



20th Asian Games  
**Aichi-Nagoya 2026**  
HOST CITY



きょうぎ  
アジア競技大会のこと、  
アジアの国に学びに行こう!



2018年ジャカルタ・パレンバン大会  
陸上 男子4×100mリレーで金メダルを獲得  
ケンブリッジ飛鳥選手、桐生祥秀選手、  
多田修平選手、山縣亮太選手  
[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。

きょうぎ  
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<sup>まち</sup>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!

ともだち  
アジア中のお友達と、ひとつになろう。

きょうぎ  
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  
こ  
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  
そうぞう  
想像することで、絆<sup>きずな</sup>が深まり未来<sup>みらい</sup>へ向かって進んで行けるんだね。

きょうぎ  
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

ちいき  
45の国と地域が参加

せんしゅ  
選手・チーム役員  
さいだい  
最大15,000人



れきし  
まずは、歴史を  
学びに行こう!



# 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

だいはうてき みんぞくいしやう  
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か国しか参加してなかったけど、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

色んな国で  
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。もちろん大成功を収めて、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！

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

セラムATTシアン!  
Selamat siang.

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。前回のジャカルタ・パレンバン大会では40競技が行われたよ。愛知・名古屋2026大会も約40競技を予定しているみたい。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

東京2020オリンピック  
競技大会

約40競技

33競技

インドネシア

代表的な民族衣装 / ケバヤ



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



「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。とてんできる。



インド

代表的な民族衣装 / サリ

武術太極拳



中国で盛んな競技。相手と格闘して勝負を決めるものと一定の動作の形を採点するものがある。



中国

代表的な民族衣装 / 漢服

セパタクロー



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

代表的な民族衣装 / シワライ

色々あるね!



次は、アジア各国の生活をのぞいてみよう!

6



ちょっと  
ひと息

# 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 韓国 ホットク



ざいりよう まい  
<材料>4枚分  
こむまこ はりきこ  
小麦粉(薄力粉)・・・100g 塩・・・小さじ1  
しらたまこ ふくろ  
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



かんこく  
韓国  
代表的な民族衣装/チマチョゴリ

- 白玉粉は袋に入れて麺棒などでつぶして粉状に。あんこ以外をボールに入れて混ぜる
- 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 バナナの春巻き



ざいりよう まい  
<材料>4枚分  
バナナ・・・2本  
黒砂糖・・・小さじ4  
春巻きの皮・・・4枚  
小麦粉・・・適量  
水・・・適量



フィリピン  
代表的な民族衣装/バロンタガログ

- バナナは縦半分、横半分に切って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



# お気に入りの競技はどこでやるのかな？



ぎょうぎ

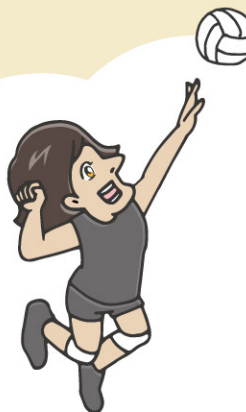
## 実施競技・会場一覧表

今後、実施競技は追加されていく予定です。

|                                                          |                                                  |                                                                  |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 水泳<br>競泳／飛込<br>① 名古屋市総合体育館〔レインボープール〕                     | マラソン<br>★ 瑞穂公園陸上競技場（都心コース）<br>⑥ 愛知県庁・名古屋市役所周辺コース | カヌー・カヤック<br>スプリント<br>⑩ 長良川国際レガッタコース<br>スラローム<br>⑪ 矢作川カヌースラロームコース |
| アーティスティックスイミング<br>② ふるはひろのしんきねん はままつしろうこ 古橋廣之進記念浜松市総合水泳場 | バドミントン<br>⑦ 一宮市総合体育館                             | 自転車競技<br>トラックレース<br>⑫ 伊豆ベロドローム                                   |
| 水球<br>③ 春日井市温水プール                                        | バスケットボール<br>5×5<br>⑧ ウイングアリーナ刈谷                  | ロードレース<br>⑬ 新城市内発着コース                                            |
| マラソンスイミング<br>－これから決めるよ                                   | －これから決めるよ                                        | マウンテンバイク<br>⑭ 小幡緑地                                               |
| アーチェリー<br>④ 岡崎中央総合公園多目的広場他                               | 3×3<br>－これから決めるよ                                 | BMXレース<br>－これから決めるよ                                              |
| 陸上競技<br>⑤ 瑞穂公園陸上競技場                                      | ボクシング<br>⑨ 西尾市総合体育館                              | BMXフリースタイル<br>－これから決めるよ                                          |
| トラック／フィールド<br>★ 瑞穂公園陸上競技場                                |                                                  |                                                                  |

|                          |                                            |                              |                                                           |
|--------------------------|--------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 馬術<br>⑮ 愛知県森林公園          | ハンドボール<br>②④ 春日井市総合体育館<br>②⑤ 名古屋市民スポーツセンター | ボート<br>⑩ 長良川国際レガッタコース        | テニス<br>⑪ 東山公園テニスセンター                                      |
| フェンシング<br>⑬ 愛知県国際展示場     | ホッケー<br>②④ 岐阜県グリーンスタジアム                    | ラグビー<br>②⑤ 瑞穂公園ラグビー場         | トライアスロン<br>－これから決めるよ                                      |
| サッカー<br>⑬ 豊田スタジアム        | 柔道<br>②⑤ 愛知県新体育館                           | セーリング<br>⑦ 海陽ヨットハーバー         | バレーボール<br>バレーボール<br>②⑤ 岡崎中央総合公園総合体育館<br>②⑤ 小牧市スポーツ公園総合体育館 |
| ⑬ 名古屋港サッカー場              | 近代五種<br>②⑤ 愛知県森林公園                         | 射撃<br>②⑤ スカイホール豊田            | ビーチバレーボール<br>②⑤ 碧南緑地ビーチコート                                |
| ⑬ ウェーブスタジアム刈谷            | レーザラン／馬術<br>②⑤ 愛知県森林公園                     | ピストル／ライフル／クレ－<br>②⑤ 愛知県総合射撃場 | ウエイトリフティング<br>②⑤ 名古屋市中企業振興会館                              |
| ゴルフ<br>②⑤ 愛知カンツリ倶楽部東山コース | フェンシング<br>②⑤ 春日井市総合体育館                     | 卓球<br>②⑤ スカイホール豊田            | レスリング<br>②⑤ 愛知県新体育館                                       |
| ②⑤ 愛知カンツリ倶楽部東山コース        | 水泳<br>②⑤ 春日井市温水プール                         | テコンドー<br>②⑤ 豊橋市総合体育館         |                                                           |
| ②⑤ 愛知カンツリ倶楽部東山コース        |                                            |                              |                                                           |

※今後、競技会場は変更・追加の可能性があります。



## 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」の紫と「名古屋城」の「しゃちほこ」の金、そして環境への想いを表す緑で作られているんだ。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



# 2026年の愛知・名古屋は どんな街に 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。  
愛知・名古屋2026大会が開催されるときには、  
どんな街になっているのか楽しみだね。

## 2026年の街の姿



愛知・名古屋2026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、色々なボラン  
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！

愛知・名古屋2026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、誰もが安心・  
安全・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! ／



# SDGsへの貢献を目指して!

SDGs(エスディー・ジーズ)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。  
愛知・名古屋2026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! ／

# ASIA ACTION

2026年の愛知・名古屋大会に向けて、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!
- ✓ スポーツを楽しもう!
- ✓ 外国の文化を知ろう!
- ✓ 相手を尊重しよう!
- ✓ 街をきれいにしよう!
- ✓ 困っている人のお手伝いをしよう!



さあ、みんなで  
やっていこう!





**IMAGINE ONE ASIA**  
ここで、ひとつに。

大会期間

**2026年9月19日(土)～10月4日(日)**

[発行]

愛知県スポーツ局アジア競技大会推進課 TEL.052-954-6845 FAX.052-951-1006  
名古屋市総務局総合調整部アジア競技大会推進室 TEL.052-972-2231 FAX.052-972-4205

第20回アジア競技大会



<https://www.aichi-nagoya2026.org/>

PRムービーは  
＼こちらから／

