



20th Asian Games  
Aichi-Nagoya 2026  
HOST CITY

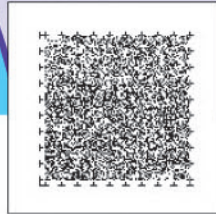


アジアの国々をひとつにする  
きょうき

# 第20回 アジア競技大会 (2026/愛知・名古屋)

大会期間 2026年9月19日(土)~10月4日(日)

音声コード Uni-Voice



[発行] 愛知県スポーツ局アジア・アジアパラ競技大会推進課  
名古屋市総務局総合調整部アジア・アジアパラ競技大会推進室

TEL.052-954-6729 FAX.052-951-1006  
TEL.052-972-2231 FAX.052-972-4205



きょうぎ  
アジア競技大会のことを  
アジアの国に学びに行こう!



杭州大会にて  
陸上 男子4×100mリレーで銀メダルを獲得  
宇野燿輝選手、上山祐輝選手、  
小池祐貴選手、桐生祥秀選手  
[写真提供]フォート・キシモト



かいさい  
2026年に愛知・名古屋で開催されるスポーツ大会

ねえ、アジア競技大会って知ってる? 4年に1度行われる、アジアで1番大きなスポーツイベント  
なんだって。アジアのいろいろな国から、たくさんの人たちが愛知・名古屋の街にやってくるんだ。  
さあ、僕らと一緒に、アジアの人たちのところへ大会のことを学びに行こう!

## アジア中のお友達と、ひとつになろう

愛知・名古屋で開かれるアジア競技大会には、スポーツの力でアジア中の人たちが手を取り合ってひとつになってほしいという思いが込められているんだって。みんながひとつになるアジアを想像することで、絆が深まり未来へ向かって進んで行けるんだね。

第20回アジア競技大会(2026/愛知・名古屋)スローガン

# IMAGINE ONE ASIA

## ここで、ひとつに。

アジア中の人々が愛知・名古屋に

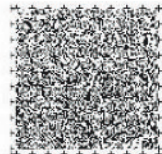
45の国と地域が参加

選手・チーム役員  
最大15,000人

「イマジン ワン エイジア」  
って読むんだって!



まずは、歴史を  
学びに行こう!



音声コード Uni-Voice

# アジア競技大会の始まりは1951年 インドのニューデリーで開催されたんだ!



ナマステ!  
नमस्ते



インド

代表的な民族衣装 / クルタ

## 平和への願いを込めて始まった アジア最大のスポーツイベント

第1回大会が行われたのは第二次世界大戦後の1951年。スポーツを通じてアジア各国の絆を取り戻したい、そんな平和を願って、スタートした大会なんだよ。最初は11か国しか参加していなかったけれど、今や45の国と地域が参加する大会に。まさしくアジア最大のスポーツイベントなんだ。

 **世界のあいさつを覚えよう!**

この本ではアジアの様々な「こんにちは」が出てくるよ!



# インドからアジア各地に 平和を願う大会は広がっていった

ニューデリーから始めて、  
今まで9つの国で開催されたんだ。

ニューデリー



イラン



カタール



インド



中国



韓国



日本



タイ



フィリピン



インドネシア

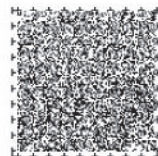
いろんな国で  
やってるね!



キミも物知り博士に! アジア競技大会の豆知識

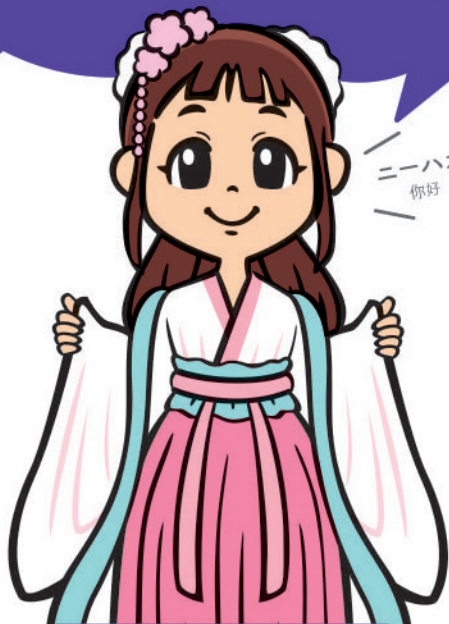
第1回大会からその国の首都で行われていたアジア競技大会。初めて首都以外の都市で  
開催されたのが第12回大会の広島なんだ。大成功を収めて、その後、様々な都市で開催  
されるようになったんだよ。

次は、どんな競技があるか見てみよう!



音声コード Uni-Voice

# アジア競技大会は競技数もたくさんあるけれど ユニークな競技があることも特徴なんだ!



ニーハオ!  
你好



中国

だいはうてき みんぞくいしょう かんぷく  
代表的な民族衣装 / 漢服

5

## オリンピックよりも競技数が多い大会

アジア競技大会はオリンピックよりも競技数が多いんだ。2023年に行われた中国・杭州大会では40競技が行われたよ。愛知・名古屋2026大会では41競技が行われるそうだよ。日本では東京2020オリンピック競技大会の次の大きな大会だから、選手たちみんなの目標なんだって。



愛知・名古屋2026大会

41 競技

東京2020オリンピック  
競技大会

33 競技



かこ じっし きょうぎ きょうぎ  
過去に実施されたアジア競技大会ならではの競技

カバディ



©フォート・キシモト

「鬼ごっこ」に似たインド発祥の  
スポーツ。攻撃側は敵にタッチし  
て逃げ、守備側は相手が逃げない  
ように捕まえると得点できる。



インド

だいのうてき みんないしゅう  
代表的な民族衣装 / サリー



クラッシュ



©フォート・キシモト

中央アジア、ウズベキスタン  
の国技。投げ技に特化した  
格闘技で、相手を投げ、背中を  
つけたら一本勝ちとなる。



ウズベキスタン

だいのうてき みんないしゅう  
代表的な民族衣装 / チャパン



セパタクロ



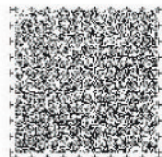
©フォート・キシモト

タイで人気のスポーツ。編んだ  
ボールを足やひざで相手の  
コートに返し合うバレー  
ボールに似た競技。



タイ

だいのうてき みんないしゅう  
代表的な民族衣装 / シワライ



音声コード Uni-Voice

次は、アジア各国の  
生活をのぞいてみよう!



ちょっと  
ひと息

# ともだち く アジアのお友達の暮らしをのぞいてみよう!

話す言葉や食べるもの、着ているものは、その国独自の文化があって、知れば知るほど面白いんだ。  
今回は「食文化」について勉強しよう!

## ＼お家の人と作ってみよう!/ アジアのおやつ



かんこく  
韩国の  
ホットク



アニョハセヨ!  
안녕하세요



かんこく  
韓国

たいひょうてき みんないしゅう  
代表的な民族衣装/チマチョゴリ

ざいりょう まい  
<材料>4枚分  
こむぎこ はくりきこ  
小麦粉(薄力粉)・・・100g しお  
塩・・・小さじ1  
しらたまこ  
白玉粉・・・50g 水・・・100cc～120cc  
ドライースト・・・小さじ1 あんこ・・・適量  
さとう  
砂糖・・・大さじ1

- 白玉粉は袋に入れて麺棒などでつぶして粉状に。あんこ以外をボウルに入れて混ぜる
- ひとつにまとまったら、ラップをして温かな場所におき、生地が倍くらいになるまで発酵させる
- 生地を4等分して丸め、中にあんこをつつむようにして丸める
- 平にしながら油を薄くひいたフライパンに乗せ、両面を焼いて出来上がり

フィリピンの  
はるま  
バナナの春巻き



マガンダンアラウ!  
Magandang araw



フィリピン

たいひょうてき みんないしゅう  
代表的な民族衣装/パロンタガログ

ざいりょう まい  
<材料>4枚分  
バナナ・・・2本  
くろごとう  
黒砂糖・・・小さじ4  
はるま  
春巻きの皮・・・4枚  
こむぎこ てきりょう  
小麦粉・・・適量 水・・・適量

- バナナは縦半分、横半分切って1本を4つに切り分ける
- 春巻きの皮に切ったバナナを2つおき、黒砂糖小さじ1をかけて春巻きのように巻く
- 春巻きの皮に水溶き小麦粉をぬってしっかり閉じる
- 表面がきつね色になるまで中温の油で2～3分揚げて出来上がり



24 岐阜県(岐阜市)

岐阜県(各務原市)

岐阜県  
(海津市)

# いろいろな街が 競技会場になるんだよ!



大会期間  
2026年  
9月19日(土)~10月4日(日)

メイン会場  
名古屋市瑞穂公園陸上競技場

名古屋市国際展示場  
「ポートメッセなごや」  
(メインメディアセンター)

中部国際空港  
(セントレア)

京都府  
(亀岡市)

大阪府  
(大阪市)

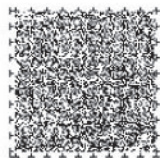
兵庫県  
(神戸市)

- 1 東京都(江東区)
- 19 東京都(世田谷区)
- 14 静岡県(伊豆市)
- 25 静岡県(袋井市)

## 競技会場マップ

● は競技会場(予定)

どんな競技をどこでやるのか、  
次のページを見てみよう。



音声コード Uni-Voice

# お気に入りの競技はどこでやるのかな？

きょうぎ

## 実施競技・会場一覧表



水泳	バスケットボール	BMXレース
おうえい とびこみ 競泳／飛込	バスケットボール	17 名古屋競輪場 BMXレースコース
1 東京アクアティクスセンター	4 ウィングアリーナ刈谷	BMXフリースタイル
アーティスティックスイミング	3×3	18 愛知県国際展示場[Aichi Sky Expo]
2 みはしひろのしんま ねんはまつしやうごう 古橋廣之進記念浜松市総合水泳場[ToBiO]	10 金城ふ頭駅前特設コート	馬術
水球	ボクシング	馬場馬術／総合馬術／障害馬術
3 名古屋市総合体育館[レインボープール]	11 にしおし せうづう 西尾市総合体育館	19 JRA馬事公苑
マラソンスイミング	カヌー・カヤック	フェンシング
4 新舞子マリンパーク	スプリント	18 愛知県国際展示場[Aichi Sky Expo]
アーチェリー	12 三好池	サッカー
5 おかざき せうづう 岡崎中央総合公園多目的広場他	スラローム	20 とよた 豊田スタジアム
りくじやうきやうぎ 陸上競技	18 矢作川カヌースラロームコース	21 名古屋市港サッカー場
(トラック／フィールド)	自転車競技	22 ウェーブスタジアム刈谷
★名古屋市瑞穂公園陸上競技場	トラックレース	23 名古屋市瑞穂公園ラグビー場
(マラソン)	14 いず 伊豆ベロドローム	24 ながらがわのきやうぎじやうじやう 長良川競技場
★名古屋市瑞穂公園陸上競技場(都心コース)	ロードレース	25 おがさわら せうづう 小笠山総合運動公園エコパスタジアム
きやうほ (競歩)	15 しんしんしんない 新城市内発着コース	26 京都府立京都スタジアム
7 愛知県庁・名古屋市役所周辺コース	マウンテンバイク	27 ながらがわのきやうぎじやう 長良川陸上競技場
バドミントン	16 おこな 小幡緑地	28 神戸総合運動公園ユニバー記念競技場
8 いちのみやし せうづう 一宮市総合体育館		

ゴルフ	ラグビー	バレーボール	武術太極拳
② 愛知カンツリー倶楽部東山コース	⑧ 名古屋市瑞穂公園ラグビー場	⑫ 小牧市スポーツ公園総合体育館	⑮ 愛知県武道館
たいそう 体操	セーリング	ビーチバレーボール	カバディ
たいそう しんたいそう 体操/新体操/トランポリン	⑪ 海陽ヨットハーバー	⑮ 碧南緑地ビーチコート	⑳ 東海市民体育館
⑩ 名古屋市総合体育館〔レインボーホール〕	しやげき 射撃	ウェイトリフティング	セバタクロ
ハンドボール	⑫ 愛知県総合射撃場	⑳ 名古屋市中小企業振興会館	㉑ 名古屋市瑞穂公園体育館
⑪ 春日井市総合体育館	たきゅう 卓球	レスリング	柔術
⑫ 豊田合成記念体育館〔エントリオ〕	⑫ スカイホール豊田	フリースタイル/グレコローマンスタイル	⑲ 愛知県武道館
ホッケー	テコンドー	⑳ 愛知県新体育館〔愛知国際アリーナ〕	野球・ソフトボール
⑬ 岐阜県グリーンスタジアム	⑬ 豊橋市総合体育館	ブレیکن	(野球)
じゅうどう 柔道	テニス	⑳ 愛知県新体育館〔愛知国際アリーナ〕	㉒ 岡崎中央総合公園野球場
⑭ 愛知県新体育館〔愛知国際アリーナ〕	(テニス/ソフトテニス)	スケートボード	㉓ 豊橋市民球場
きんだいごしゅ 近代五種	⑭ 名古屋市東山公園テニスセンター	⑳ 愛知県国際展示場〔Aichi Sky Expo〕	(ソフトボール)
(レーザーラン/障害物レース/フェンシング/水泳)	トライアスロン	スポーツクライミング	⑳ 安城市総合運動公園ソフトボール場
⑮ 安城市総合運動公園陸上競技場他	⑮ 蒲郡市内特設コース	⑲ 名古屋市国際展示場〔ポートメッセなごや〕	空手
ローイング	バレーボール	サーフィン	⑳ 豊橋市総合体育館
⑯ 長良川国際レガッタコース	バレーボール	⑳ 田原市赤羽根町大石海岸(ロングビーチ)他	スカッシュ
	⑯ 岡崎中央総合公園総合体育館	クラッシュ	㉔ 名古屋金城ふ頭アリーナ
		⑳ 愛知県武道館	Eスポーツ
			⑳ 愛知県国際展示場〔Aichi Sky Expo〕

※競技会場は変更・追加の可能性があります。

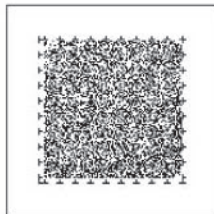


## はかせ きょうぎ まめちしき キミも物知り博士に! アジア競技大会の豆知識

愛知・名古屋2026大会の大会エンブレムは、愛知県の花「カキツバタ」の  
 ① 紫と「名古屋城」の「しやちほこ」の金、そして環境への想いを表す緑で  
 ② 作られているんだ。紫と中央の直線は「アジア(Asia)」と「愛知(Aichi)」の  
 ③ Aを、紫と金は「名古屋(Nagoya)」のNを表しているんだよ。



20th Asian Games  
Aichi-Nagoya 2026



音声コード Uni-Voice

# アジアパラ競技大会を 開催するよ!

## 日本初開催

ねえ、アジアパラ競技大会って知ってる?

4年に1度行われる、アジア地域の障害者総合スポーツ大会なんだって。

アジアのいろいろな国から、たくさんの人たちが愛知・名古屋の街にやってくるんだ。

さあ、僕らと一緒に、大会のことを学びに行こう!

日本では、初めて開催されるよ!



## アジアパラ競技大会のはじまり

元々、極東・南太平洋地域の身体障害者スポーツ大会を開こう!と日本が各国に呼びかけ、1975年に大分県で第1回フェスピック競技大会が開催されたんだ。フェスピック大会は合計9回行われ、それが後にアジアパラ競技大会になったんだよ。



がいのう  
愛知・名古屋大会の概要

アジア中の人々が愛知・名古屋に!

45の国と地域ちいきが参加さんか

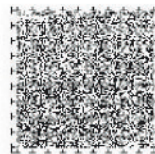
選手・チーム役員せんしゆ 3,600人から4,000人

たぐさんの競技が行われるよ!

じっし きょうぎ  
実施競技 18 競技きょうぎ

アジাপラ競技大会の歴史を  
学びに行こう!

杭州2022アジアパラ競技大会開会式の様子



音声コード Uni-Voice

# これまでのアジアパラ競技大会きょうぎ

第1回

2010年



こうしゅう  
中国：広州

さんか  
参加国：41

第2回

2014年

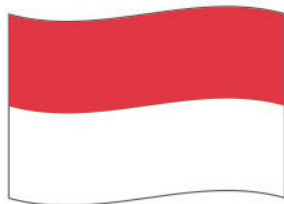


かんこく いんちよん  
韓国：仁川

さんか  
参加国：41

第3回

2018年



インドネシア：ジャカルタ

さんか  
参加国：43

第4回

2023年



こうしゅう  
中国：杭州

さんか  
参加国：44

セラマツシアン!  
Selamat siang.

さんか  
だんだん参加国が  
かいさい  
増えているね! 開催期間中は  
アジアから多くの方が日本に来るよ



2010年第1回広州大会開会式の様子

 インドネシア

たのうてき みんなのいしゅう  
代表的な民族衣装/ケバヤ

## 過去のアジアパラ競技大会で実施された競技

### バレーボール (座位)



©フォート・キシモト

常にお尻を床につけた状態でプレーするバレーボールだよ。座った状態でもスパイクが打てるようネットは低く、コートも6人制バレーボールより小さいんだ。肢体不自由の選手が活躍しているよ。

### ゴールボール



©フォート・キシモト

3人1チームで、鈴の入ったボールを互いに投げ合い、得点を狙うスポーツだよ。選手はボールの音や他の選手の足音などを頼りにプレーするから、試合中は声を出さずに応援してね。視覚障害のある選手が活躍しているよ。

### 卓球

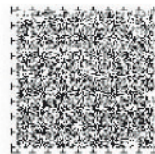


©フォート・キシモト

基本的に健常者と同じルール、同じ用具でプレーするけど、障害の種類や程度に応じてルールが工夫されているよ。肢体不自由の選手や知的障害のある選手など、様々な選手が活躍しているんだ。

障害があってもスポーツを楽しめるように、  
いろいろな工夫がされているね!

まち街にどんな工夫があるか  
見てみよう!



音声コード Uni-Voice

# 実は私たちの街も、誰もが暮らしやすいように いろいろな工夫がされているんだ!



## 点字ブロック

視覚障害のある人が足の裏などで確認しながら歩けるように、歩道に点字ブロックをつけているよ。



## バリアフリートイレ

障害のある人や介助が必要な人などが使いやすいトイレが増えているよ。



## 音の出る信号機

視覚障害のある人に、横断歩道の信号が青になったことを音で知らせる信号があるよ。

他にはどんな工夫がされているかな？  
実際に自分たちの街を歩いて探してみよう!







# きょうぎ パラ競技は、 どこでやるのかな？



メイン会場  
みずほ びくじょう きょうぎじょう  
名古屋市瑞穂公園陸上競技場

大会期間  
2026年  
10月18日(日)~24日(土)

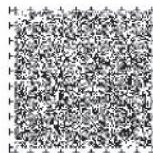
こくさいてんじじょう  
名古屋市国際展示場  
「ポートメッセなごや」  
(メインメディアセンター)

中部国際空港  
(セントレア)

● きょうぎ  
は競技会場

きょうぎ  
競技会場マップ

5 6 静岡県(伊豆市)



音声コード Uni-Voice

きょうぎ  
どんな競技をどこでやるのか、  
次のページを見てみよう。



# たくさんの会場で開催されるよ



## じっしきょうざ 実施競技・会場一覧表

<b>アーチェリー</b> ① 岡崎中央総合公園多目的広場他	<b>ブラインドフットボール</b> ⑦ 名古屋市鶴舞公園多目的グラウンド〔テラスボ鶴舞〕	<b>卓球</b> ⑮ スカイホール豊田
<b>陸上競技</b> ☆ 名古屋市瑞穂公園陸上競技場	<b>ゴールボール</b> ⑧ 豊橋市総合体育館	<b>テコンドー</b> ⑮ 名古屋市瑞穂公園体育館
<b>バドミントン</b> ⑨ 一宮市総合体育館	<b>柔道</b> ⑨ 愛知県武道館	<b>車いすバスケットボール</b> ⑮ 愛知県新体育館〔愛知国際アリーナ〕
<b>ボッチャ</b> ④ 名古屋市総合体育館〔レインボーホール〕	<b>パワーリフティング</b> ⑩ 名古屋市中小企業振興会館	<b>車いすフェンシング</b> ⑮ 名古屋市稲永スポーツセンター
<b>自転車競技</b> トラックレース ⑤ 伊豆ベロドローム ロードレース ⑥ 日本サイクルスポーツセンターサーキット	<b>射撃</b> ⑭ 愛知県総合射撃場	<b>車いすラグビー</b> ⑮ ウィングアリーナ刈谷
	<b>バレーボール(座位)</b> ⑮ 岡崎中央総合公園総合体育館	<b>車いすテニス</b> ⑮ 名古屋市東山公園テニスセンター
	<b>水泳</b> ⑮ 名古屋市総合体育館〔レインボープール〕	

※ 競技会場は変更の可能性があります。

# 2023年に開催された杭州のアジア競技大会と アジアパラ競技大会で日本人選手が活躍したよ!

## アジア競技大会



## アジアパラ競技大会



杭州大会の閉会式で愛知・名古屋に大会旗などが引き継がれたよ!

## アジア競技大会

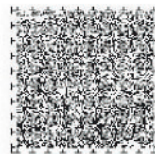
- ・OCA旗
- ・第一回大会OCA旗
- ・第一回大会聖火トーチ

## アジアパラ競技大会

- ・APC旗



2023年11月3日開催  
フラッグアースタートイベントの様子



音声コード Uni-Voice

# 2026年の愛知・名古屋は どんな街まちになっているかな？



## 2026年に向けて 愛知・名古屋が目指すこと

2026年には、新しい技術ぎじゅつや文化が生まれたり、  
世界の人々との新しいつながり方ができたりして、  
今とは大きく変わっているかもしれないね。  
アジア競技大会きょうぎ・アジアパラ競技大会きょうぎが開催かいさいされる  
ときには、どんな街まちになっているのか楽しみだね。

# 2026年の街の姿



アジア競技大会・アジアパラ競技大会を通して、  
愛知・名古屋がこのような街になることを目指しているよ。

## ボランティアで 支え合う街に!

スポーツ大会などを  
きっかけに、いろいろな  
ボランティアに取り組む人  
が増えているよ。



## 世界に羽ばたく人が 育つ街に!

国際的に活躍している  
人がたくさんいるよ。



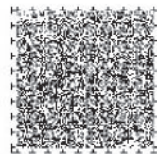
## 世界とつながり 合う街に!

アジア競技大会・アジア  
パラ競技大会をきっかけ  
として、世界各国の人々  
と交流しているよ。



## みんなが暮らし やすい街に!

すべての人々がお互い  
を認め合い、誰もが安全・  
安心・快適に暮らせる街  
になっているよ。



# 2030年に向けて、世界中で取り組む目標!

アジア競技大会  
アジアパラ競技大会  
を通じた

## SDGsへの貢献を目指して!

SDGs(エスディーゼーズ)は、世界の人々の暮らしや地球の環境をよりよいものにするための、様々な問題解決に向けた、世界共通の目標だよ。  
アジア競技大会・アジアパラ競技大会でもSDGsへの貢献を目指していくよ。

### SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

2030年までに17のゴールを達成するために、世界中が一丸となって取り組んでいるんだ。



＼未来のために今から始めよう！／

# ア ジ ア ア ク シ ョ ン ASIA ACTION

2026年のアジア競技大会・アジアパラ競技大会に向けて、今からできることを始めよう！  
みんなの行動が、よりよい大会へとつながっていくんだよ。



あいさつをしよう！



まち  
街をきれいにしよう！



スポーツを楽しもう！



こま  
困っている人の



外国の文化を知ろう！

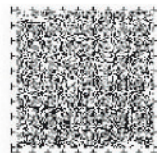
お手伝いをしよう！



そんちよう  
相手を尊重しよう！



さあ、みんなで  
やっていこう！





アジアの国々をひとつにする  
**第5回 アジアパラ競技大会**  
**(2026/愛知・名古屋)**

大会期間 **2026年10月18日(日)~10月24日(土)**

音声コード Uni-Voice



[発行] 愛知県スポーツ局アジア・アジアパラ競技大会推進課  
名古屋市総務局総合調整部アジア・アジアパラ競技大会推進室

TEL.052-954-6729 FAX.052-951-1006  
TEL.052-972-2231 FAX.052-972-4205



2024年1月発行