

- 当館学芸員
- 16名
- 500円(入館料別途)
呈茶 700円(希望者のみ)



スポーツ

日本ガイシホール

〒457-0833
南区東又兵衛町5丁目1番地の16
☎ 614-3111 Fax 614-3120

- 親子ベビースイミング
- 5/13~7/8(月)
11:00~12:00 全5回
- 名古屋市水泳連盟講師
- 1・2歳児と保護者、20組
- 3,700円
- 往復はがき・インターネットにて、4/21(日)必着
- 「ZUMBA」ショートレッスン
- 4/26、5/10(金)
18:30~19:15
- ㈱あい・愛マインド講師
- 中学生以上、各50名
- 各270円
- 当日30分前~、先着順
- 水泳ワンポイントアドバイス
初心者向けの水中ウォーキングや泳ぎ方について簡単なアドバイスをする。

- 4/16・23、5/7(火)
10:30~11:30

- 当施設スタッフ
- 無料(プール入場料別途)

日本ガイシアリーナ

〒457-0833
南区東又兵衛町5丁目1番地の5
☎ 614-6211 Fax 614-6215

- 水泳ワンポイントアドバイス
初心者向けの当日自由参加の簡単な水泳指導。
- 4/12・26(金)
14:30~16:00
- 日本体育協会公認水泳上級教師
- 無料(プール入場料別途)

露橋スポーツセンター

〒454-0022
中川区露橋二丁目14番1号
☎ 362-4411 Fax 362-4431

- レッスンタイム
- ①ピラティス
- ②すっきり爽快エアロ

- 4/16・23、5/7(火)
①18:30~19:30
②19:45~20:45

- 栗栖美由紀
- 各50名
- 各270円
- パラエティエクササイズ
レッスンタイム
エアロ&ヨガ
- 4/12・26、5/10(金)
10:45~11:45
- 佐藤久美子
- 各30名
- 各300円
- 金夜バレトン&ヨガスト
レッチレッスンタイム
- 4/12・26、5/10(金)
19:00~20:00
- 西村裕子
- 各30名
- 各300円
- 上記はすべて、当日30分前~、先着順
- 水泳&水中ウォーキング
ワンポイントアドバイス

- 4/18(木) 10:30~12:00
4/11・25、5/9(木)
14:30~16:00

- 無料(プール入場料別途)

- 朝のいきいき体操
プールでストレッチなどの体操を行う。

- 4/12・26、5/10(金)
10:00~10:30

- プール監視員
- 無料(プール入場料別途)

枇杷島スポーツセンター

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

- 機能改善水中エクササイズ
水の特性を利用し、今よりも動きやすいからだを作る。
- 5/10・24、6/14・28、7/12(金)
13:15~14:30 全5回
- 30名
- 3,500円
- 往復はがき・インターネットにて、4/16(火)必着
- エアロビクスレッスンタイム
- 4/16・23(火) 9:30~10:30
- 中学生以上、各50名
(中学生は学校休業日のみ参加可)

み参加可)

- 各270円
- はじめてヨガ
- 4/12・26(金)
19:10~20:00
- 中学生以上、各30名
(中学生は保護者同伴)
- 各270円
- デトックスシェイプ yoga
- 4/12・26(金)
20:10~21:00
- 中学生以上、各30名
(中学生は保護者同伴)
- 各270円
- バランスボールストレッチ&フレッシュビクス
レッスンタイム
- 4/16・23(火)
10:50~11:50
- 中学生以上、各50名
(中学生は学校休業日のみ参加可)
- 各270円
- 上記4つは、当日20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

- レッスンタイム
- ①イーザーエアロ
- ②アクティブダンスエアロ
- 4/10・17・24、5/8(火)
① 9:30~10:30
② 10:45~11:45
- 横井純子
- 中学生以上、①各50名
②各40名
- 各270円
- ※託児有(2歳~未就学児、定員6名、費用320円、前週の日曜17:00締切)
- レッスンタイム
- ③ヨガ&ピラティス
- ④バレトン&エアロ
- 4/12・19・26(金)
③ 18:45~19:45
④ 19:50~20:50
- 石川祐希
- 中学生以上、各40名
- 各270円
- 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。

- ☉ 4/20(土) 15:15~17:45
- 👤 小学生以上
- 💰 320円
- 📄 上記はすべて、当日30分前～、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 Fax723-0440

●水中エアロビクス

- ☉ 4/17・24、5/8(水) 11:00~12:00

👤 各40名

💰 各600円

●エアロビクスI

- ☉ 4/17・24、5/8(水) 19:00~20:00

👤 各50名

💰 各320円

●ヨガ

- ☉ 4/17・24、5/8(水) 20:10~21:00

👤 各45名

💰 各320円

●エアロビクスII

- ☉ 4/11・18・25、5/9(木) 9:30~10:30

👤 各50名

💰 各320円

●ソフトエアロ

- ☉ 4/11・18・25、5/9(木) 10:45~11:45

👤 各50名

💰 各320円

- 📄 上記はすべて、当日30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

●ベビーサイン体験会①

手話を使ってコミュニケーションをとる方法を体験。

- ☉ 5/24(金) 10:30~11:30
- 👤 6カ月~1歳半児と保護者、15組30名

💰 600円

- 📄 往復はがき・インターネットにて、5/8(水)必着、抽選

●レッスントイレ

- ☉ 祝休日を除き開催

①ヨガ&フィットネス

- 月曜 19:00~20:00

②エアロダンス

- 火曜 10:45~11:45

③エアロピクス

- 木曜 10:45~11:45

④骨盤エクササイズ

- 月曜 10:45~11:45

⑤フラダンス

- 火曜 12:40~13:40

火曜 13:50~14:50

⑥ベリーダンス

- 木曜 13:30~14:30

⑦キッズダンス

- 火曜 19:00~20:00

⑧朝ヨガ

- 月曜 9:30~10:30

⑨ファイティングエクササイズ

- 水曜 10:45~11:45

⑩ズンバ

- 木曜 19:00~20:00

👤 ①40名 ②③各50名

④~⑥女性、各30名

⑦小学生、30名

⑧~⑩各30名

💰 ①~③各270円

④~⑩各400円

📄 当日20分前～、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

●エアロピクスレッスントイレ

- ☉ 4/17・24、5/8(水)

スタンダード

9:30~10:30

ストレッチ

10:45~11:45

👤 中学生以上、各40名

💰 各270円

●やさしいエアロレッスントイレ

- ☉ 5/7(火) 18:20~19:20

👤 中学生以上、40名

💰 270円

●アクアフィットレッスントイレ

- ☉ 4/17・24、5/8(水)

19:00~20:00

👤 中学生以上、各20名

💰 各620円

●ボクシングエクササイズレッスントイレ

- ☉ 4/22(月) 18:30~19:30

👤 中学生以上、40名

💰 300円

●バレトンレッスントイレ

- ☉ 4/22(月) 19:45~20:45

👤 中学生以上、40名

💰 300円

📄 上記はすべて、当日30分前～、先着順

●水泳ワンポイントアドバイス

- ☉ 4/17・24(水)

11:00~12:00

5/8(水) 13:00~14:00

💰 無料(プール入場料別途)

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

●初中級エアロピクスレッスントイレ

- ☉ 4/17・24、5/8(水)

18:50~19:45

👤 中学生以上、各50名

💰 各270円

●水曜ナイトヨガ

- ☉ 4/17・24、5/8(水)

19:55~20:50

👤 中学生以上、各60名

💰 各270円

📄 上記はすべて、当日20分前～

※上記両講座受講の場合、

18:30~同時申込可

●のびらく健康「棒ピクス」

- ☉ 4/22(月) 10:30~11:45

👤 30名

💰 300円

●ZUMBA

- ☉ 4/22(月)

9:10~10:00

10:15~11:05

👤 各50名

💰 各300円

●卓球広場

家族や仲間と卓球を楽しむ。

- ☉ 4/22(月) 12:30~14:30

👤 40名

💰 300円

●マンデーナイトヨガ

- ☉ 4/22(月) 19:50~20:50

👤 中学生以上、50名

💰 300円

●ナイトヨガ☆リラックス

- ☉ 4/20(土) 19:00~20:15

👤 (特)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

💰 270円

📄 上記5つは、当日20分前～

●いたかの森ノルディック

ウォーキング

ポールを使って自然の中をのびのび歩く。

- ☉ 4/22(月) 13:00~14:30

👤 20名

💰 500円

📄 窓口・電話にて、4/19(金)締切

●♪気軽に楽しく水中エアロ

♪脂肪燃焼タイム!

- ☉ 4/12・19・26、5/10(金)

19:00~20:00

👤 中学生以上、20名

💰 無料(プール入場料別途)

黒川スポーツ

〒462-0844
北区清水四丁目17番17号
☎ 982-2770 Fax 982-2775

●MIX エアロレッスントイレ

- ☉ 4/11・18・25、5/9(木)

18:45~19:45

👤 中学生以上、各30名

💰 各270円

📄 当日15分前～、先着順

●ボディケア・ピラティス

レッスントイレ

- ☉ 4/11・18・25、5/9(木)

20:00~21:00

👤 中学生以上、各45名

💰 各270円

📄 当日30分前～、先着順

※上記両講座受講の場合、

18:30~先着10名限り、

同時申込み可

●かんたんエアロ&トレー

ニングレッスントイレ

- ☉ 4/15(月) 14:10~15:10

👤 20名

💰 400円

📄 当日20分前～、先着順

●骨盤調整ヨガレッスントイレ

- ☉ 4/15(月) 15:20~16:20

👤 20名

- ¥ 400 円
- Ⓜ 当日 20 分前～、先着順
- ZUMBA レッスンタイム
- ⌚ 4/15(月) 18:30～19:30
- 👥 30 名
- ¥ 400 円
- Ⓜ 当日 30 分前～、先着順
- おやすみリラックスヨガ
- ⌚ 4/15(月) 19:45～20:45
- 👥 30 名
- ¥ 400 円
- Ⓜ 当日 30 分前～、先着順
- パーソナルトレーニング I・II・ペア
- ⌚ 4/15(月)
 - I 16:30～17:30
 - II 17:30～18:30
 - ペア 19:50～20:50
- 👥 I・II 各 1 名
ペア 2 名 1 組
- ¥ I・II 各 6,500 円
ペア 1 組 11,000 円
- Ⓜ 窓口・電話にて、受講日の 2 週間前まで

南陽プール

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

- 姿勢改善エクササイズレッスントライム
- ⌚ 4/16・23、5/7(火) 9:15～10:15
- 👥 各 30 名
- ¥ 各 300 円(災害補償制度有)
- エアロビクスレッスントライム
- ⌚ 4/16・23、5/7(火) 10:30～11:30
- 👥 各 30 名
- ¥ 各 300 円(災害補償制度有)
- 体幹エクササイズレッスントライム
- ⌚ 5/7(火) 13:15～14:15
- 👥 30 名
- ¥ 300 円(災害補償制度有)
- Ⓜ 上記はすべて、当日 15 分前～、先着順
- 水泳ワンポイントアドバイス (水中ウォーキングを含む)
- ⌚ 4/16・23、5/7(火) 13:00～14:00
4/18・25、5/9(木) 11:00～12:00

¥ 無料(プール入場料別途)

山田西プール

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

- 第 1 期定期スポーツ教室 受講生募集
- ⌚ ①アクアエクササイズ (一部託児付) 5/7(火)～7/16(火) 11:00～12:00 全 10 回
- ②ナイトスイミング 5/8(水)～7/17(水) 19:00～20:00 全 10 回
- ③おやこで水あそび 5/9(木)～7/11(木) 11:00～12:00 全 10 回
- ④シェイプアップアクア 5/9(木)～7/11(木) 19:15～20:15 全 10 回
- ⑤幼児水泳 5/10(金)～7/12(金) 16:00～17:00 全 10 回
- ⑥肩こり腰痛スッキリ! 棒びくす 5/15(水)～7/24(水) 10:45～11:45 全 10 回
- ⑦姿勢改善ピラティス 初級編 5/15(水)～7/31(水) 12:00～13:00 全 11 回
- ⑧レディースヨガ 5/15(水)～7/31(水) 19:00～20:15 全 11 回
- 👥 ①20 名 (託児は満 1 歳以上、10 名)
- ②中学生以上、25 名
- ③1～3 歳児と保護者、25 組
- ④中学生以上、20 名
- ⑤4 歳児～未就学児、20 名
- ⑥⑦各 20 名
- ⑧女性、20 名
- ¥ ①②④6,200 円 (①託児付 9,400 円)
- ③7,400 円 ⑤6,700 円 ⑥5,000 円 ⑦⑧5,500 円
- Ⓜ 窓口・往復はがき・インターネットにて、4/12 日金必着
- シェイプアップアクアレッスントライム
- ⌚ 4/11・18・25(木)

- 19:15～20:15
- 👥 中学生以上、各 20 名
- ¥ 各 620 円
- Ⓜ 当日 30 分前～、先着順
- わくわくおもちゃプール
- ⌚ 4/29(月・祝)、5/6(月・休) 10:00～14:00
- ¥ 無料(プール入場料別途)
- 水中ウォーキング&水泳ワンポイントアドバイス
- ⌚ 4/12・19・26、5/10(金) 11:00～12:00
- ¥ 無料(プール入場料別途)

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
- ⌚ 5/10～6/11 の指定の火・金曜 10:00～12:00 全 10 回
- 👥 65 名
- ¥ 6,500 円
- Ⓜ 4/11(木) 14:15～14:30 整理券配布
- バドミントン教室
- ⌚ 5/14～6/18 の指定の火・金曜 10:00～12:00 全 10 回
- 👥 42 名
- ¥ 7,000 円
- Ⓜ 4/11(木)11:00～電話にて、先着順
- バウンドテニス教室
- ⌚ 5/17～7/19 の指定の金曜 10:00～12:00 全 10 回
- 👥 35 名
- ¥ 6,500 円
- Ⓜ 4/11(木)10:00～電話にて、先着順
- フラダンス教室
- ⌚ 5/9～7/18 の指定の木曜 初級コース 13:00～14:00
中級コース 14:15～15:15 各全10回
- 👥 初級コース:初体験の方
中級コース:ある程度体験した方、各 20 名
- ¥ 各 7,000 円
- Ⓜ 4/11(木)13:00～電話にて、先着順
- ※託児有 (満 2 歳～未就学

- 児各 4 名、費用 5,000 円)
- ラン&ウォークサポート講習会
- ⌚ 5/26(日) 10:00～12:00
- 👥 24 名
- ¥ 1,500 円
- Ⓜ 4/20(土)9:00～電話にて、先着順

いちい信金スポーツセンター (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://itinomiya.sports.coocan.jp/>

- レディースビギナーテニス大会
- ⌚ 5/14(火) 9:30～17:00 (予備日 5/21(火))
- 👥 初心者・初級者の女性 (学生を除く)、ダブルス 24 組
- ¥ 1 組 3,000 円
- Ⓜ 4/1(月)～5/14(火)窓口・FAX にて、先着順
- シニアソフトテニス大会 (ダブルス)
- ⌚ 5/27(月) 9:30～17:00 (予備日 6/3(月))
- 👥 女性 50 歳以上、男性 60 歳以上のダブルス (同性)、16 組 (32 名)
- ¥ 1 組 3,000 円
- Ⓜ 4/27(土)～5/27(月)窓口・FAX にて、先着順
- レディースレギュラーテニス大会
- ⌚ 6/11(火) 9:30～17:00 (予備日 6/18(火))
- 👥 初・中級者の女性 (学生を除く)、ダブルス 24 組
- ¥ 1 組 3,000 円
- Ⓜ 5/1(水)～6/11(火)窓口・FAX にて、先着順

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/>

- ビームライフル射撃体験会&射撃場体験ツアー
- ⌚ 5/18(土) 10:00～12:00
- 👥 小学 4 年生以上、25 名
- Ⓜ 4/21(日)～窓口・FAX に

て、先着順

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

●家族そろってスナックゴ



ルフ体験

- ☎ ①5/18(土) ②5/25(土)
10:00~12:00 全2回
- ☎ ①青年の家 ②いちい信
金スポーツセンター
- ☎ 小学生と家族または保
護者、36家族72名
- ☎ 4/15(月)~5/6(月) 郵送・
FAX・HPにて、抽選

費別途)

- ☎ 上記2つは、往復はが
き・インターネットにて、
4/18(木)必着

東生涯学習センター

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

- コグニサイズで認知症予
防教室
体と頭を同時に動かして
認知症の予防につなげる。
- ☎ 5/29、6/5・19(水)
14:00~16:00 全3回
- ☎ シンコースポーツ(株)
インストラクター
- ☎ 20名
- ☎ 1,000円
- フラワーアレンジメント
体験
- ☎ 6/6(木) 14:00~15:30
- ☎ 自主学習グループ「フラ
ワーサークルS&You」
- ☎ 20名
- ☎ 1,500円
- 足もみ健康教室
- ☎ 6/14・21(金)
14:00~16:00 全2回
- ☎ 自主学習グループ「足
もみ健康倶楽部」
- ☎ 20名
- ☎ 1,000円
- ☎ 上記はすべて、往復は
がき・インターネットにて、
4/24(水)必着
- パソコン相談会
- ☎ 4/24(水) 13:30~15:30
- ☎ 東ITボランティア・HIT
の会
- ☎ 当日13:00~、先着順
- おもちゃ病院
- ☎ 4/21(日) 10:00~14:30
- ☎ 名古屋おもちゃ病院
「とんかち」
- ☎ 無料(部品代実費)

北生涯学習センター

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

- 【環境デーなごや2019】
えっ！これでスイーツがで
きちゃうの!?~まだ使える
食材、生かしましょう！~

- ☎ 5/26(日) 10:00~12:00
- ☎ アトリエ705
山田菜穂子
- ☎ 小中学生と保護者、12組
- 天然素材の手作り化粧品
香り豊かな天然100%の
バラ精油を使った化粧水を作
る。
- ☎ 5/29(水) 10:00~12:00
- ☎ 30名
- ☎ 1,250円
- ☎ 上記2つは、往復はが
き・インターネットにて、
4/24(水)必着
- 【北スポーツセンター共催】
ロコモ予防で健康づくり
マットやイスを使った体
操で健康寿命を延ばす。
- ☎ 6/6(木) 13:00~14:30
- ☎ 20名
- ☎ 300円
- ☎ 往復はがき・インターネッ
トにて、5/4(土)必着
- 初心者向けパソコン広場
配付テキストによる自習
形式。初心者向けのパソコ
ン体験教室(文書作成等)。
- ☎ 4/12・26、5/10(金)
10:00~12:00
- ☎ 北パソコンボランティア
- ☎ 文字入力のできる方、
14名
- ☎ 開催2日前の10:00~
窓口・電話にて、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

- おもちゃ図書館
- ☎ 4/13(土) 10:00~14:00
- ☎ 「名古屋中村おもちゃ書館」
ボランティアグループ
- ☎ 乳幼児・小学生と保護者
- 子育て・ほっと・ひろば
交流・仲間づくり・子育て
の相談ができる。
- ☎ 4/17(水) 10:00~12:00
- ☎ 子育て支援グループ
「のびのびっ子」会員
- ☎ 乳幼児と保護者、24組
- 初心者・初級者のための
パソコン相談会
- ☎ 4/17(水) 13:30~14:20
14:30~15:20

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丁目34
 ☎722-9666 Fax 722-9696

- 初心者向けパソコン相談室
- ☎ 4/8(月) 13:30~15:15
23(火) 10:00~11:45
(1人30分)
- ☎ 千種パソコン支援ボラ
ンティア会員
- ☎ 当日終了30分前まで
- 【環境デーなごや2019
関連事業】食べて学習!省
エネルギー
旬の食材を使う調理実習
を通して、省エネルギーを
考える。
- ☎ 6/10(月) 10:00~12:30
- ☎ 栄養士 竹内裕子
- ☎ 24名
- ☎ 教材費200円
- ☎ 往復はがき・インターネッ
トにて、4/24(水)必着。
- 【史跡散策事業】織田家
ゆかりの史跡と名古屋大仏
を巡る
- ☎ 5/14(火) 13:30~15:30
- ☎ 千種史跡ガイドの会
- ☎ 45名
- ☎ 300円
- 日本庭園へのお誘い
講義で学んだ後、徳川園
で現地学習。
- ☎ 5/16・23(木)
10:00~11:30
- ☎ 庭園研究家 村上修二
- ☎ 5/23は徳川園
- ☎ 30名
- ☎ 1,000円(入園料・交通