

日	月	火	水	木	金	土
◆表記内容◆ 開始時間 / 所要時間 / イベント名 / 囲: 要申込 / (¥): 有料 ◆凡例◆ 色字: にしとも広場の主催イベント 黒字: 登録団体の自主事業			1 休館日	2 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 囲 (¥) 14:00 [1h] 楽しく体づくり ひざ痛予防 囲 (¥)	3 10:00 [1h] 子育て万歳サロン 13:00 [2h] げんき絵手紙 サロン 囲 (¥)	4 10:00 [1h] 心と身体を調える 「気功体操」 囲 (¥) 13:00 [2h] にしともケア美容 の会 囲 (¥)
5 13:00 [2h] はじめての 水墨画 囲 (¥)	6	7 16:00 [1h] にしとも一む	8 休館日	9 13:00 [2h] ヒンメリワーク ショップ 囲 (¥) 15:00 [2h] こどもクラフト部 囲 (¥)	10	11
12	13 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 (¥) 14:00 [2h] まちかどピク チャーズ上映会 囲	14 14:30 [1h] にしとも スマホ相談会 16:00 [1h] にしとも一む	15 休館日	16 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 囲 (¥)	17	18 13:00 [3h] わたぼうしカフェ (¥)
19 10:00 [1.5h] アロマテラピー・ メディカルハーブ教室 13:30 [2h] にしともみんなのゼミ 囲 (¥)	20 10:00 [2h] 俳句勉強会 13:00 [2h] 親カフェ 囲 (¥)	21 10:00 [2h] みかたカフェ 16:00 [1h] にしとも一む	22 休館日	23 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 囲 (¥) 15:00 [2h] こどもクラフト部 囲 (¥)	24 10:00 [1h] 心と身体を調える 「気功体操」 囲 (¥) 15:15 [1h] シニア向け体操教室 囲 (¥)	25 12:45 [1.5h] カメラ教室1部 (¥) 13:30 [1.5h] カメラ教室2部 (¥)
26 14:00 [1.5h] スマホ・パソコン 相談会	27	28 16:00 [1h] にしとも一む	29 休館日	30	31	

にしとも広場主催イベント

共通申込
フォーム


10月3日(金) 10:00~11:30 ※受付終了

図書館まるごと体験ツアー

共催: 中央図書館

10月13日(月・祝) 14:00~16:00 ※申込受付中

「まちかどピクチャーズ」上映会

10月19日(日) 13:30~15:30 ※申込締切10/11

にしともみんなのゼミ

テーマ「普段使いのスカーフ アレンジ術」

11月23日(日) 13:30~15:30 ※申込先着順

にしともみんなのゼミ

テーマ「わたしへの手紙を書いてみようPart2」

11月29日(土) 13:00~15:00 ※申込締切11/15

水墨画で描く干支カレンダー

講師: 吉田 紅峯 (西区街の名人・達人登録)

毎週火曜日 16:00~17:00

にしとも一む

日本語が苦手なお子さんのボランティア学習支援

★にしともTOPIC 1★

今年も「にしとも広場アート展」開催!

「西区街の名人・達人」の皆さんの素敵な
 作品を11月1日~30日まで展示します。
 作品を見てアンケートにご回答いただくと、
 プレゼントを差し上げます!
 皆様のご来館お待ちしております。


★にしともTOPIC 2★

西区民まつりinにしとも広場

11月2日(日)は西区民まつりです!
 にしとも広場で皆さんをお待ちしています!

- おやこ休憩室 (小さなお子さんが親子
 で楽しめるコーナー有り。飲食可能です)
- スタンプラリー (スタンプを集めて景品
 をもらおう!)


開館時間 9:00~17:00 (毎週水曜日・年末年始休館)
 土・日・祝日も開いています!

住所 横浜市西区中央1-5-10 西区役所1階

電話・Fax 045-620-6624

Eメール ni-shiencenter@star.ocn.ne.jp

ホームページ https://nishitomo-city-yokohama.jp/



にしと市民活動支援センター

にしとも広場



日	月	火	水	木	金	土
◆表記内容◆ 開始時間 / 所要時間 / イベント名 / 囲：要申込 / (¥)：有料 ◆凡例◆ 色字：にしくとも広場の主催イベント 黒字：登録団体の自主事業						
2 10:00 [5h] 西区民まつり in にしくとも広場	3 にしくとも広場 アート展	4 16:00 [1h] にしくとも一む	5 休館日	6 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 囲 (¥) 14:00 [1h] 楽しく体づくり ひざ痛予防 囲 (¥)	7 10:00 [1h] 子育て万歳サロン 13:00 [2h] げんき絵手紙サロン 囲 (¥)	8 13:00 [3h] わたぼうしカフェ 囲 (¥)
9 10:00 [2h] にしくとも ケア美容の会 囲 (¥) 13:00 [2h] はじめての水墨画 囲 (¥)	10 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 (¥)	11 10:00 [2h] みかたカフェ 14:30 [1h] にしくともスマホ 相談会 16:00 [1h] にしくとも一む	12 休館日	13 13:00 [2h] ヒンメリワーク ショップ 囲 (¥) 15:00 [2h] こどもクラフト部 囲 (¥)	14 15:15 [1h] シニア向け体操教室 囲 (¥)	15 臨時休館日 (設備点検のため)
16	17 13:00 [2h] 親力カフェ 囲 (¥)	18 16:00 [1h] にしくとも一む	19 休館日	20 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 囲 (¥)	21	22 12:45 [1.5h] カメラ教室1部 (¥) 13:30 [1.5h] カメラ教室2部 (¥)
23 13:30 [2h] にしくともみんなのゼミ 囲	24 13:00 [3h] ひだまり相談 にしくとも広場 アート展	25 16:00 [1h] にしくとも一む	26 休館日	27 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 囲 (¥) 15:00 [2h] こどもクラフト部 囲 (¥)	28 10:00 心と身体を調える 「気功体操」 囲 (¥)	29 13:00 水墨画で描く 干支カレンダー 囲 (¥)
30 10:00 [1.5h] アロマテラピー・囲 (¥) メディカルハーブ教室	展示：にしくとも広場アート展 (11/1～11/30)					

登録団体の10月・11月 自主企画情報

注) 開催日が変更になる場合があります。
詳細、申込みはにしくとも広場へお問い合わせください。

イベント名	囲：要申込 (¥)：有料
主催者名 開催内容	

<サロン・カフェ・相談>

サロンおしゃべり場 (¥)
西区「ちょボラ」
第2月曜 どなたでも参加OK
飲み物代100円

にしくともスマホ相談会
スマホサポーターWEST
第2火曜 ボランティアに相談
フリーWi-Fi完備 申込不要

親力カフェ (¥)
こどものカフェ
第3月曜 参加費200円

ひだまり相談 (¥)
あけぼの会
第4月曜 当事者による介護相談

わたぼうしカフェ (¥)
あけぼの会
第3土曜 お茶代100円
認知症の方もご家族も一緒に

<サロン・カフェ・相談>

小学校不登校児の
お母さんたちの憩いの場
みかたカフェ
10/21、11/11 初回無料

スマホ・パソコン相談会
にしくともPC教室
10/26 スマホ・パソコン持参

にしくとも ケア美容の会 (甲) (¥)
佐々木もえこ
10/4、11/9 参加費 500円

<子ども>

こどもクラフト部 (甲) (¥)
クラフトグループトレマーニ
第2・4木曜
参加費500円 (初回無料)
小学生以上 手芸・工作教室

子育て万歳サロン
子育て万歳サロン
第1金曜日 出入り自由
乳幼児とその保護者

<文化・芸術>

はじめての水墨画 (甲) (¥)
吉田紅峯
第2日曜 参加費600円 教材費別

げんき絵手紙サロン (甲) (¥)
川口整
第1金曜 材料費800円 初回無料

カメラ教室 (¥)
フォト ラボ・ルーチェ
第4土曜 参加費各500円
1部(基礎講座) 2部(シチュエーション別)
(1部2部通して参加の方800円)
お持ちのカメラ・スマホ持参

<アート・クラフト>

ヒンメリワークショップ (甲) (¥)
田中碧
第2木曜 材料費実費
北欧の伝統飾りづくり

**基礎から学べる
折り紙教室 (甲) (¥)**
芹澤洋子
第3木曜 材料費500円 初回無料

<美容・健康>

シニア向け体操教室 (甲) (¥)
健康寿命を延ばしたい人の体操教室
10/24、11/14 参加費500円
理学療法士が体操指導

**アロマテラピー・メディカル
ハーブ教室 (甲) (¥)**
Tree house
不定期日曜 材料費1,500円程度

からだをほぐすヨガ (甲) (¥)
からだをほぐすヨガ教室
第1・4木曜 参加費500円
要ヨガマットか大判バスタオル

楽しく体づくり! ひざ痛予防 (甲) (¥)
嶋本和子
第1木曜 参加費500円
玄米ダンベルを使って筋力UP

心と身体を調える「気功体操」 (甲) (¥)
池上智子
第1土曜・第4金曜
参加費500円