

愛知県口論義運動公園の情報をお届け

KOUROGI SPORT

【こうろぎ スポルト】

TAKE FREE

vol. **35**
2025.Winter

冬こそ
アツくなるう!!



第4期教室紹介
鈴木貴男プロ特集
イベント報告
パデルコートのご案内

鈴木 貴男 プロ

History 略歴

世界ランキング最高102位。武器はサーブ&ボレー。6歳でテニスをはじめ、堀越学園時代にインターハイで3冠(単複・団体)を達成。1995年にプロに転向。四大大会では7度の本選出場を果たし、2003年のウィンブルドン選手権と2005年の全豪オープンで2回戦に進出。また、ジャパン・オープンでは2度のベスト8進出を果たし、2005年には岩渕聡氏とのペアで日本人初のATPダブルス優勝を達成。2006年大会では王者ロジャー・フェデラーから1セットを奪う大健闘を見せた。

Profile

生年月日 / 1976年9月20日

49歳

出身地 / 北海道札幌市

身長 / 175cm

利き手 / 右

バックハンド / 片手打ち



Q & A 鈴木プロに7つの質問をしました!

Q1 - 試合前のルーティンはありますか?

A - 必ず自分でステンシルマークを入れて、グリップテープを新しく巻き替えます。

Q2 - 試合中にミスをした時に感情を抑える秘訣は?

A - なぜミスをしたのかを自分に問いかけて、その原因を素早く解決し、次のポイント以降で修正できるように心掛けています。テニスは誰でもミスをするスポーツなので、ミスを受け入れる事が大切。普段の練習からミスをしてしまった後に気持ちを切り替える訓練をしています。

Q3 - 食生活で気にかけていることはありますか? 好きな食べ物は? 苦手な食べ物は?

A - 特に麺類が好きです。香草類で香りが強い物は苦手ですが、年齢を重ねるごとに食べれるようになっていきます。パクチーだけは克服が難しく出てくると困ります。笑

Q4 - プライベートは何をしていますか?

A - プライベートでもテニス関連で動くことが多く、それ以外はNetflixで映画やドラマを見えています。

Q5 - 幸せを感じる時はどんな時ですか?

A - 楽しくテニスをしている時が最高です!!

Q6 - 鈴木プロの面白エピソードを教えてください。

A - どこに行くにもテニスウェアなので、様々な場所で目撃情報が多いことです。笑

Q7 - 今後、挑戦したい事、やりたい事など、あれば教えてください。

A - いつまでオンコートでプレーできるかわかりませんが、自分のプレイスタイル貫いた中で少しでも長くプレーしたいです。イベント等では、テニスを通じて1人でも多くの方々にテニスの面白さと楽しさを伝えられるように頑張ります!



ご協力ありがとうございました。

2025年度 第4期 <1月・2月・3月>

スポーツ・カルチャー教室

水泳教室

(全8回)
月曜 火曜 木曜 **水泳教室 初級**

25mを泳げるようになりたい方
におすすめです。

- ✦ 18歳以上の男女
- 🕒 12:00～13:00
- 👤 各10名

¥ 8,000

(全8回)
月曜 火曜 木曜 金曜 **水泳教室 初中級**

四泳法を泳げるようになりたい方
におすすめです。

- ✦ 泳力25m以上の男女
- 🕒 月・火・木曜 11:00～12:00
金曜 12:00～13:00
- 👤 各10名

¥ 8,000

(全8回)
火曜 **水泳教室 中上級**

50m以上泳げる方で、楽にきれいに泳
げるようになりたい方におすすめです。

- ✦ 泳力50m以上の男女
- 🕒 12:00～13:00
- 👤 10名

¥ 8,000

(全8回)
火曜 **水泳教室 中級**

四泳法が泳げる方で50m泳げるよ
うになりたい方におすすめです。

- ✦ 泳力4泳法習得以上の男女
- 🕒 10:00～11:00
- 👤 10名

¥ 8,000

(全8回)
月曜 土曜 **アクアビクス**

音楽に合わせて身体を動かします。
脂肪燃焼効果があり、ダイエットに
オススメです。

- ✦ 18歳以上の男女
- 🕒 月曜 10:00～11:00
土曜 11:00～12:00
- 👤 各20名

¥ 8,000

(全8回)
火曜 金曜 **アクアウォーキング**

身体に負担が少なく、全身の筋肉を鍛え
ることができ、ダイエットに効果的です。

- ✦ 18歳以上の男女
- 🕒 13:00～14:00
- 👤 各20名

¥ 8,000

(全8回)
木曜 **スイム&ウォーク**

身体に負担が少なく、楽にでき、脂肪
燃焼効果があり、ダイエットにおすす
めです。

- ✦ 健康維持したい方
- 🕒 13:00～14:00
- 👤 15名

¥ 8,000

健康教室

(全8回)
火曜 **リフレッシュ健康体操**



ストレッチやリズム体操で心身
ともにリフレッシュします。

- ✦ 身体を動かしたい女性
- 🕒 10:30～12:00
- 👤 20名

¥ 8,800

(全8回)
木曜 **健康太極拳**



太極拳初心者の方にもおすすめ
のクラスです。

- ✦ 太極拳に興味のある方
- 🕒 14:00～15:30
- 👤 20名

¥ 8,800

キッズ対象教室

(全8回)
月曜 **キッズビクス A・B**



楽しみながら、リズム感や身体づ
かいを学びます。

- ✦ A 年少～小学2年生
B 小学2年生～小学6年生
- 🕒 A 16:15～17:15
B 17:20～18:20
- 👤 各15名

¥ 8,800

(全8回)
木曜 **こどものやさしいバレエ**



初めてのお子様からご参加いた
だけます。

- ✦ バレエに興味のある小・中学生
- 🕒 18:30～19:45
- 👤 15名

¥ 8,000



参加者募集!!

◎教室の日程等については、当施設HPをご覧ください。

対象 時間 定員 参加費

テニス・卓球

ジュニア

申込方法

WEB申込み

施設HP内教室利用ページ(右のQRコード)のご希望の教室にある申込フォームからお申込みください



【申込期間】12月1日(月)～12月12日(金)まで



往復はがき

往復はがき(記入例左QR)を郵送または直接窓口にてお申込みください。

【締切】12月12日(金)必着

往復はがき記入例

卓球教室

講師:森コーチ

木曜

(全10回)
卓球教室

基本を習得したい方から応用技術習得を目指したい方。

卓球に興味のある18歳以上の健康な方

Aクラス(中級) 9:30～10:45
Bクラス(初級) 11:00～12:15
Cクラス(初級) 12:45～14:00
Dクラス(中級) 14:15～15:30

各クラス12名

日程 1月 15、22、29
2月 5、19、26、
3月 5、12、19、26

¥ 8,500

テニス教室

講師:TEAM YONEZAWA名古屋所属

月曜

(全8回)
中上級テニス教室

レベルに応じて基本的な事から、各ショット練習、及び試合におけるテクニックをマスターしていくことをテーマとしてレッスンをを行います。テニスを楽しみたい方大歓迎!

18歳以上の健康な方

9:30～10:50

12名

日程 1月 19、26
2月 2、9、16、23
3月 2、9
(予備日3/16、23)

¥ 7,500

火曜

(全8回)
初心・初級テニス教室

テニスを始めたい方、基本的な技術を習得したい方におすすめです。

18歳以上の健康な方

9:30～10:50

12名

日程 1月 13、20、27
2月 3、10、17、24
3月 3(予備日3/10、17)

¥ 7,500

木曜

(全8回)
中級テニス教室

反復練習をする中でポイントの取り方やより安定したショットを打つ為の練習を行います。

18歳以上の健康な方

1部 9:30～10:50
2部 11:00～12:20

各12名

日程 1月 8、15、22、29
2月 5、19、26
3月 5(予備日3/12、19)

¥ 7,500

火曜

(全8回)
シニアテニス教室

体力に合わせ無理のないレッスンをを行います。安全にテニスを楽しみたい方におすすめです。

70歳以上の健康な方

11:00～11:50

10名

日程 1月 13、20、27
2月 3、10、17、24
3月 3(予備日3/10、17)

¥ 5,500

火曜

(全8回)
ナイターテニス教室

応用技術を習得し、ポジショニング・技術・戦術のバリエーションを増やす為の練習を行います。

中学生以上の健康な経験者の方

19:00～20:20

12名

日程 1月 13、20、27
2月 3、10、17、24
3月 3(予備日3/10、17)

¥ 7,500

金曜

(全8回)
初中級テニス教室

基本的な技術にまだ自信のない方、もっと基礎を学びたい方におすすめです。

18歳以上の健康な方

1部 9:30～10:50
2部 11:00～12:20

各12名

日程 1月 9、16、23、30
2月 6、13、20、27
3月 3(予備日3/6、13)

¥ 7,500

ジュニアスクール/テニス・卓球・その他

TEAM YONEZAWA名古屋 監修

口論義ジュニアテニススクール

このクラスは錦織圭選手の指導に3年間深く携わった米沢徹氏から指導を受け、ジュニアプレーヤーの育成に長年取り組んでいる伊奈コーチがレッスンプログラムを監修しています。

テニスを始めてみたい方、楽しく基礎から学びたい小学生の為のテニススクールです。



低学年クラス

小学2年・3年生

高学年クラス

小学4年～6年生

金曜(全8回)

17:15～18:15
16名

¥ 9,500

1月 9、16、23、30
2月 6、13、20、27
3月 (予備日3/6、13)

火曜(全8回)

17:15～18:45
16名

¥ 13,500

1月 13、20、27
2月 3、10、17、24
3月 3(予備日3/10、17)

金曜(全8回)

18:30～20:00
16名

¥ 13,500

1月 9、16、23、30
2月 6、13、20、27
3月 (予備日3/6、13)

講師:TEAM YONEZAWA名古屋所属

火曜

(全10回) こども将棋教室

初心者の方大歓迎!!将棋に興味のある方ご参加ください。

小学1年生～中学3年生 18:30～19:30

20名 中部学生将棋連盟所属

¥ 8,500 日程 1月 13、20、27 2月 3、10、17、24 3月 3、10、17

木曜

(全10回) 卓球教室ジュニアクラス

初心者の方大歓迎!卓球の楽しさを教えます。

卓球を始めてみたい小学3年生～6年生 17:00～18:00

12名 愛知県立大学卓球部員

¥ 8,500 日程 1月 15、22、29 2月 5、19、26 3月 5、12、19、26



木曜

(全10回) 子どもスポーツ教室

楽しく体を動かし、スポーツテストに合わせたトレーニングを行います。

小学1年生～6年生 Aクラス(小学1・2年) 15:45～16:45
Bクラス(小学3～6年) 16:50～17:50

Aクラス 12名 / Bクラス 15名 近藤コーチ(FOX Running Project)

【持ち物】室内用シューズと外用シューズ(運動靴)、縄跳び

¥ 8,500 日程 1月 15、22、29 2月 5、19、26 3月 5、12、19、26

KOUROGI TOPICS

イベントレポートや季節のニュースなどHOTな情報をお届け!

EVENT
01

J.LEAGUE × 朝日新聞 JUNIOR SOCCER SCHOOL

11月1日(土)口論義運動公園 蹴球場で年長から小学6年生を対象にサッカースクールを開催しました。スペシャルゲストとして元サッカー日本代表 田中隼磨さんにお越しいただき、ウォーミングアップからボールの蹴り方などを指導していただきました。お天気にも恵まれ、日中は暑いぐらいでしたが抽選で当たったお子さんたちは一生懸命コーチの話を聞きグラウンドを走り回っていました。もっともっとサッカーを好きになってくださいね!! ご参加いただきありがとうございました。



話題のラケットスポーツ!

パデルって どんなスポーツ?

Q1 パデルって何?

A テニスとスカッシュをMIXした、今話題のスポーツ! 壁に当ててもOKだから、ラリーがどんどん続く! 初めてでもすぐ楽しい♪ みんなで笑って動ける、今いちばんハマるラケットスポーツ!

Q2 発祥の地はどこ?

A 1974年ごろ、メキシコの富豪「エンリケ・コルクエラ(Enrique Corcuera)」さんが自宅の庭にテニスコートを改造して作ったのが最初。壁に囲まれたコートでプレーしたのが、現在のパデルの原型です。その後スペインの友人がこのスポーツを気に入り、スペインに広めたことでヨーロッパ中に大ブームが起きました!!

Q3 パデルの魅力は?

A 誰でもすぐラリーが続く! 仲間と笑って楽しめる! 一度やったらハマる、話題のラケットスポーツ!!

Q4 なぜ今パデルなのか?

A 世界中で人気爆発中! テニスより簡単なのに奥が深い。初心者でもすぐ楽しめる。今、最も“ハマる”スポーツ、それがパデル。

Q5 ルールはむずかしい?

A 簡単です!

(パデルのルール)

人数: 基本は4人(ダブルス)でプレー。
コート: テニスより小さく、壁(ガラス・フェンス)がまわりにある。壁に当たってもプレー続行OK
サーブ: 腰の高さ以下から打つアンダーサーブ。斜めのコートに入れる。
ボールの扱い: ボールは1回だけバウンドOK。自分のコートで2回バウンドしたらアウト壁に当たっても返せばセーフ
得点の数え方: 得点の数え方
テニスと同じ➡15, 30, 40、ゲーム

パデルコート レンタルのご案内

口論義運動公園でレンタルコートとして貸出中!
この機会にぜひ体験してみてください!
手ぶらでもOK! QRコードからLet's go!!

予約はこちらのQRコードから

☎0561-73-8959



※当日の予約は口論義運動公園管理棟までご連絡ください。

料金

平日(1時間)	2,000円	レンタルラケット
土・日・祝(1時間)	2,500円	300円(1本)

※パデルボール(10球)はコート代に含まれています。





口論義運動公園各施設

各施設利用時間 ※庭球場 ⑧～⑭コート照明設備有

※蹴球場 照明設備有

プール棟 営業時間

サッカー場利用料金

管理棟	8:30~21:00
会議室	9:00~21:00
野球場	9:00~17:00 2026年3月末まで 利用不可(予定)
蹴球場	9:00~21:00

庭球場	コートNO.①～⑦・ ⑮・⑯
	9:00~17:00
	コートNO.⑧～⑭
	9:00~21:00

平日・土曜	10:00~20:00
日曜・祝日	10:00~18:00

	全面利用	半面利用
2時間	7,140円	3,570円
4時間	14,280円	7,140円
8時間	21,420円	10,710円

※すべて税込となります。

プールの利用案内

個人利用をはじめ競泳・水球競技・アーティスティックスイミングなど
大会専用利用、コース貸切りでの練習などに幅広くご利用いただけます。



団体利用大歓迎!
25m・50m
プール完備!!

利用時間 平日・土曜 10:00~20:00 日曜・祝日 10:00~18:00

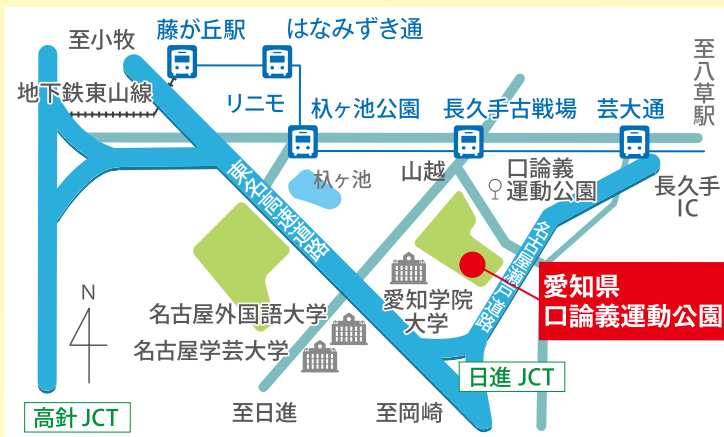
個人利用料金	1回券(当日券)		回数券(11枚綴り)	
	大人	820円	大人	8,200円
	中学生以下	310円	中学生以下	3,100円

団体利用について

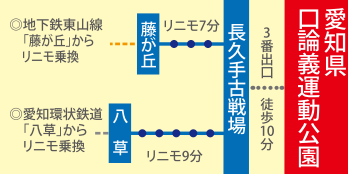
- 10名様以上のご利用で1レーン使用できます。〈要事前予約〉
- ご利用人数分の料金をお支払い下さい。

※水質保全のため、スイミングキャップの着用をお願いします。

※すべて税込となります。



電車ご利用の方



最寄りのバス停

- ◎名鉄バス
「口論義運動公園」
「長久手古戦場」
- ◎日進市 くるりんばす
五色園線コース「口論義運動公園」
- ◎長久手市 Nバス 中央環状線「山越」

自動車
ご利用の方

名神(一宮・小牧)・中央自動車道・名古屋高速・名環自動車方面から
「名古屋インター」からグリーンロードを東進
古戦場南交差点右折(名古屋インターから約3km 10分)

東名(豊田・岡崎)方面から

「東名 日進JCT」から名古屋瀬戸道路経由、「長久手インター」を出て西進
古戦場南交差点左折(長久手インターから約1km 5分)

愛知県口論義運動公園 管理棟 ☎0561-73-8959 プール棟 ☎0561-73-8993

〒470-0103 日進市北新町西口論義323-8 ■受付時間8:30~21:00(10月~3月) ■水曜定休(祝日の場合は翌平日休)、年末年始
【指定管理者】口論義みらいスポーツコミュニティ 季刊誌「KOUROGI SPORT」 2025年冬号 愛知県口論義運動公園 編集・発行

最新イベント情報はコチラ

HP・FB・インスタ▶

