入場無料
※一部有料コンテンツあり

PLAY for LIFE
－2026－

みらいの自分に、チョットいいこと

#プレライ

入場無料（一部有料コンテンツあり）

2会場同時開催

2026.11.14 [SAT] -11.15 [SUN]

■中部電力 MIRAI TOWER 1階 広場 ■南側特設会場／テニスラウンジ栄スカイル

テニスキッズアンバサダー ニャオハ

テニス エボリューション プログラム

ニャオハと一緒にテニスに挑戦！

キッズ 親子向け

先着30家族まで (1st・2nd 各15家族)

お申込みはこちら



© Pokémon. © Nintendo/Creatures Inc. /GAME FREAK inc.
ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの登録商標です。

会場内で撮影した写真を広告物・公式サイト・SNSに掲載する場合があります。ベビーカーでの来場可。危険物・ペットの持ち込みはご遠慮ください。雨天時の開催状況は、公式サイト (playforlife.jp) でお知らせします。

運動やスポーツで人生をちょっと豊かに。

未来を変えるのは、今日の一歩。

初めてのスポーツも、気軽な運動も。
子どもから大人、シニアまで、
年齢や経験を問わず楽しめる 2 日間。
主役は、あなたです。

**動いて、試して、学んで。
あなたの「楽しい」を見つけよう。**

スポーツ、フィットネス、健康の体験が大集合。プロや専門家から学ぶ機会もあります。
運動が得意な人も、苦手な人も、初めての人も。家族と、友人と、一人でも大歓迎。

01 愛知の今、こんな課題

- **体力合計点は、全国平均を下回る**
  小学校 5 年生・中学校 2 年生の男女とも。
- **1 週間の運動時間は、全国平均より少ない**
  体育・保健体育の授業以外の運動時間。
- **スクリーンタイム 4 時間以上の割合が高い**
  学習以外の映像視聴時間。全国平均と比較。



だからこそ、楽しく体を動かすきっかけを。

出典：愛知県教育委員会「2025 年度 全国体力・運動能力、
運動習慣等調査 愛知県の結果」（対象：小 5・中 2 ／男女）

02 運動が、毎日の力になる

1. 体力・運動能力を育む
2. 心を元気に、気分をリフレッシュ
3. 生活リズム・睡眠を整える
4. 仲間とのつながりをつくる
5. 健康的な毎日を支える



テニス参加と長寿の関連を示した研究も。運動をしない群と
比べ、調整後の平均余命が 9.7 年長いとの報告があります。
※観察研究のため、寿命を延ばす因果関係は未確認です。
出典：Schnohr ほか（2018）コペンハーゲン市心臓研究

03 世代ごとに、うれしい変化

子ども	遊びながら体力づくり。「できた!」を自信に。
成長期	仲間と挑戦する楽しさを。生活に、運動のリズムを。
働く世代	仕事や家事の合間に気分転換。自分のための時間をつくろう。
シニア	無理のない運動で筋力を維持。外出と交流のきっかけに。



04 楽しさから、続ける一歩へ

- **「やってみたい」から始めよう**
  勝ち負けだけでなく、自分のペースで。
- **初めてでも、気軽にチャレンジ**
  テニスの的当てなど、未経験でも楽しめる体験。
- **家族と、地域と、一緒に楽しもう**
  世代を越えた体験が、交流のきっかけに。



好きな体験を、これからの健康習慣につなげよう。

みらいの自分に、チョットいいこと

11 月 14 日（土）・15 日（日）、その第一歩を名古屋のど真ん中で。



※内容は予告なく変更になる場合があります。

DAY1 PROGRAM

2026.11.14 [SAT] 16:00-20:00


MC 酒井直斗

▲ 要予約　★ 整理券　●当日参加 OK

フィールドステージ　中部電力 MIRAI TOWER

16:00-16:20 ●
オープニングセレモニー!

16:05- キッズチアダンス



COPIN

16:30-17:00 ▲
飛べ!光るなわとび
チャレンジ 第 1 部

光るなわとびで、夜のステージを跳ぼう
小学生〜大人まで参加 OK ／ 18 名



24H OPEN コレジム

17:10-17:50 ▲
光るグローブでボクササイズ
レベル 1

格闘技の動き＋立ったままできる筋トレ
小学生〜大人まで参加 OK ／ 20 名



sakura fitness

18:00-18:45 ●
「名古屋観光特使」
サックス侍ライブ



19:00-19:20 ★
飛べ!光るなわとび
チャレンジ 第 2 部

光るなわとびで、夜のステージを跳ぼう
高校生以上なら参加 OK ／ 9 名



24H OPEN コレジム

19:30-19:50 ★
光るグローブでボクササイズ
レベル 99 Final

格闘技の動き＋立ったままできる筋トレ
高校生以上なら参加 OK ／ 20 名



sakura fitness

スカイステージ　テニスラウンジ栄スカイル

NIGHT TENNIS SOCIAL

夜の屋上、テニスコートでクラブ気分。ネオンと DJ の音楽に包まれて、
子どもから大人まで、テニスも写真も楽しもう。



日本一高い缶の水

17:00-18:00 ★
ブラックライトで
テニスをしよう!

ブラックライトのコートで、
グループごとに 3 分間プレー!
小学生〜大人まで参加 OK
2 名以上のグループ・20 組



ANTI.LAB INC.

18:10-18:30 ●
ダンスパフォーマンス



KHP KINDLE HEARTS,PIONEER THE FUTURE

18:40-19:40 ★
小野田プロに挑戦!
ブラックライトマッチ



1 分ラリーのあと、
元デ杯代表と 1 ポイント勝負

高校生以上なら参加 OK ／ 20 名

STA STAR TENNIS ACADEMY

DJ TIME



ANTI.LAB INC.

15:30- 整理券配布

★の整理券は 15:30 から総合案内所で配布。
スカイステージの整理券プログラムについても総合案内所で配布します

事前予約

▲は事前申込制・先着順
予約受付：10 月 1 日 (木)10:00 〜
11 月 7 日 (土)15:00

※内容は予告なく変更になる場合があります。

DAY2 PROGRAM

2026.11.15 [SUN] 10:00-15:00




MC レディーナナ／酒井直斗

▲ 要予約　★ 整理券　●当日参加 OK

無料配布

9:30-/11:30- MIRAI TOWER クライミング チケット配布

各回 50 名（小中学生）無料配布。9:30・11:30 とも
中部電力 MIRAI TOWER 1F ステージ裏で配布。保護者は入場料が必要。



中部電力 MIRAI TOWER の階段を、一歩ずつ登ってみよう!
自分の足で登りきった先には、街を見渡す景色と達成感。
いつもと違う中部電力 MIRAI TOWER の楽しみ方にチャレンジ!

フィールドステージ　中部電力 MIRAI TOWER

10:00-10:20 ●


オープニング!
始まりはいつもラジオ体操

10:20-11:00 ▲
テニスエボリューションプログラム
ニャオハと一緒にテニスに挑戦!
1st SESSION｜各 15 家族（1 家族 4 人まで）
無料・要予約／ 1st と 2nd の両方には申し込めません



11:10-11:50 ▲
テニスエボリューションプログラム
ニャオハと一緒にテニスに挑戦!
2nd SESSION｜各 15 家族（1 家族 4 人まで）
無料・要予約／ 1st と 2nd の両方には申し込めません

12:00-12:20 ●
STA

強くなる子は何をしている?
鈴木貴男 × 小野田倫久／元日本代表の成長トーク




12:30-13:00 ●
キッズチアダンス
COPIN



13:10-13:40 ●
動く力は、食べる力から
元サッカー W 杯日本代表 茂庭照幸 ×
スギ薬局栄養士 一宮葵 トークショー
体づくりの習慣と、食と健康のミニクイズ



SEELE 茂庭塾　スギ薬局

13:50-14:40 ●
KHP

みんなで MOVE !
ダンス&からだあそび LIVE



14:40-15:00 ●
閉会式

台紙付きパンフレットは 1 番ブースで配布
先着 1,000 名が抽選にチャレンジ!
公式 LINE の事前登録で抽選がもう 1 回 → P6・P8

スカイステージ　テニスラウンジ栄スカイル

10:20-11:00 ▲
脳育運動体験会
体を動かしながら、考える力を育てる
小 1 ～ 4 年生／ 20 名
講師 藤井淳志・前田光
脳育運動 ATSH SPORTS




11:10-11:50 ▲
遠くへ飛ばすキック!
サッカーチャレンジ
やわらかいボールで、遠くへ蹴る練習
小 4 ～ 6 年生／ 30 名／講師 茂庭照幸



SEELE 茂庭塾　FUTSAL ARENA



12:00-12:40 ▲
遠くへ飛ばすキック!
サッカーチャレンジ
やわらかいボールで、遠くへ蹴る練習
小 1 ～ 3 年生／ 30 名／講師 茂庭照幸



SEELE 茂庭塾　FUTSAL ARENA

12:50-13:30 ▲
レジェンドに挑戦!
トッププレーヤーに学ぶテニス教室
元日本代表から直接教わる（テニス歴 1 年以上）
小 5・6 年生／ 20 名
講師 鈴木貴男・小野田倫久

STA




13:40-14:20 ▲
レジェンドに挑戦!
トッププレーヤーに学ぶテニス教室
元日本代表から直接教わる（テニス歴 1 年以上）
小 3・4 年生／ 20 名
講師 鈴木貴男・小野田倫久

STA




10:30-14:30
ピックルボール・野球
体験コーナー
予約不要・出入り自由。体験するとスタンプ GET



スタンプラリーの台紙付き
パンフレット配布

LAVYN　Baseball Lounge

事前予約

▲は事前申込制・先着順
予約受付：10 月 1 日 (木)10:00 ～
11 月 7 日 (土)15:00

ニャオハがやってくる！中部電力MIRAI TOWERでテニスに挑戦！



フィールドステージ
（中部電力MIRAI TOWER）
にて開催



テニスエボリューションプログラム

ニャオハと一緒にテニスに挑戦！

テニスエボリューションプログラムは、日本テニス協会が開発したジュニア向けテニス応援プログラムです。テニスキッズアンバサダー「ニャオハ」に会えるかも！？
本イベント「プレライ」ではテニスコーチが直接指導し、より楽しく・分かりやすく体験していただけるようにサポートします。参加者にはオリジナルステッカーをプレゼント！

1st　10:20-11:00

2nd　11:10-11:50



対象：幼児・小学生のお子様を持つご家族
定員：各 15 家族（1 家族最大 4 人まで）
持ち物：運動しやすい服装・運動靴（サンダル・クロックス不可）
※1st と 2nd の両方には申し込めません。
雨天時の開催状況は、公式サイト（playforlife.jp）でお知らせします。



参加無料
※要予約

▼お申込みはこちらから

予約なしでもフィールドステージの
立見エリアからどなたでもご覧いただけます。

事前申込制・先着順
予約受付：10 月 1 日 (木)10:00 ～
11 月 7 日 (土)15:00







※雨天時はニャオハは参加できない場合がございます。

STAMP RALLY
スタンプを集めて景品を GET しよう!

先着 1,000名 抽選にチャレンジ!



2026.11.15 [SUN]

スタンプラリー台紙はこのパンフレットの 8 ページ。
①番ブース (抽選会場)、スカイステージ (ピックルボール体験・野球体験) でも配布しております。

家族みんなで 17 のブースを巡ろう。
スタンプを 10 個集めたら、抽選会へ!
好きなブースから、気軽にチャレンジ。

景品：ジュニアラケット、バッグ、帽子、
テニスボールなど。※なくなり次第終了。

事前に公式 LINE に
登録すると、
抽選がもう 1 回!

商品提供
Wilson
YONEX



※写真はイメージです

01


台紙を用意
このジャーナルの
8 ページが台紙です。

02


あそぶ
好きなブースを巡って
スタンプを 10 個集めよう!

03

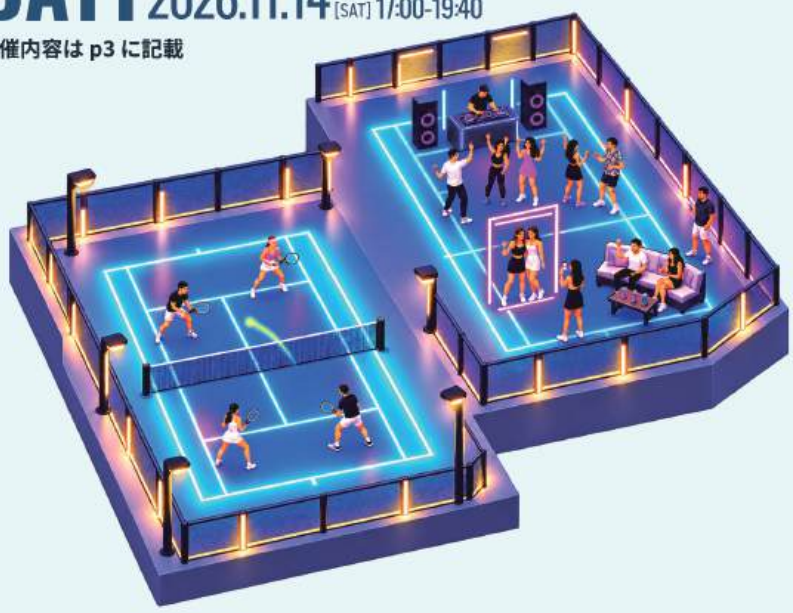

抽選にチャレンジ
10 個集まったら
①番ブースへ GO !

EVENT MAP

スカイステージ　　テニスラウンジ栄スカイル

DAY1 2026.11.14 [SAT] 17:00-19:40

開催内容は p3 に記載



DAY2 2026.11.15 [SUN] 10:20-14:30

開催内容は p4 に記載



■野球体験
■ピックルボール体験
体験でスタンプ 1 個を追加

会場：栄スカイル屋上｜エスカレーター＋階段でお越しください。
エレベーターはビル利用者優先。ベビーカー・車いすの方はスタッフへ。
DAY2 の栄スカイル営業開始は 10:00 です。

※内容は予告なく変更になる場合があります。

EVENT MAP

フィールドステージ　中部電力 MIRAI TOWER　2026.11.14 [SAT] -11.15 [SUN]

遊んで、体験！17のブース

中部電力 MIRAI TOWER 1 階 広場・南側特設会場

PICK UP！
自分の運動能力を知ろう！
得意なスポーツを
発見できるコーナーが
あります！



1　スタンプラリー抽選会場
台紙付きパンフレット配布と抽選
※抽選は 15日のみ開催

2　名前入りグッズをプレゼント！
世界にひとつのオリジナルグッズ
ソニー生命

3　自分だけの “Wilson Shot”
テニスを知らなくても楽しめるウィルソンブース
あの Wilson の世界観を体感できます！

4　お庭にゴルフ！ カップインチャレンジ
人工芝の専門店 アントワーク

5　千本くじ
無料の抽選会を開催
OPEN HOUSE

6　ラケットスポーツ的当て
テニス・バドミントン・ピックルボール
から選んで的当てにチャレンジしよう！
NOAH INDOOR STAGE

7　テニスを見て・触れて&お得な販売会
FILA 特価／ Airfly・HEAD の展示販売
選手パネルと写真撮影
ZETT HEAD

8　ワークショップ　1回500円
オリジナルチャームを作ろう！
※15日のみ開催
Tennis Lounge テニスラウンジ

9　ヘアメイク体験　1回500円
ヘアアクセサリーつき
※15日のみ開催
VANTAN

10　親子で健康チャレンジ
体成分・血管年齢測定、反射神経
RENAISSANCE

11　T シャツ・グッズの展示販売
当日 SNS をフォローして
ノベルティプレゼント
DUNLOP　Babolat　TENNIC

12　ピックルボールで 的入れ BINGO！
狙いを定めて BINGO を目指そう
Toalson

13　テニス的当て チャレンジ
未経験の方、大歓迎
Tennis Lounge テニスラウンジ

14　キックターゲット
ターゲットに向かってシュート
FUTSAL ARENA

15　身体能力を数値化
跳躍・スポーツビジョン測定
株式会社 大樹

当日の 3 つのルール

1. 整理券（11/14）は 15:30 から総合案内所で配布
2. 台紙付きパンフレットは 1 番ブース、クライミングチケット（11/15）はステージ裏で配布
3. 雨天時の開催状況は、公式サイト（playforlife.jp）でお知らせします。

プレライ 2026 公式サイト

※内容は予告なく変更になる場合があります。



協賛 / SUPPORTERS

HEAD / ZETT / RENAISSANCE / OPEN HOUSE / TENNIC / DUNLOP / Babolat / EQUIPE / Toalson / ソニー生命 / NOAH / Wilson / YONEX / COPIN / 人工芝の専門店 アントワーク / MEGALOS / TATSUMIGAOKA TENNIS CLUB / Team REC Since 1973 / ChoeiSport / Tennis SUPPORT CENTER / 若狭インドアテニスクラブ / Nikke Tennis Dome / LAWN / AXIA & Co. / TENNY / MIKAWA UNITED F.C. / AZUR TENNIS ACADEMY

協力 / COOPERATION

24H OPEN THIS IS GYM コレジム / KHP KINDLE HEARTS, PIONEER THE FUTURE. / 脳育運動 ATSH SPORTS / SEELE 茂庭塾 / STA STAR TENNIS ACADEMY / 株式会社 大樹 / Baseball Lounge / FUTSAL ARENA / ANTI.LAB INC. / スギ薬局 / VANTAN

PLAY for LIFE STAMP RALLY
10 個集めたら、①番ブースの抽選会場へ!

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10

公式 LINE に
事前登録で
抽選がもう 1 回!

主催 exciting Tennis Lounge テニスラウンジ

共催 TIA 公益社団法人日本テニス事業協会 / NAGOYA SPORTS COMMISSION

後援 名古屋市／愛知県教育委員会／名古屋市教育委員会
愛知県テニス協会／公益社団法人日本プロテニス協会

会場内で撮影した写真を広告物・公式サイト・SNS に掲載する場合があります。ベビーカーでの来場可。危険物・ペットの持ち込みはご遠慮ください。雨天時の開催状況は、公式サイト (playforlife.jp) でお知らせします。