にしく市民活動支援センター

イベントカレンダー にしとも広場

2026年 8月版

◆表記内容◆ 開始時間 / 所要時間 / イベント名 / 申：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

日	月	火	水	木	金	土
						1 10:00 1h 申 ¥ 心と身体を調える「気功体操」 13:30 1h ¥ 座ってできるリンパストレッチ
2 10:00 1.5h 申 ¥ **DNA抽出体験講座**	**3** 14:00 1h おくすり博士になろう！	**4** 16:00 1h **にしともるーむ**	**5** **休館日**	**6** 10:00 1.5h 申 ¥ からだをほぐすヨガ 14:00 1h 申 ¥ 楽しく体づくり ひざ痛予防	**7** 10:00 1h 子育て万歳サロン 13:00 2h 申 ¥ げんき絵手紙サロン	**8**
9 13:30 2h 申 **にしともみんなのゼミ**	**10** 10:00 2h ¥ サロン おしゃべり場	**11** 14:30 1h にしともスマホ相談会 16:00 1h **にしともるーむ**	**12** **休館日**	**13** 13:00 2h 申 ¥ ヒンメリ ワークショップ	**14**	**15** 13:00 3h ¥ わたぼうしカフェ
16 10:00 2h 申 ¥ **ころがれ、進め、ジェットコースター！** 10:00 1.5h 申 ¥ アロマテラピー・メディカルハーブ教室 13:00 2h 申 ¥ はじめての水墨画	**17** 13:00 2h ¥ 親カフェ	**18** 10:00 1.5h 申 ¥ 英語でストレッチヨガ 16:00 1h **にしともるーむ**	**19** **休館日**	**20** 10:00 2h 申 ¥ 基礎から学べる折り紙教室	**21** 10:00 5h 申 子ども映像教室	**22** 12:45 1.5h ¥ カメラ教室1部 13:30 1.5h ¥ カメラ教室2部
23 14:00 1.5h スマホ・パソコン相談会	**24** 13:00 3h ひだまり相談	**25** 16:00 1h **にしともるーむ**	**26** **休館日**	**27** 10:00 1.5h 申 ¥ からだをほぐすヨガ 15:00 2h 申 ¥ こどもクラフト部	**28** 10:00 1h 申 ¥ 心と身体を調える「気功体操」	**29** 10:00 1.5h 申 ¥ 断捨離で身軽に生きる
30 10:00 2h 申 **ひとりじゃない不登校**	**31**	注1）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。 注2）掲載情報は7月9日時点で作成しています。				

にしとも広場主催・共催イベント

共通申込フォーム ↓

8月2日(日) 10:00～11:30 ※受付終了
DNA抽出体験講座

8月9日(日) 13:30～15:30 ※申込締切 8/7
にしともみんなのゼミ はじめての資産運用２

8月16日(日) 10:00～12:00 ※申込締切 8/2
ころがれ、進め、ジェットコースター！

8月30日(日) 10:00～12:00 ※申込締切 8/14
ひとりじゃない不登校

9月5日(土) 13:00～15:00 ※申込締切 8/31
ひとことフランス語
講師：川村 浩一さん（フランス大学元客員教授 / フランシエ代表）

9月6日(日) 10:00～12:00 ※申込締切 8/30
聴く&学ぶ！ 三味線ワークショップ

詳細は★にしともTOPIC★

9月27日(日) 13:30～15:30 ※申込締切 9/19
にしともみんなのゼミ 生活に便利！やさしい生成AI体験
講師：橋高 禎利さん（西区地域づくり大学校修了生）

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

★ にしともTOPIC ★
聴く&学ぶ！ 三味線ワークショップ

三味線（常磐津・端唄）と沖縄三線の魅力を、「西区街の名人・達人」の演奏と解説で気軽に楽しめるワークショップを開催します。

講師：岸澤 満佐志（常磐津） / 嬉気 利誠（端唄）
勝俣 隊長（三線）

参加費無料

9月6日(日) 10:00～12:00
※会場は西前小コミュニティハウス

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
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
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ　https://nishitomo-city-yokohama.jp/

にしく市民活動支援センター

イベントカレンダー　にしとも広場

2026年
9月速報版

日	月	火	水	木	金	土
◆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 ◆表記内容◆ 開始時間 /所要時間 /イベント名 /申：要申込 / ¥：有料		1 10:00 1.5h 申 ¥ 英語でストレッチヨガ 16:00 1h にしともる―む	2 休館日	3 10:00 1.5h 申 ¥ からだをほぐすヨガ 14:00 1h 申 ¥ 楽しく体づくり ひざ痛予防	4 10:00 1h 子育て万歳サロン 13:00 2h 申 ¥ げんき絵手紙サロン	5 10:00 1h 申 ¥ 心と身体を調える 「気功体操」 13:00 2h 申 ひとことフランス語
6	7	8 14:30 1h にしともスマホ相談会 16:00 1h にしともる―む	9 休館日	10 13:00 2h 申 ¥ ヒンメリ ワークショップ 15:00 2h 申 ¥ こどもクラフト部	11	12
13 10:00 1.5h 申 ¥ アロマテラピー・ メディカルハーブ 教室 13:00 2h 申 ¥ はじめての水墨画	14 10:00 2h ¥ サロン おしゃべり場	15 10:00 1.5h 申 ¥ 英語でストレッチヨガ 16:00 1h にしともる―む	16 休館日	17 10:00 2h 申 ¥ 基礎から学べる 折り紙教室	18 10:00 2h ¥ みかたカフェ	19 13:00 3h ¥ わたぼうしカフェ
20	21 13:00 2h ¥ 親カフェ	22 16:00 1h にしともる―む	23 休館日	24 10:00 1.5h 申 ¥ からだをほぐすヨガ	25 10:00 1h 申 ¥ 心と身体を調える 「気功体操」 15:15 1h 申 ¥ シニア向け体操教室	26 10:00 1.5h 申 ¥ 断捨離で身軽に生きる 12:45 1.5h ¥ カメラ教室1部 13:30 1.5h ¥ カメラ教室2部
27 13:30 2h にしともみんなのゼミ	28 13:00 3h ひだまり相談	29 16:00 1h にしともる―む	30 休館日	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。		

登録団体の8月・9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

＜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　飲み物代100円
どなたでも参加OK

親カフェ ¥
(学校にいきづらい子の保護者の集い)
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

にしともスマホ相談会
スマホサポーターWEST
第２火曜　スマホ持参
ボランティアに相談

みかたカフェ (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
第３金曜（８月はお休み）
参加費200円　初回無料

わたぼうしカフェ ¥
あけぼの会
第３土曜　お茶代100円
認知症の方とご家族

スマホ・パソコン相談会
にしすぎPC教室
不定期日曜
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　（８月は第３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
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

＜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　参加費500円
要ヨガマットか大判バスタオル

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
参加費500円

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

英語でストレッチヨガ 申 ¥
Ｙｕｋｉ
8/18、9/1,15　参加費500円
動きやすい服装、マット(あれば)

座ってできるリンパストレッチ ¥
腰痛予防改善スペシャリストMIHO
8/1　参加費500円 飲み物持参
むくみ・だるさもかんたんスッキリ

楽しく体づくり！ ひざ痛予防 申 ¥
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

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
9/25（８月はお休み）
参加費500円
理学療法士が体操指導

断捨離で身軽に生きる 申 ¥
横浜みなとみらい断捨離会
8/29、9/26　参加費500円
(テキスト代込み　2回目以降３００円)
申込先　090-8075-8758　(上田)

＜子ども＞

こどもクラフト部 申 ¥
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
(８月は27日、９月は10日のみ開催)
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
出入り自由　乳幼児とその保護者

おくすり博士になろう！ 申
子育て応援団体おむすび
8/3　小学生向けワークショップ

夏休み！子ども映像教室 申
NPO法人キッズディレクター
8/21　小学生向けワークショップ

＜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