



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事業 黒字 : 登録団体の自主事業		1 休館日 	2 休館日	3 休館日
4	5	6 16:00 1h にしとも一む	7 休館日	8 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 (¥)	9 10:00 1h 子育て万歳サロン 15:15 1h シニア向け 体操教室 囲 (¥)	10
11 10:00 1.5h アロマテラピー・ メディカルハーブ教室 囲 (¥) 13:00 2h はじめての水墨画 囲 (¥)	12 10:00 2h サロン おしゃべり場 (¥)	13 10:00 2h みかたカフェ (¥) 14:30 1h にしともスマホ 相談会 16:00 1h にしとも一む	14 休館日	15 10:00 2h 基礎から学べる 折り紙教室 囲 (¥)	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 (¥)
18 13:30 2h にこにこ出前寄席 (¥)	19	20 16:00 1h にしとも一む	21 休館日	22 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 (¥)	23 10:00 1h 心と身体を調える 「気功体操」 囲 (¥)	24 12:45 1.5h カメラ教室1部 (¥) 13:30 1.5h カメラ教室2部 (¥)
25 15:00 1.5h スマホ・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 囲 16:00 1h にしとも一む	28 休館日	29 10:00 1.5h からだをほぐすヨガ 囲 (¥)	30 13:00 2h げんき絵手紙サロン 囲 (¥)	31 10:00 1.5h 断捨離®入門講座 囲 (¥) 14:00 2.5h 地域活動入門講座 囲

## にしと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nder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 齊藤ゆか氏

2月11日(水・祝) 12:00~16:30

②活動見学バスツアー

共通申込  
フォーム  
↓



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

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)

かるたでつながる西区物語

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



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”

申込みフォーム

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/



にしく市民活動支援センター  
にしとも広場



ホームページ

管理運営: 認定NPO法人市民セクターよこはま



日	月	火	水	木	金	土
<p>◆表記内容◆ 開始時間 / 所要時間 / イベント名 / 囲：要申込 / (¥)：有料</p>						
<p>◆凡例◆ 色字：にしとも広場の主催事業 黒字：登録団体の自主事業</p>						
<p><b>1</b> 14:00 [2h] 親カフェ スペシャル 囲 (¥)</p>	<p><b>2</b></p>	<p><b>3</b> 10:00 [1.5h] 英語でストレッチヨガ 囲 (¥)  16:00 [1h] にしとも一む</p>	<p><b>4</b> 休館日</p>	<p><b>5</b> 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 (¥)</p>	<p><b>6</b> 10:00 [1h] 子育て万歳サロン  13:00 [2h] げんき絵手紙サロン 囲 (¥)</p>	<p><b>7</b> 10:00 [1.5h] 心と身体を調える 「気功体操」 囲 (¥)</p>
<p><b>8</b> 13:00 [2h] はじめての水墨画 囲 (¥)</p>	<p><b>9</b> 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 (¥)</p>	<p><b>10</b> 10:00 [1.5h] 英語でストレッチヨガ 囲 (¥) 14:30 [1h] にしともスマホ相談会 16:00 [1h] にしとも一む</p>	<p><b>11</b> 休館日 主催事業 バスツアー</p>	<p><b>12</b> 13:00 [2h] ヒンメリワーク ショップ 囲 (¥)</p>	<p><b>13</b></p>	<p><b>14</b> 13:30 [1.5h] スマホ・パソコン 相談</p>
<p><b>15</b></p>	<p><b>16</b> 13:00 [2h] 親カフェ 囲 (¥)</p>	<p><b>17</b> 10:00 [2h] みかたカフェ (¥) 16:00 [1h] にしとも一む</p>	<p><b>18</b> 休館日</p>	<p><b>19</b> 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 囲 (¥)</p>	<p><b>20</b></p>	<p><b>21</b> 13:00 [3h] わたぼうしカフェ (¥)</p>
<p><b>22</b></p>	<p><b>23</b> 13:00 [3h] ひだまり相談</p>	<p><b>24</b> 16:00 [1h] にしとも一む</p>	<p><b>25</b> 休館日</p>	<p><b>26</b> 10:00 [1.5h] からだをほぐす ヨガ 囲 (¥)</p>	<p><b>27</b> 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 (¥)</p>	<p><b>28</b> 12:45 [1.5h] カメラ教室1部 (¥) 13:30 [1.5h] カメラ教室2部 (¥)</p>

登録団体の1月・2月  
自主企画情報

イベント名

主催者名  
開催内容

申：要申込

(¥)：有料

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。

<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 (¥)

クラフトグループレマーニ  
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 (¥)

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

親カフェ (学校にいづら子

保護者の集い) (¥)

こどものカフェ

第3月曜 参加費200円

親カフェスペシャル 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 (¥)

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

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  
1/13、2/17 初回無料

スマホ・パソコン相談会

にしとぎ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 (¥)

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

にこにこ出前寄席 (¥)

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