:45～、先着順

●ぽっかぽか体操で健康づくり

体操やゲームを楽しみながら健康づくり・仲間づくりをサポート。

7／11、8／8(木)
10:00～11:30

65 歳以上、30 名

¥ 320 円

申 当日 9:45～、先着順

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 Fax705-4952

●エアロビクスレッスンタイム

7／17・31、8／7(水)、7／25(木)　19:00～20:00

中学生以上、各 50 名

¥ 各 220 円

申 当日 18:40～、先着順

●♪気軽に楽しく水中エアロ♪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。

7／12・19(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（プール利用料別途）

●ナイトヨガ☆リラックスタイム

7／20(土)　19:00～20:15

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

¥ 220 円

申 当日 18:40～、先着順

●ファミリースポーツ広場（卓球・バドミントン）

ワンポイントアドバイスあり。

8／3(土)　18:30～20:30

名古屋市卓球協会・名古屋市バドミントン協会指導員

小学生以上、50 名（小学生は保護者同伴）

¥ 320 円

申 当日 18:00～

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

●ソフトエアロビクスレッスンタイム

7／22(月)　10:40～11:40

15 歳以上（中学生除く）、100 名、当日先着順

¥ 200 円

●水中ウォーキングワンポイントアドバイス

7／16・23・30(火)
14:05～14:35
7／17・24・31(水)
11:05～11:35
7／11・18・25(木)
10:30～11:00

¥ 無料（入場料別途）

●水泳ワンポイントアドバイス

7／22・29(月)
12:05～12:35
7／16・23・30(火)
19:05～19:35
7／17・24・31(水)
18:05～18:35

¥ 無料（入場料別途）

南　陽　プ　ー　ル

〒455-0855
港区藤前四丁目 701 番地
☎ 303-2015 Fax 303-2016

●エアロビクスレッスンタイム

7／16・23・30、8／6(火)
10:30～11:30

各 30 名

¥ 各 220 円（災害補償制度あり）

申 当日 20 分前～、先着順

●50 メートルプールでタイムに挑戦

7／21(日)　10:00～17:00

小学生以上、毎時 10 名程度、当日先着順

¥ 無料（プール入場料別途）

※希望者へ記録証

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
ワンポイントアドバイスもあり。
7／20(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）
7／12・19・26、8／2・9(金) 17:00～18:00
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。
7／13(土) 12:00～12:30
シンコースポーツ㈱講師

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）
水泳と水中ウォーキングのワンポイントアドバイスを行う。
7／12(金) 11:00～12:00
山田西プールスタッフ
25m 温水プール利用者
無料（プール入場料別途）

愛知県体育館

〒460-0032
中区二の丸 1-1
☎ 971-2516 Fax 971-9876
http://www.aichi-kentai.com/

●やさしいエアロビクス＆ピラティス
全身運動により体の深い部分の筋肉を鍛え、バランスの整った体づくりを図る。
8／21～10／23の指定水曜、全 9 回、10:00～11:15
20 名
7,200 円

●ゆったりストレッチで心も身体もリフレッシュ
60 歳以上の方におすすめ！全身のストレッチをゆっくり行う。
7／29～10／7 の指定月曜、全7回、13:30～14:50
20 名
5,600 円
上記はすべて、7／19(金) 9:30～、電話にて先着順

●キッズダンス
楽しくダンスをしながら「リズム感」「体力」「柔軟性」を養う。
8／21～10／23の指定水曜、全9回、15:20～16:20
3 歳～未就学児、20 名
6,300 円

●親子スキンシップ講座
ダンス・手遊びなど色々な角度から赤ちゃんとふれあう総合講座。
8／8～10／24 の指定木曜、全5回、11:10～12:00
首すわり後から1歳頃までの幼児と保護者、14 組（保護者1名、幼児1名）
3,500 円
上記 2 つは、7／19(金) 10:00～、電話にて先着順

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/

●ゴルフクリニック（3 期）
8／3・17・31、9／7・21(土)、10:00～、11:10～、13:00～、14:15～、15:45～、17:00～
中学生以上、各 30 名
5,500 円（ボール代別）
7／13(土)11:30～、電話にて先着順

●親子ふれあい体操教室木曜（2 期）
9／12～11／28 の毎週木曜、全 12 回、10:00～11:30
親子（子どもは原則として入園前まで）、45 組
6,500 円

●親子ふれあい体操教室金曜（2 期）
9／13～11／29の毎週金曜、全12回、10:00～11:30
親子（子どもは原則として入園前まで）、45 組
6,500 円
上記 2 つは、8／7(水) 10:30～、電話にて先着順

●フラダンス教室（2 期）
9／12～11／21 の指定木曜、全 10 回、
入門コース 12:30～13:30
初級コース 13:45～14:45
（10／17 除く）
女性、20 名（託児希望 6 名を含む）
7,000 円（託児代 10 回分 5,000 円別途）
7／17(水)13:00～、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/

●家族でテニスをしよう
9／1(日) 9:00～12:00
予備日 9／8(日)
小学生とその家族、20 家族（50 名）
7／14(日)10:00～30(火) 18:00 窓口・電話にて、先着順

●レディースビギナーテニス大会（9 月期）
9／10(火) 9:30～17:00
予備日 9／17(火)
初心者・初級者の女性、ダブルス 24 組
1 組 2,000 円
8／1(木)～9／10(火)窓口・FAX にて、先着順

愛知県口論義運動公園

〒470-0103
日進市北新町西口論義 323-8
☎ 0561-73-8959 Fax 0561-74-0827
http://homepage2.nifty.com/kourogi/

●第 2 期 テニス教室
①中級月曜コース：9／2～12／2の指定月曜、全 10 回、10:00～12:00
②中級木曜コース：9／5～11／7の指定木曜、全 10 回、10:00～12:00
③初級火曜コース：9／3～11／5の指定火曜、全 10 回、10:00～12:00
④初級金曜コース：9／6～11／8の指定金曜、全 10 回、10:00～12:00
⑤中初級水曜コース：9／4～11／6の指定水曜、全 10 回、10:00～12:00
①②男女の中級者
③④男女の初級者
⑤男女の中初級者、各 25 名
各 8,500 円
8／1(木)～3(土)先着順

●スポーツイベント DAY in 口論義
9／23(月・祝) 8:00～18:00
幼児～大人

愛知県総合射撃場

〒444-3203
豊田市宇連野町ウネ畑12-95
☎ 0565-90-3971 Fax 0565-90-3972
http://www.hm10.aitai.ne.jp/~shooting/

●第 2 回 家族で楽しもう♪ビームライフルでチャレンジバトル！
8／10(土) 10:00～14:00
小中学生の子供とその家族、12 家族（48 名）、先着順

愛知県野外教育センター

〒444-3432
岡崎市千万町町字大平田17-5
☎ 0564-83-2221 Fax 0564-83-2222
http://homepage3.nifty.com/yagaicenter/

●家族で竹水鉄砲合戦！センターの陣
竹水鉄砲つくり・キャンプファイヤー・竹水鉄砲合戦。
9／7(土)～8(日)
予備日：9／14(土)～15(日)
1 泊 2 日、荒天時延期
大人（高校生以上）5,000 円、
子ども（小学生以上中学生以下）4,300 円
小学生以上の子どもとその家族、25 家族（80

（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

名）
申 7／25(木)～8／8(木)抽選

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/

●小・中・高等学校等宿泊担当指導者研修会
プログラムづくり、選択実習、野外炊飯等。
時 10／15(火)～16(水)
1 泊 2 日
対 小・中・高等学校及び特別支援学校の指導者、幼稚園の指導者、青少年団体の指導者、市町村社会教育担当者等、100 名
¥ 4,600 円
申 ～7／31(水)

●地引き網と火のつどい
地引き網、火のつどい、野外炊飯等。
時 9／7(土)～8(日) 1 泊 2 日
対 小学生以上とその家族、36 家族（144 名）
¥ 大人 5,500 円、中学生以下 4,800 円
申 7／24(水)～8／7(水)抽選

●音吉釣り塾～投げ釣りに挑戦～
投げ方練習、投げづり実習、公認インストラクターによる講義等。
時 9／14(土)～15(日) 1泊2日
対 釣り経験者、釣りの好きな個人・家族、50 名
¥ 大人 4,300 円、中学生以下 3,600 円
申 7／31(水)～8／14(水)抽選

●親子初心者投げ釣り教室
釣りの基礎・基本、投げ方練習、投げ釣り実習等。
時 9／21(土)～22(日)
1 泊 2 日
対 小学生以上とその家族、20 家族（80 名）
¥ 大人 5,300 円、中学生以下 4,600 円
申 7／31(水)～8／21(水)抽選

愛知県旭高原少年自然の家

〒444-2893
豊田市小滝野町坂 38-25
☎ 0565-68-3200 Fax 0565-68-3203
http://www.hm11.aitai.ne.jp/~asahi

●夏だ旭だアウトドアいっぱい
アドベンチャーラリー、キャンプファイヤー、アウトドアクッキング。
時 8／17(土)～18(日)
1 泊 2 日
対 小学生以上とその家族、200 名
¥ 大人 5,500 円、中学生以下 4,800 円
申 7／15(月・祝)～24(水)抽選

公益財団法人愛知県教育・スポーツ振興財団

〒460-0007
中区新栄 1 丁目 49－10
愛知県教育会館 2 階
☎ 241-9101 Fax 241-9103
http://aichi-kyo-spo.com

●夏休み子ども自然体験キャンプ
キャンプファイヤー・カヌー体験・ウィンナーづくり・クラフト
時 8／28(水)～30(金)
2 泊 3 日
場 愛知県旭高原少年自然の家
対 小学 4～6 年生、40 名
¥ 12,000 円
申 ～7／22(月)、抽選

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
千種区振甫町三丁目 34
☎ 722-9666 Fax 722-9696

●初心者向けパソコン相談室
時 7／19(金) 10:00～12:00（1 人 30 分）
講 千種パソコン支援ボランティア
申 当日 11:30 までに窓口

●小中学生スポーツ広場
①バスケットボール、②卓球・バドミントン。
時 ①7／13(土) 9:30～11:30、②7／27(土) 9:30～11:30
対 ①小学 3 年生～中学生と保護者、②小・中学生と保護者
※①②とも室内用シューズ持参

●おばけやしき
時 7／20(土) 10:00～11:30（入場は 11:00 まで）
対 幼児～一般（幼児は保護者同伴）

東生涯学習センター

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

●臨時休館
時 7／14(日)～9／11(水)

北生涯学習センター

〒462-0841
北区黒川本通 2-16-3
☎ 981-3636 Fax 981-3590

●北・パソコン広場
配布テキストによる自習形式のパソコン体験教室（①文書作成、②表計算）
時 ①7／12、8／9(金) 10:00～12:00、②7／26(金) 10:00～12:00
講 北・パソコンボランティア
対 文字入力のできる方、14 名
申 実施 2 日前 10:00～窓口・電話にて先着順

●手づくり絵本教室
時 7／27(土) 10:00～11:30
講 手づくり絵本クラブ
対 小中学生、20 名、先着順（幼児は、弟妹のみ保護者同伴で可）
※鉛筆、消しゴム、はさみ、色鉛筆、スティックのり持参

●【生活衛生センター共催】セミのぬけがら調査隊！
時 8／20(火) 10:00～12:00
講 生活衛生センター職員
場 名城公園・フラワープラザ
対 小中学生、20 名（小 1・2 年生は保護者同伴）
申 往復はがき・インターネットにて、7／30(火)必着

●ジュニア手話クラブ「ゆびきり」
時 7／13(土) 9:30～11:30
講 手話サークル「あやとり」
対 小中学生（保護者の参加可）

●【公開講座】さあ開演！ザ・マジックショー
時 8／3(土) 10:00～12:00
講 スタートランプ代表取締役 水谷昇
対 48 名、当日先着順

西生涯学習センター

〒451-0061
西区浄心一丁目 1-45
☎ 532-1551 Fax 532-1552

●浄心寄席
時 8／3(土) 10:00～12:00
講 社会人落語「楽語の会」
対 60 名、当日先着順

中村生涯学習センター

〒453-0044
中村区鳥居通 3 丁目 1-3
☎ 471-8121 Fax 471-8122

●子育て・ほっと・ひろば
交流・仲間作り・子育ての相談ができる。
時 7／17(水) 10:00～12:00
対 乳幼児とその保護者、24 組、先着順

●初心者・初級者のためのパソコン相談会
時 7／17(水)
1 部 13:30～14:20、
2 部 14:30～15:20
講 中村パソコン支援ボランティア「ビット」会員
対 パソコン初心者・初級者、各 7 名
申 当日 13:15 まで、抽選

●【生活衛生センター共催】せみのぬけがら調査
時 8／27(火) 10:00～12:00
講 生活衛生センター職員
場 中村公園
対 小・中学生（小 1・2 は保護者同伴）、30 名
申 往復はがき・インターネットにて、7／23(火)必着