



にしく市民活動支援センター

にしとも広場 “人と活動のつながりづくりを応援する”

にしとも広場mini

10月、11月、12月のイベントや講座をご案内します。

ご興味があるものに、是非ご参加ください。

Vol.20 (2021年9月発行)

にしとも広場アート展

期間: 11月1日(月)～11月26日(金)

にしとも広場では、登録されている皆さまの活動紹介の一環となるよう、「にしとも広場アート展」を開催します。写真や絵画、パッチワーク、折り紙、トールペイントなど様々な作品を展示します。期間中にご来館いただき、アンケートにお答えくださった方には、抽選で素敵なプレゼントを差し上げます。是非お立ち寄りください。



来て・見て・聞いている日 ～西区街の名人・達人～

からだをほぐすヨガ

～ゆったりとした呼吸で気持ちよく心と体を整えましょう～



【講師】ゆきこさん
【日付】10月14日(木)
【時間】10:30-12:00
【対象】成人
【定員】先着10名
【資料代】500円(当日)
【持物】ヨガマット、なければ大判バスタオル

9/11
受付開始
先着

クリスマススワッグをつくろう

～クリスマスイメージの花束、吊るして楽しめます～



【講師】flowerdesign ♪陽Haru
【日付】12月4日(土)
【時間】9:30-10:30
【対象】小学校3年生以上
【材料費】1,500円(当日)
【持物】作品を持ち帰る袋
【定員】抽選で10名

11/21
申込締切
抽選

干支の年賀状～寅～

～初心者でも大丈夫です。水墨画で味のある年賀状を作ってみませんか～



【講師】吉田紅峯さん
【日付】どちらか1回
①11月19日(金)
②12月5日(日)
【時間】どちらも14:00-16:00
【定員】抽選で10名
【材料費】200円
【持物】あれば小筆

11/5
申込締切
抽選

クリスマスリースをつくろう

～自分で作ったリースでクリスマスを迎えませんか～



【講師】flowerdesign ♪陽Haru
【日付】12月4日(土)
【時間】11:00-13:00
【対象】小学校3年生以上
【材料費】①か②どちらか。
①直径25～30cm位2,000円(当日)
②直径20～25cm位1,500円(当日)
【持物】作品を持ち帰る袋
【定員】抽選で10名

11/21
申込締切
抽選

お申込みは各フォームや、電話、メール、窓口で受付ます。抽選の場合は改めて結果をご連絡します。状況により変更または中止となる可能性があります。掲載作品などは当日と同じものではありません。

■にしとも広場で行うイベントなど

★ほかにも、いろんな企画を検討中！決まり次第HP等でお知らせしていきます。

★詳細についてはにしとも広場へお問い合わせください。



(2021.9.1現在)

相談日	毎月 第2月曜	はじめの一步じっくり相談日 何か活動を始めてみたい方	10:00～ 16:00	【主催】にしとも広場 にしとも広場スタッフがお話をおきします。	申込 必要
イベント	11/7(日)	情報誌にしとも広場連動企画 「あの人の話を聞いてみたい！」	13:30～ 15:30	【主催】にしとも広場 【場所】西区役所3階AB会議室	申込 必要
イベント	11/27(土)	精神障がいとリカバリーについて 「人薬なかまのちからで元気になる」	13:30～ 15:30	【共催】生活支援センター西・にしとも広場	申込 必要
講座	12/10(金)	知っておきたいシリーズ 第1回 「傾聴」～こころを聴いてみる～	13:00～ 15:00	【主催】にしとも広場 講師：アーモンドコミュニティネットワーク	申込 必要

「西区街の名人・達人」新規登録のみなさん

地域や、学校・幼稚園のイベントなどにご協力いただけます。コーディネーターはにしとも広場へご相談ください。

墨菱会

書道

誰でもわかりやすく楽しく学べる書道です。
楷書 行書 草書など
基本運筆から学べます。



NPO法人きみたす 二河等

ITヘルプデスク

NPOなどの支援活動や「みんなのヘルプデスク」としてパソコン・スマートフォン・タブレット・ネットワークの使い方などご相談にのります。



flowerdesign ♪陽Haru

フラワーデザイン

はさみを使い、手先を動かして、花と緑の作品を作ること
は、心身の健康にもつながります。自分だけのOnly Oneと一緒に仕上げましょう♪



健康寿命を延ばしたい人の体操教室

理学療法士が教える体操教室

健康寿命を延ばしたい人のために、効果的な体操(ストレッチや筋トレなど)を理学療法士がお伝えします。病気や怪我を予防しましょう。



みんなでつくま女子きなもん広場

好きなもん広場は、西区で暮らす人や働く人がその日のテーマで気軽に話す対話型ひろばです。各回定員10名です。お申込みは二次元コードや窓口でどうぞ！
★赤ちゃんと一緒に参加も大歓迎！
★オンライン(ZOOM)参加の方は前日までに案内メールをお送りします。

想いのある「地」について話そう

10月9日(土)

15:00-16:00

9/11よりお申込み受付

自分の出身地、大好きな地域や想い入れのある「地」など、自由に話しましょう！



子どもとお出かけスポット

11月12日(金)

10:30-11:30

10/11よりお申込み受付

子どもと一緒によく出掛ける場所、楽しかったところなど、気軽に話しましょう！



にしく市民活動支援センター

にしとも広場

管理運営：認定NPO法人市民セクターよこはま

にしとも広場ホームページ
最新情報はここから



〒220-0051 横浜市西区中央1-5-10 西区役所1階
開館時間：9:00～17:00 (土・日曜日にも利用できます！)

※休館日：毎週水曜日・年末年始

TEL/FAX:045-620-6624 Eメール：ni-shiencenter@star.ocn.ne.jp