



名古屋市教育スポーツ協会

ネスパ

主催事業のご案内

・事前申込が必要な事業につきましては、裏表紙の「講座・事業の申込方法について」を参考にインターネットまたは往復はがきでお申込ください。
 ・NESPA主催事業は市外在住の方も申込できます。

名東区子育て応援拠点
にじのアーチ連携事業

子育てサロン
おもちゃ図書館
「ちゃちゃちゃ」

地域の話題や子育ての情報、気になる事など集まって話しませんか。

 日 程：10/16(木)、11/20(木)、12/18(木)、
R8.1/15(木)、2/19(木)、3/19(木)の
計6回
対 象：未就園児とその保護者
時 間：10:00～11:30
参加費：無料
持 物：飲み物、おむつ等
会 場：第1・2和室
申込締切：当日受付可能
共 催：名東区役所民生子ども課



名東区民生子ども課
連携事業

ベビーマッサージ

保護者との絆を深めるマッサージと体操を行い、自然な発育発達を促します。

 日 程：10/31(金)、11/14(金)、11/28(金)、
12/12(金)の計4回
対 象：乳児(5ヶ月～1歳未満)とその保護者
時 間：10:00～11:00
定 員：15組(30人)
講 師：有限会社リープ 大池 紀子
参加費：2,000円
持 物：動きやすい服装、バスタオル、飲み物、
おむつ等
会 場：第1・2和室
申込締切：10月9日(木) 必着
共 催：名東区役所民生子ども課



名東区民生子ども課
連携事業

親子エクササイズ

親子で音楽に合わせて体を動かし、幼児に必要な運動発達を促します。

 日 程：10/31(金)、11/14(金)、11/28(金)、
12/12(金)の計4回
対 象：1歳児とその保護者
時 間：11:15～12:15
定 員：15組(30人)
講 師：有限会社リープ 大池 紀子
参加費：2,000円
持 物：動きやすい服装、バスタオル、飲み物、
おむつ等
会 場：第1・2和室
申込締切：10月9日(木) 必着
共 催：名東区役所民生子ども課



名東区子育て応援拠点
にじのアーチ連携事業

親支援プログラム
「ポジティブ・ディシプリン®」

罰がダメなら、どうしつけを変えたらいいの？
の答えを探すプログラム(託児あり)。

 日 程：R8.1/9(金)、1/16(金)、1/23(金)、
1/30(金)、2/6(金)、2/13(金)、
2/20(金)、2/27(金)、3/13(金)の
計9回
対 象：0歳～18歳のお子さんを子育て中の保護者
時 間：9:45～11:45
定 員：16人
※託児定員：10名(6か月～3歳)
講 師：認定ファシリテーター 安村・藤尾
参加費：無料
持 物：筆記用具、託児に必要なもの
(飲み物、おむつ等)
会 場：第1・2和室及び第3集会室
申込締切：当日受付可能
共 催：名東区役所民生子ども課
申込期間：11/1(土)～11/15(土)

※お申し込みはこちらから→
(申し込み多数の場合は抽選)



ネスパデー

NESPA Day(自主開館日)

お知らせ

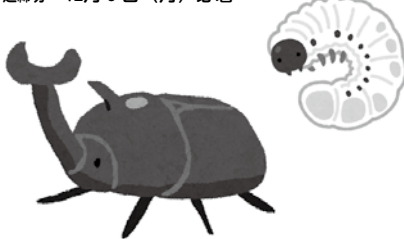
(公財)名古屋市教育スポーツ協会は市民の皆様に一層の学習機会を提供するため、下記の日程で自主開館を行っています。皆様のご利用をお待ちしています。

【開館日】
 7月～11月の第4月曜日
【開館時間】
 9:00～17:00
【利用料金】
 1区分1,000円
【利用方法】
 2か月前の利用調整から申込受付
【対象となる部屋】
 集会室・和室・視聴覚室・美術室・料理室

 ※体育室、営利を目的とするご利用は従来どおりの料金・利用方法となります。

カブトムシが快適に過ごせるよう、食べ物となる落ち葉を周囲からたくさん集めて入れてあげます。お宿の中の幼虫たちをそっと観察しましょう。

 日 程：R8.1/12(月・祝)
対 象：小学生
時 間：10:00～12:00
定 員：20人
講 師：名東自然倶楽部
参加費：250円
持 物：ヘルメット(自転車用で可)、滑り止めの付いていない軍手
服 装：長袖、運動靴
長ズボン(動きやすくて汚れてもいい服)
会 場：猪高緑地・森の集会所
申込締切：12月8日(月) 必着



ネスパデー

NESPA Day(自主開館日)

お知らせ

(公財)名古屋市教育スポーツ協会は市民の皆様に一層の学習機会を提供するため、下記の日程で自主開館を行っています。皆様のご利用をお待ちしています。

【開館日】
 7月～11月の第4月曜日
【開館時間】
 9:00～17:00
【利用料金】
 1区分1,000円
【利用方法】
 2か月前の利用調整から申込受付
【対象となる部屋】
 集会室・和室・視聴覚室・美術室・料理室

 ※体育室、営利を目的とするご利用は従来どおりの料金・利用方法となります。

自主学習グループ開設講座

※名東生涯学習センターで活動している自主学習グループが企画から運営まで行う講座です。※市外在住の方も申込みできます。

【申込方法】

下記の「講座・事業の申込方法について」を参考に必要項目を記載した往復はがきを当センターまで郵送してください。各講座の初回実施日の2週間前必着。インターネットでのお申込みはできません。定員に満たない場合は締切後も受付をする場合がありますので当センターまでお問合せ下さい。

講座名	熟睡できるヨガ	日本語を楽しみましょう	詩吟発声練習
グループ名	みゆきヨガ	日本語クラブ	名東吟詩会
曜日時間	火曜(3回) 10:30～12:00	木曜(5回) 10:00～12:00	月曜(5回) 13:30～15:30
一口案内	近頃なんだか寝つきが悪い、すっきり目覚められない、ということはありませんか？ゆったりとした動きで、歪みや凝りを解して、気持ちよく眠れる身体を作っていきます。	大和言葉を始め日本語にはいろいろな表現の仕方があります。実際に会話をしながら語彙力を高め豊かな表現を楽しみましょう。大人のしゃべり場！	漢詩に節調をつけて吟ずる。また、腹式呼吸法を学び訓練して、大きな声を出し、健康増進につなげていく。
開催日・内容	11/4 首、肩、背中、上半身のコリ取り	11/20 敬語(基礎)	10/6
	11/18 脚、腰、だるさ解消	12/18 敬語(応用)	10/20
	12/2 布団の上で出来るかんたんヨガ	1/15 知っているが知性にじむフレーズ	11/3 詩吟発声練習
会場	第1集会室	第1集会室	第3集会室
対象・定員	一般・20人	一般・20人	一般・15人
費用	1,500円(3回)	1,000円	無料
持ち物	ヨガマット(バスタオル可)、飲み物	筆記用具、辞書(お持ちの方)	筆記用具

講座・事業の申込方法について

※受講資格

市内在住、在勤、在学の方で講座ごとに定める対象者。(対象の「一般」とは、中学生を除く15歳以上の方です。)

①インターネットによる申込方法

名古屋市電子申請サービス

検索

をクリック

→「名東生涯学習センター」と入力してください



電子申請サービス

②往復はがきによる申込方法

・応募は、1講座につき1人(1組)1通(はがきかインターネットのいずれか)のみ有効です。
 ・市外にお住まいの方は、勤務先または通学先の所在地(区名)を②にご記入ください。

返信裏

⑤ 名東生涯学習センター 行
 ⑥ 802番地

⑦ 何 も 記 入 し ない で ください。

往信裏

①講座名
 ②〒・住所
 ③氏名(ふりがな)
 ④電話番号
 ⑤学年(小中学生対象の事業のみ)
 ⑥お子さんの名前と生年月日
 ⑦その他

あなたの住所
あなたの氏名

※託児付講座(定員8人)で託児を希望される方は「託児希望」と明記の後にお子さまの氏名(ふりがな)、年齢、生年月日をご記入ください。
 講座初日に満2歳以上の未就学児が対象です。



名古屋市名東生涯学習センター

〒465-0051 名東区社が丘三丁目802番地
 TEL(052)703-2622・FAX(052)703-2732
 指定管理者：(公財)名古屋市教育スポーツ協会(NESPA)

【開館時間】

午前9時～午後9時
(日曜祝日・自主開館日は午後5時まで)

【交通機関】

●地下鉄東山線「本郷」より
 市バス「幹本郷1号系統(猪高緑地又は地下鉄平針)行」、「桑陶館」下車。
 バス進行方向へ250m、左折して100m。
 ●「梅森坂」「極楽」方面より
 市バス「幹本郷1号系統(本郷)行」、「障害者スポーツセンター」下車。
 交差点を渡り、バス進行方向へ100m、右折して100m。

【休館日】

第2火曜日・第4月曜日

ただし、7月～11月の第4月曜日は自主開館

年末年始(12月29日～1月3日)

【対象となる部屋】

集会室・和室・視聴覚室・美術室・料理室

※体育室、営利を目的とするご利用は従来

どおりの料金・利用方法となります。

生涯学習課(親学関連講座) 幼児教育講演会

野々村友紀子と考える
子どもたちに伝えておきたいこと
【託児付】

【日 時】

令和7年10月2日(木)
 18:00～19:15(17:30開場予定)

【内 容】

講演(会場・オンラインともに)
 その後 質疑応答(会場のみ)

【講 師】

野々村 友紀子

【会 場】

イーブルなごや3階ホール
 中区大井町7番25号 地下鉄東別院駅
 1番出口より東へ徒歩3分

【定 員】

300人(託児15人)

【申 込】

電子申請または往復はがきにて。
 9月9日(火) 締切日必着
 ※①事業名 幼児教育講演会 ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④連絡先(電話番号等) ⑤受講方法(会場 または オンライン) どちらかを明記 ⑥託児希望者はお子さんの名前(ふりがな)・生年月日
 ※返信(表面)には、返信先の住所、氏名をご記入ください。
 送付先 〒461-0001 名古屋市中区泉1-1-4
 名古屋市教育館6F
 名古屋市教育委員会生涯学習課

【受講料】

無料

【託 児】

生後6か月～就学前のお子さん
 (10月2日時点)(費用50円)
 ※保護者向けのお話です。託児対象のおさんは託児をご利用ください。

ご注意ください

◆定員を超える申込があった場合は抽選を行います。
 ◆抽選結果は抽選日以降に、はがきまたはメールにてお知らせします。
 ◆定員に達しない講座については、締切日の翌日以降当センター窓口で受付を行います。
 ◆当選通知を受けた方は、通知に記載された期限までに、当センターで受講手続きをしてください。受講手続き完了後は、原則として講座の申込契約を解除できません。(受講料・教材費等はお返しできません。)
 ◆受講できるのは当選者ご本人に限ります。また介助者を除き受講者以外の方の同伴はできません。
 ○手話通訳、要約筆記、ヒアリンググループなどによる学習サポートを必要とされる方は、講座・事業実施日の2週間前までにご相談ください。

おねがい 駐車場に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください

令和7年度
後期

講座・事業の

ごあんない

名東生涯学習センター

役立つ講座がいっぱい！



曜日	時間帯	講座名	申込締切	曜日	時間帯	講座名	申込締切
火	午前	〈親学関連講座〉 小学校入学前の今だからこそ！ 知っておきたい大切なこと 【託児付】	9/25 (木)	火	午前	〈なごや学マイスター講座〉 名東区の城跡を歩く ～あなたも名東史跡マイスター になろう～	12/19 (金)
水	午後	「〇〇だから」と決めつけてしま わないために ～誰もが尊重される社会をめざ して～		水	午後	いつまでも健康でいるために ～体を動かす習慣をつくる～	
				木	午前	〈なごや環境大学共育講座〉 歩いて自然を体感！公園の魅力	
金	午前	〈なごや学〉 なごや麗しの日本庭園		金	午前	能登半島地震から学ぶ災害への備え ～命を守るために家庭や地域で できること～	

●上記締切日(必着)までにインターネット、往復はがきで申込
●申込方法、詳細は裏面をご覧ください。

参加無料

予約不要・当日先着順
 48人・どなたでも

公開講座

開場：開始30分前 会場：視聴覚室
 手話通訳付

「できた！」が自信につながる
～子どもの自立を応援する習慣づくり～

【日時】10月28日(火) 10:00～12:00
 【講師】NPO法人トラストコーチング マザーズコーチングスクール 橋爪 美貴

発見！公園の魅力

【日時】1月22日(木) 10:00～12:00
 【講師】鶴舞公園・名古屋市緑化センター所長 佐々木 辰夫

「できない」という決めつけ
～障害のある人への人権問題から考える～

【日時】11月5日(水) 13:30～15:30
 【講師】東京2020パラリンピック シットイングバレーボール日本代表 嵯峨根 望

誰一人取り残さない避難所運営とは
～能登半島地震支援から見えてきたこと～

【日時】1月23日(金) 10:00～12:00
 【講師】一般社団法人こども女性ネット東海執行理事 藤岡 喜美子

●公開講座の定員を変更することがあります。詳しくは館内表示などでご確認ください。

名古屋市教育スポーツ協会(ネスパ)主催事業			
日時	事業名	日時	事業名
10/31～12/12(金・全4回)	ベビーマッサージ	1/9～3/13(金・全9回)	ポジティブ・ディシプリン®
10/31～12/12(金・全4回)	親子エクササイズ	10/16～3/19(木・全6回)	子育てサロン おもちゃ図書館「ちゃちゃちゃ」
1/12(月・祝)	カブトムシのお宿		

・NESPAとはNagoya-city Education and Sports Association(公財)名古屋市教育スポーツ協会の略称です。

