

にしても広場

2026年
1月

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 : にしても広場の主催事業 黒字 : 登録団体の自主事業					
4	5	6 16:00 [1h] にしともるーむ	7 休館日	1 休館日	2 休館日	3 休館日
11 10:00 [1.5h] アロマテラピー・ メディカルハーブ教室 13:00 [2h] はじめての水墨画 围(¥)	12 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 13:00 [2h] 围(¥)	13 10:00 [2h] みかたカフェ(¥) 14:30 [1h] にしともスマート相談会 16:00 [1h] にしともるーむ	14 休館日	8 13:00 [2h] ヒンメリワーク ショップ 围(¥) 15:00 [2h] こどもクラフト部 围(¥)	9 10:00 [1h] 子育て万歳サロン 15:15 [1h] シニア向け 体操教室 围(¥)	10
18 13:30 [2h] にここに出前寄席(¥)	19	20 16:00 [1h] にしともるーむ	21 休館日	15 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 围(¥)	16	17 10:00 [2h] にしともみんなの ゼミ 13:00 [3h] わたぼうしカフェ(¥)
25 15:00 [1.5h] スマートパソコン 相談会	26 13:00 [3h] ひだまり相談	27 13:00 [2h] 救命救急講座 围 16:00 [1h] にしともるーむ	28 休館日	22 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 15:00 [2h] こどもクラフト部 围(¥)	23 10:00 [1h] 心と身体を調える 「気功体操」 围(¥)	24 12:45 [1.5h] カメラ教室1部(¥) 13:30 [1.5h] カメラ教室2部(¥)
				29 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 围(¥)	30 13:00 [2h] げんき絵手紙サロン 围(¥)	31 10:00 [1.5h] 断捨離®入門講座 14:00 [2.5h] 地域活動入門講座 围

にしても広場主催イベント

1月17日(日) 10:00~12:00 ※申込受付中
にしともみんなのゼミ

テーマ「2026年 MY PLANをたてて充実した1年を」

1月27日(火) 13:00~15:00 ※申込締切1/13
いざという時役立つ 救急救命講師：一般財団法人エマージェンシー・メディカル・レスポンダー財団
代表理事 河波 弘晃氏1月31日(土) 14:00~16:30 ※申込締切1/25
地域活動入門講座①自分らしい第三の居場所づくり
講師：神奈川大学人間科学部教授 斎藤ゆか氏2月11日(水・祝) 12:00~16:30
②活動見学バスツアー

毎週火曜日 16:00~17:00

にしともるーむ

日本語が苦手なお子さんのボランティア学習支援

共通申込
フォーム
↓

注) 開催日が変更になる場合があります。

詳細・申込みは、にしとも広場へお問い合わせください。

2026
年★にしともTOPIC★
西区今昔かるた大会開催!あなたも今日から
西区「今昔かるた」マスター

1月17日(日) ※申込締切1/8(定員に満たない場合延長有)

10:30~12:00 小学生の部

めざせ! 西区今昔かるたマスター (個人戦 かるた体験会)

14:00~15:30 札語りの部 (どなたでも)

かるたでつなぐ西区物語
絵札をみて語り合います

会場:西前小学校コミュニティハウス



申込みフォーム

主催:「西区今昔かるた」伝道師
共催:にしく市民活動支援センター
“にしとも広場”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

ホムペジ https://nishitomo-city-yokohama.jp/

にしく市民活動支援センター
にしとも広場

ホームページ

にしとも広場

2026年
2月速報版

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						
1 14:00 [2h] 親力フェ スペシャル 囲 (¥)	2	3 10:00 [1.5h] 英語でストレッチヨガ 国 (¥) 16:00 [1h] にしともるーむ	4 休館日	5 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 (¥)	6 10:00 [1h] 子育て万歳サロン 13:00 [2h] げんき絵手紙サロン 国 (¥)	7 10:00 [1.5h] 心と身体を調える 「気功体操」国 (¥)
8 13:00 [2h] はじめての水墨画 国 (¥)	9 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 (¥)	10 10:00 [1.5h] 英語でストレッチヨガ 国 (¥) 14:30 [1h] にしともスマホ相談会 16:00 [1h] にしともるーむ	11 休館日 主催事業 バス ツアー	12 13:00 [2h] ヒンメリワーク ショップ 国 (¥)	13	14 13:30 [1.5h] スマホ・パソコン 相談会
15	16 13:00 [2h] 親力フェ 囲 (¥)	17 10:00 [2h] みかたカフェ (¥) 16:00 [1h] にしともるーむ	18 休館日	19 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 国 (¥)	20	21 13:00 [3h] わたぼうしカフェ (¥)
22	23 13:00 [3h] ひだまり相談	24 16:00 [1h] にしともるーむ	25 休館日	26 10:00 [1.5h] からだをほぐす ヨガ 国 (¥) 15:15 [1h] シニア向け体操教室 国 (¥)	27 10:00 [1h] 心と身体を調える 「気功体操」国 (¥) 15:15 [1h] シニア向け体操教室 国 (¥)	28 12:45 [1.5h] カメラ教室1部 (¥) 13:30 [1.5h] カメラ教室2部 (¥)

登録団体の1月・2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、申込みはにしとも広場へお問い合わせください。

イベント名 主催者名 開催内容	申 : 要申込 (¥) : 有料
-----------------------	---------------------

<美容・健康>

からだをほぐすヨガ 申 (¥)

からだをほぐすヨガ教室
第1・4木曜 (1月は第4・5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 申 (¥)

嶋本和子
第1木曜 (1月はお休み)
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」申 (¥)

池上智子
第1土曜・第4金曜
(1/3日はお休み) 参加費500円

シニア向け体操教室 申 (¥)

健康寿命を延ばしたい人の体操教室
1/9、2/27 参加費500円
理学療法士が体操指導

<美容・健康>

アロマテラピー・メディカル
ハーブ教室 申 (¥)

Tree house
不定期日曜 材料費1,500円程度

断捨離®入門講座 申 (¥)

横浜みなとみらい断捨離会
1/31 参加費500円
(テキスト代込2回目以降300円)

英語でストレッチヨガ 申 (¥)

Yuki
2/3、2/10 参加費500円
動きやすい服装、マット(あれば)

<子ども>

こどもクラフト部 申 (¥)

クラフトグループトレーニー
第2・4木曜 (2月はお休み)
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 (1月は第2金曜)
出入り自由 乳幼児とその保護者

<サロン・カフェ・相談>

サロンおしゃべり場 申 (¥)

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

親力フェ (学校にいきづらい子の

保護者の集い) 申 (¥)
こどものカフェ
第3月曜 参加費200円

親力フェスペシャル 申 (¥)

2/1 阿部先生を迎えて 300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 申 (¥)

あけぼの会
第3土曜 お茶代100円
認知症の方もご家族もご一緒に

小学校不登校児の

お母さんたちの憩いの場 申 (¥)
みかたカフェ
1/13、2/17 初回無料

スマホ・パソコン相談会

にしごとPC教室
1/25、2/14 スマホ・パソコン持参

<文化・芸術>

はじめての水墨画 申 (¥)

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 申 (¥)

川口整
第1金曜 (1月は第5金曜)
材料費800円 初回無料

カメラ教室 申 (¥)

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(ショーケーション別)
(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

にこにこ出前寄席 申 (¥)

桂歌助の弟子の会(アマチュア)
1/18 木戸銭 200円

<アート・クラフト>

ヒンメリワークショップ 申 (¥)

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 申 (¥)
芹澤洋子
第3木曜 材料費500円 初回無料