

- 財団法人民族衣裳文化普及協会
- 無料（入館料別途）
- 当日参加可

昭和美術館

〒466-0837
 昭和区汐見町 4-1
 ☎ 832-5851 Fax 832-5851

- 旅するところ



スポーツ

日本ガイシアリーナ

〒457-0833
 南区東又兵卫町 5-1-5
 ☎ 614-6211 Fax 614-6215

- スケートワンポイントレッスン
- 2/15・22(土)
13:00～13:50、
14:00～14:50
- 愛知県スケート連盟指導員
- どなたでも（幼児1人につき保護者1人の同伴滑走必要）
- 無料（入場料別途）
- 当日窓口で参加申込書を記入

日常を離れた自由な精神を感じられる作品を通し、旅の雰囲気を感じて頂く。

- ～2/11(火・祝)
10:00～16:30
(入館 16:00)
- 一般 600 円、学生 500 円、高校生以下無料
- ※休館日：火曜（祝日除く）

※手袋持参

名古屋市体育館

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

- 工事の為全館休館
- ～3/20(木) (予定)
- ※一部大会等は開催

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

- エアロビクスレススタイム
- 2部制で実施（1部ソフト・2部レギュラー）。

- 2/18・25、3/4(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
- アクアビクスレススタイム

- 2/13・27(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
- 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。

- 2/17・24、3/3・10(月)
12:00～13:30

- 温水プールのスタッフ
- 各8名
- 無料（プール入場料別途）
- 当日30分前～、先着順
- スポーツ障害相談
- スポーツに伴う身体の障害について、専門医師が個別にアドバイス。

- 2/20(木) 13:00～14:30

- 井戸田整形外科院長 井戸田仁
- 4名
- 窓口・電話にて、先着順（定員に空きがあれば当日でも受付）

- 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。

- 3/1(土) 9:30～11:30
- 各60名

- 320円（未就学幼児は無料）
- 当日9:30～、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

- 生活習慣病予防講座
- 学びながら運動実践し、やさしく体を動かし、体力を養う。

- 2/19(水) 9:30～11:30
- 稲永スポーツセンター 職員、健康運動指導士

- 15歳以上、30名
- 350円
- 当日30分前～、先着順

- 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。

- 2/11(火・祝) 15:15～17:45

- 稲永スポーツセンター 職員
- 小学生以上
- 320円
- 当日30分前～
- ※ラケットなど貸出あり
- エアロビクスレススタイム

- 2/12・19・26、3/5(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（2/19、3/5は託児可）

- AFFA認定インストラクター 他
- 中学生以上、各50名（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）

- 当日30分前～、先着順（託児は開催前月11日～予約可）

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ススタイム
- 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

- エアロビクスレススタイム
- 毎週月曜 10:45～11:45
- 横井純子
- 中学生以上、60名



- ⑧ 各 220 円
 - ⑨ 各 10:15～、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)
 - ④ 2/12・19・26(水)
19:00～20:00、
2/13・20・27(木)
9:30～10:30
 - ⑦ 中学生以上、50名
 - ⑧ 各 200 円
 - ソフトエアロ (レッスン
タイム)
 - ④ 2/13・20・27(木)
10:45～11:45
 - ⑦ 中学生以上、50名
 - ⑧ 各 200 円
 - ヨガ (レッスンタイム)
 - ④ 2/12・19・26(水)
20:10～21:00
 - ⑦ 中学生以上、35名
 - ⑧ 各 300 円
 - 水中エアロ (レッスン
タイム)
 - ④ 2/12・19・26(水)
11:00～12:00

- ⑦ 中学生以上、各 45名
- ⑧ 各 600 円
- ⑨ 上記はすべて、当日 20
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 番 12 号
☎ 917-0501 Fax917-0510
- アクアウォーキング&エ
クササイズ・レッスン
 - ④ 毎週水曜 14:10～15:00
 - ⑤ 健康運動指導士
青木聰子 他
 - エアロビクス・レッスン
タイム
 - ④ 毎週火・木曜
(2/11・25・27 除く)
10:45～11:45
 - ⑤ 火…エイチ・イー・エ
ス所属インストラクター
木…栗栖美由紀
 - ⑦ 60名 (火曜は 50名)
 - ⑧ 各 220 円
 - ⑨ 当日 20分前～、先着順
 - エアロビクス&ヨガ・ピ
ラティス レッスンタイム
 - ④ 毎週月曜 19:00～20:00
 - ⑤ naoko
 - ⑦ 各 60名

- ⑧ 各 220 円
- ⑨ 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
ドバイスも受けられる。
- ④ 2/19、3/5(水)
18:30～20:30
- ⑤ 名古屋市バドミントン
協会・名古屋市卓球協
会指導員
- ⑦ 小学生以上、45名 (小
学生は保護者同伴)
- ⑧ 320 円
- ⑨ 当日 18:15～、先着順

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スタ
イム
 - ④ 2/12・19・26、3/5(水)
(ストレッチ)
9:30～10:30
(スタンダード)
10:45～11:45
 - ⑦ 中学生以上、各 40名
 - ⑧ 1回 220 円
 - ⑨ 当日 30分前～、先着順
 - 骨盤エクササイズレス
ンタイム
 - ④ 2/18・25、3/4(火)
18:30～19:30
 - ⑦ 中学生以上、各 40名
 - ⑧ 1回 220 円
 - ⑨ 当日 30分前～、先着順
 - 水泳ワンポイントアドバ
イス
 - ④ 2/14、21、28(金)
13:00～14:00
3/5(水) 11:00～12:00
 - ⑧ 無料(プール入場料別途)
- 中スポーツセンター**
- 〒460-0008
中区栄一丁目 30番地 10号
☎ 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・卓球等を楽しめるよう
競技場を開放。
 - ④ 2/14・21・28、3/7(金)
18:00～20:30

- ⑦ 小学生以上、60名 (小
学生は保護者同伴)
- ⑧ 各 320 円
- ⑨ 各 6日前～電話・窓口
にて、先着順
- エアロビクスレッススタ
イム
- ④ 2/12・19・26、3/5(水)
18:30～19:30 (1部)、
19:40～20:40 (2部)
- ⑦ 中学生以上、各 45名
- ⑧ 各 220 円
- ⑨ 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。
- ④ 2/27(木) 10:00～11:30
- ⑦ 65歳以上、30名
- ⑧ 320 円
- ⑨ 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。
- ④ 2/13(木) 10:00～11:30
- ⑦ 65歳以上、30名
- ⑧ 320 円
- ⑨ 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スタ
イム
 - ④ 2/12・19・26、3/5(水)
19:00～20:00
 - ⑤ NPO 法人健康支援エク
ササイズ協会インスト
ラクター
 - ⑦ 中学生以上、50名
 - ⑧ 各 220 円
 - ⑨ 当日 18:40～
 - ♪気軽に楽しく水中エア
ロ♪脂肪燃焼タイム!
 - ④ 2/14・21・28、3/7(金)
19:00～20:00
 - ⑤ フリーダムカンパニー
インストラクター
 - ⑦ 中学生以上

⑤ 無料(プール利用料別途)
●ファミリースポーツ広場
(卓球・バドミントン)

お友達やご家族と一緒に、
卓球・バドミントンを楽し
みませんか!?

① 2/15(土) 18:30~20:30

② 名古屋市卓球協会・名
古屋市バドミントン協
会指導員

③ 小学生以上、50名

④ 各320円

⑥ 当日18:00~

※ワンポイントアドバイス
あり

●名東SCふれあい自然ウォー
クIN猪高緑地

① 3/1(土) 9:30~12:30

③ 30名(小学生以下は保
護者同伴)

④ 無料(災害補償制度あり)

⑥ 電話・FAXにて、先着
順

●チャレンジ車いすバスケッ
トボール

車椅子バスケットボール
をお友達やご家族と一緒に、
体験・挑戦してみませんか!

① 2/23(日) 10:00~12:00

③ 小・中学生と保護者
(一般可)、50名

④ 無料(災害補償制度あり)

⑥ 電話・FAXにて、先着
順

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
スタイム

① 2/17・24、3/3・10(月)
10:40~11:40

③ 15歳以上(中学生除く)、
各100名

④ 各200円

⑥ 当日10:10~、先着順

●水中ウォーキングワンポ
イントアドバイス

① 2/12・19・26、3/5(水)
11:05~11:35

2/13・20・27、3/6(木)
10:30~11:00

2/18・25、3/4(火)
14:05~14:35

⑤ 無料(プール入場料別途)
●水泳ワンポイントアドバ
イス

① 2/12・19・26、3/5(水)
18:05~18:35

2/17・24、3/3・10(月)
12:05~12:35

2/18・25、3/4(火)
19:05~19:35

⑤ 無料(プール入場料別途)

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スタ
イム

① 2/18・25、3/4(火)
10:30~11:30

③ 15歳以上(中学生除く)、
30名

④ 各220円(災害補償制
度あり)

⑥ 当日20分前~、先着順

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 2/15(土) 12:45~14:45

③ 小学生以上、30名

④ 320円

⑥ 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 2/14・21・28、3/7(金)
14:00~15:00

⑤ 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 2/22、3/8(土)
12:00~12:30

② シンコースポーツ(懶)講師

●水中リズム体操

① 2/17・24、3/3・10(月)
14:00~14:30

② シンコースポーツ(懶)講師
※水着・水泳帽持参

●水中歩行レッスン

① 2/12・19・26、3/5(水)
14:00~14:30

② シンコースポーツ(懶)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)

① 2/14・21・28、3/7(金)
11:00~12:00

② 山田西プールスタッフ

④ 無料(プール入場料別途)

●はじめての水中ウォーク

① 2/21(金) 14:30~15:00

② 山田西プールスタッフ

④ 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



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

① 2/17(月) 10:00~11:45
(1人30分)

② 千種パソコン支援ボラ
ンティア

⑥ 当日11:15まで

●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

① ①3/8(土) 9:30~11:30

② 2/22(土) 9:30~11:30

③ ①小学3年生~中学生

② 2/21(金) 18:30~19:30

③ 山田西プールスタッフ

④ 6名、当日先着順

⑤ 無料(プール入場料別途)

●健康!楽しくストレッチ

① 2/25(火) 14:30~15:30

③ 20名

⑥ 窓口・電話にて、2/11
(火祝)~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/>

●地域交流事業 スポーツ
ウィークIN一宮総合運動
場2月

① 2/17(月)・18(火)・20(木)・
21(金) 9:00~21:00

⑥ 窓口・電話にて、先着
順(但し陸上競技場は
申込不要)

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

東生涯学習センター

〒461-0004

東区葵一丁目3-21
☎ 932-4881 Fax 932-4882

●楽しく作って暖まる家庭
料理~障がいのある方との
交流を通して~

料理づくりを通して、障
がいのある方との交流を図
る。

① 2/27(木) 14:00~16:00

② 元名古屋女子大学講師
鈴木順子