

No.	開催 市町	イベント名称	開催日 【11月】	時間	開催場所	実施内容	お問い合わせ先 (担当者所属・氏名)	電話番号
	【記載例】 佐世保市	県民スポーツ・レクリエーション祭2025in佐世保 ニュースポーツ体験のつどい	11月9日(日)	10:00 から 15:00	佐世保新公園	事前申し込みなしで誰でも参加できるニュースポーツの体験会。 種目は、ディスクゲッター、スポーツチャンバラ、モルック、スラックライン、綱引、輪投げ、コーンボール、ネイチャーゲーム、キャンプ体験 など	■申込期間:申し込み不要 ■詳細: https://cocospo.go.jp/event/44660 ■お問い合わせ先:長崎県レクリエーション協会 095-842-0100	095-842-0100
1	長崎市	長崎平和ハーフマラソン	11月16日(日)	8:00 から12:00	長崎市	長崎水辺の森公園を主会場として、被爆80周年記念事業として平和の発信を目的にハーフマラソン、1.9kmマラソン(小学、中学、一般、親子)を実施。	【申込期間】※受付終了 【お問い合わせ先】長崎ベイスайдマラソン実行委員会事務局(古川・大石) 【電話番号】095-811-1893	095-811-1893
2	佐世保市	あつまれ!元気なこどもたち!	11月3日(日)	10:00 から 12:00	体育文化館	幼児を対象とした複数のスポーツ体験型イベント。 内容:ストラックアウト、トランポリン、プラズマカー、輪投げ、ゴルフ、すまいる射的、他。※内容が変更になる可能性あり	■申込期間:令和7年10月3日(金)~定員になるまで ■詳細: https://sasebosports.com/event/7302/ ■お問い合わせ先:体育文化館	0956-22-1522
3	佐世保市	キッズ卓球体験会	11月30日(土)	14:30 から 17:30	体育文化館	小学生対象の卓球教室。初心者可。	■申込期間:令和7年10月3日(金)~定員になるまで ■詳細: https://sasebosports.com/event/5227/ ■お問い合わせ先:体育文化館	0956-22-1522
4	佐世保市	こころとからだの健康づくり教室	11月13日(木)	13:00 から 14:00	県立武道館	一般男女向け。テーマ「健康体操&楽しい脳トレセミナー」 フィットネスインストラクター等の資格を持つ講師を招き、健康寿命延伸につながる運動を実施する。	■申込期間:令和7年10月13日(月)~定員になるまで ■詳細: https://sasebosports.com/event/2102/ ■お問い合わせ先:県立武道館	0956-22-2194
5	佐世保市	キッズクライミング体験会	11月23日(日)	①9:30から11:00 ②11:30から13:00	県北トレーニング室	年長~小学生を対象としたクライミング体験会。初心者可。	■抽選期間:令和7年10月21日(火)~31日(金)※抽選後5日以内に当選者のみに連絡 ■詳細: https://sasebosports.com/event/7956/ ■お問い合わせ先:県北トレーニング室	0956-23-0010
6	島原市	無料開放デー(硬式テニス・ソフトテニス)	11月2日(日)	9:00から22:00	島原市宮庭球場	テニスコートを無料で貸し出す。 (ラケットやボールも貸出) ※ナイター照明は1コート30分100円	・申込期間:11月2日まで ・お問い合わせ先:島原市宮陸上競技場	0957-64-6256
7	島原市	ジュニアマラソン教室	11月1日(土) 8日(土)15日(土) 22日(土)	14:00から15:30	島原市宮陸上競技場	小学3年生から6年生を対象にしたランニング教室 ※参加費1人2,000円	・申込期間:10月1日から11月1日まで ・お問い合わせ先:島原市宮陸上競技場	0957-64-6256
8	島原市	スケートボードスクール&体験会	11月2日(日)	10:00から12:00	島原復興アリーナ隣接 国道251号高架下スケート ボード場	オリンピックでの日本人スケーターの活躍により現在スケートボードが流行しており、スケートボードをはじめてみたい、興味がある方へ基礎から学ぶ。	■申込期間:イベント当日まで可 ■詳細: https://www.fukko-arena.jp/news/#177 ■お問い合わせ先:島原復興アリーナ	0957-64-2344
9	島原市	大人のためのストレッチ&ウォーキング教室	11月5日(水) 12日(水)	10:00から11:00	島原復興アリーナ サブアリーナ	年齢に応じた有酸素運動(ウォーキング等)や、骨・筋力不足の・運動不足と感じている方を対象に健康づくりや体力づくりのサポートを行う。	■申込期間:イベント当日まで可 ■詳細: https://www.fukko-arena.jp/news/#186 ■お問い合わせ先:島原復興アリーナ	0957-64-2344
10	島原市	朝ヨガ教室	11月6日(木) 13日(木)、27日(木)	10:00から11:00	島原復興アリーナ サブアリーナ	ヨガの呼吸法に合わせ体を動かすことにより、心身の緊張をほぐし、精神安定・健康増進につなげる。	■申込期間:イベント当日まで可 ■詳細: https://www.fukko-arena.jp/ ■お問い合わせ先:島原復興アリーナ	0957-64-2344
11	島原市	ビックルボール無料体験会	11月29日(土)	19:00から20:30	島原復興アリーナ メインアリーナ	ビックルボールは、テニス、卓球、バドミントンの要素を合わせたスポーツで、アメリカはじめ日本国内では、ビックルボールの競技人口が急増しており、今後さらに人気が出ることが考えられます。体験会をすることで今後のビックルボールの普及を目的に開催します。	■申込期間:イベント当日まで可 ■詳細: https://www.fukko-arena.jp/news/#185 ■お問い合わせ先:島原復興アリーナ	0957-64-2344
12	島原市	卓球教室	11月17日(月) ~12月1日(月)	19:30 から 21:00	島原市霊丘公園体育館・弓道場	健康と体力づくりの一環として、初心者を対象に競技技術やルール等を学び卓球の楽しさを感じてもらう。	■お問い合わせ先:島原市霊丘公園体育館	0957-63-2206

13	島原市	バスケットをやってみよう!	11月22日(土) ～12月13日(土)	16:00 から 17:30	島原市霊丘公園体育館・弓道	バスケットボールに親しみ技術力を向上を目的に開催する。	■お問い合わせ先:島原市霊丘公園体育館	0957-63-2206
14	島原市	島原市有明プール土曜日午前中市内小中学生 無料開放	11月の毎週土曜日	10:00 から 12:00	島原市有明プール	島原市内の小、中学生を対象に毎週土曜日の午前中無料開放	■お問い合わせ先:島原市有明プール	0957-68-3850
15	諫早市	諫早市市制施行20周年記念 宝くじスポーツフェア ドリーム・ベースボール	11月16日(日)	9:00から15:00	スポーツパークいさはや たちばなしんきんフィールド・オブ・ドリームス	元プロ野球選手を中心としたメンバーによる親善試合(ドリーム・ゲーム)並びに少年少女ふれあい野球教室等を開催する	諫早市スポーツ振興課	0957-22-2543
16	諫早市	第5回バイクタイムトライアル「長田TT inIsahaya」	11月23日(日)	10:00から	諫早市	自転車のタイムトライアルレースを開催する	諫早市スポーツ振興課	0957-22-2543
17	諫早市	令和七年度冬巡業 大相撲諫早場所	11月30日(日)	9:00から15:00	諫早市中央体育館	大相撲の諫早場所を開催する	諫早市スポーツ振興課	0957-22-2543
18	諫早市	諫早市市制施行20周年記念 第36回 市長杯争奪中学校スポーツ選手権大会 バレーボール競技	1日(土)から11月2日	9:00から19:00	諫早市中央体育館 外	中学生のバレーボール大会を開催する	諫早市スポーツ振興課	0957-22-2543
19	大村市	市民体力測定会	11月2日(日)	10:00 から 14:00	シーハットおおむら	大村市民なら誰でも参加出来る体力測定会 体力測定の内容は、「握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・急歩・たち幅とび」 ※「第31回おおむら健康・福祉まつり」内で実施	申込期限:10月31日(金)飛び込み参加可 お問い合わせ先:大村市役所スポーツ振興課 0957-53-4111(内線187、188)	0957-53-4111
20	大村市	ロザ・モタ杯第49回おおむらロードレース大会	11月30日(日)	7:50 から 13:00	大村市陸上競技場周辺	陸上競技場周辺で開催されるロードレース大会 参加資格:長距離走に耐える体力がある小学生～大人 (児童・生徒は保護者の承認が必要) 種目は、年齢、男女、距離別で設定(詳細はHPへ) (https://www.city.omura.nagasaki.jp/sportsjigyo/kyoiku/sport/event/rozamotahai/roadrace2025.html)	申込期間:9月24日(水)～10月2日(火) 詳細: https://www.city.omura.nagasaki.jp/sportsjigyo/kyoiku/sport/event/rozamotahai/roadrace2025.html お問い合わせ先:おおむらロードレース実行委員会事務局 (大村市役所スポーツ振興課内) 0957-53-4111(内線187、188)	0957-53-4111
21	平戸市	ライフカントリーカップU-11サッカー大会	11月22日(土) 11月23日(日)	8:00 から 18:00	多目的グラウンド	平戸市内外少年サッカークラブ16チーム参加のサッカー大会	参加チーム決定済 お問い合わせ先 平戸市総合運動公園管理事務所	0950-23-8222
22	松浦市	第21回松浦市民駅伝大会	11月30日(日)	8:05～	松浦市内一円、 長崎県立松浦高等学校グラウンド	(第1部)一般、高校生、中学生の部 「コース」国道、県道星鹿港線、調川臨海道路及び市道の一部を利用して、『御厨西木場→松浦市役所(前半4区間)、松浦市役所→松浦市野球場(後半4区間)』全8区間23.4kmで開催。 (第2部)小学生、幼児の部 長崎県立松浦高等学校屋外運動場をコースとして、小学生部門5.0km(6人)及び幼児部門1.0km(4～8人)を開催。	■申込期間:10月10日(金)～11月10日(木)まで ■詳細:https://www.city-matsuuura.jp/top/boshu/6066.html ■お問い合わせ先:松浦市教育委員会生涯学習課スポーツ振興係	0956-72-1111
23	対馬市	スポーツフェスティバル2025	11月15日(土)	13:00 から 15:30	豊玉総合運動公園	しまのスポーツ活性化実行委員会が主催で行うスポーツの祭典。 市民が気軽に多種目のスポーツを体験できる機会を提供することで、スポーツに親しむ市民の増加や市内のスポーツ活動の活性化を図る。	■申し込み等 https://forms.gle/BsQJPX9yKJ51n2e6A ■問い合わせ先 対馬市教育委員会 生涯学習課内 しまのスポーツ活性化実行委員会	0920-88-2004
24	五島市	五島の椿俵×五島市健幸アプリぎばっと! 「県民スポーツ月間ウォーキングチャレンジ」	11月1日(土)～11月30日(日)			五島市健幸アプリを活用したウォーキングチャレンジを開催。 (目標)1日7,000歩 (達成基準)21万歩(7,000歩×30日間) (達成賞)イベント期間中に達成基準を満たした人全員へ50P付与。さらに抽選で特典協力店提供商品を24名にプレゼント。	スポーツ振興課市民スポーツ班 ☎72-6184	0959-72-6184
25	五島市	西海国立公園指定70周年記念 2025絶景福江島マラニック大会	11月16日(日)	7:00 から 18:00	福江島一円	タイムや順位を競わず、それぞれのペースで走ったり歩いたりしながら、五島の絶景や食を楽しんでもらう。	■申込期間:8月～10月 ■詳細: https://www.city.goto.nagasaki.jp/maranic/index.html ■お問い合わせ先:五島市スポーツ振興課スポーツ交流班	0959-74-0039

26	雲仙市	第20回雲仙市民ウォーキング大会	11月16日(日)	9:00-12:00	雲仙温泉周辺のコース	雲仙市レクリエーション協会加盟団体の「小浜歩こう会」を主管にして行うウォーキング大会	■雲仙市レクリエーション協会事務局 ■電話0957-47-7865	0957-47-7865
27	南島原市	第2回ツール・ド・南島原	11月30日(日)	8:30 から 17:00	メイン会場:マリンパークあり	南島原の魅力を思う存分に味わえるサイクルイベント。コース途中では、南島原市のスイーツや郷土料理などの美味しいグルメのおもてなしブースも各所に設けられ、心もお腹も満たされるイベントです。 体力・技術に合わせてロングコース95km(5時間程度)、ショートコース54km(3時間程度)の2コースから選択できます。	■申込期間:2025年9月11日(木)～ 2025年11月16日(日) ■詳細: https://www.somen-cycle.net ■お問い合わせ先:南島原市 商工観光課 電話番号:0957-73-6633 メール:kankou@city.minamishimabara.lg.jp	0957-73-6633
28	長与町	長与町主催秋のウォーキングイベント「平和のまち歩きinながよ デジタルスタンプラリー」	10月1日(水)～11月30日(日)		長与町内	10月・11月の長与町健康づくり強化期間に開催するウォーキングイベント。町内13カ所の平和スポットを歩いて巡ってスタンプを集めると豪華賞品が当たる抽選会に参加できる。町内外問わず参加可。STLOCALアプリをインストールして参加。	■詳細: https://webtown.nagayo.jp/kiji0035657/index.html ■お問い合わせ先:長与町健康保険課健康増進係	095-801-5820
29	長与町	ノルディックウォーキングinながよ	11月6日(木) 11月20日(木)	9:45から12:00	長与町内	両手に持ったボールを地面について歩く全身運動。各コース約5km。初めて参加される方には歩き方講座を実施。 ①11月6日(木) 集合場所:中尾城公園第2駐車場 ②11月20日(木) 集合場所:特別養護老人ホームかがやき	※長与町健康づくり推進連携協定による長与町健康づくり強化期間のイベント。 ■主催:社会福祉法人ながよ光彩会 ■申込不要。ただし初めて参加される方を除く。	095-865-7755
30	長与町	軽やかに歩こう! ケガ予防&快適ウォーキング講座	11月14日(金)	15:15から16:45	南交流センター	カイトプラクターがケガを予防しながら快適に歩くコツをわかりやすい講話+実践で教える。	※長与町健康づくり推進連携協定による長与町健康づくり強化期間のイベント。 ■申込:長与町公式LINEから申込 ■主催:カイト&エステSunny	095-801-5820
31	長与町	エンジョイスports	11月 5日(水) 11月26日(水)	19:30から21:30	長与町民体育館	誰もが気軽に参加できる種目としてユニカール・4コートゲームに加え、今年度新たな種目として大きなボールを3チームで追いかけるニュースポーツ「キンボールスポーツ」を実施予定。	■申込期間:令和7年9月5日(木)から 開催日前日17時まで ■詳細: https://webtown.nagayo.jp/kiji0035636/index.html ■お問い合わせ先:長与町教育委員会生涯学習課スポーツ振興班	095-801-5683
32	長与町	令和7年度スポーツ講習会	11月22日(土)	13:00から15:00	長与町民体育館	スポーツ講習会として、アメリカで発祥した今話題のニュースポーツ「ピックルボール」を実施。	■申込期間:令和7年10月30日(木)締切 ※長与町内在住者に限る ■詳細: https://www.nagayo-taikyo.com/sports/20251122_kousyukai.pdf ■お問い合わせ先:長与町スポーツ協会(火・水・木 10時～	095-887-5374
33	時津町	とぎつみんなで歩こうデー!!2025	11月8日	9:00 から 13:00	とぎつウォーターフロント公園	ウォーキングイベント。その他、スタンプラリー、体力測定、段ボール遊園地 など	■申込期間:令和7年10月31日 ■詳細 https://www.town.togitsu.nagasaki.jp/kosodate_kyoiku/shogaigakushu_sports/9367.html ■お問い合わせ先:株式会社マルクスインターナショナル 095-829-7707	095-829-7707
34	小値賀町	小値賀町青少年スポーツ大会	11月15日(土)	8:00から12:00(予定)	小値賀町総合体育館	バトミントン・ボッチャ・モルック(検討中)	■お問い合わせ先:小値賀青少年健全育成会 ■電話:0959-56-3838	0959-56-3838
35	新上五島町	田端健児記念 第28回ジョギングフェスティバル	11月23日(日)	9:00 から 12:00	有川運動公園陸上競技場	・田端健児氏によるランニング教室 ・小中高生100m走 ・幼児50m走 ・小学生学年別長距離走 ・小中高生4×100mリレー	■申込期間:11月10日(月) ■お問い合わせ先:新上五島スポーツ協会 TEL:0959-54-1678	0959-54-1678