

日	月	火	水	木	金	土	
◆凡例◆ 色字：にし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 / 囲：要申込 / (¥)：有料		<b>1</b> 16:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> にしも るーむ	<b>2</b> 休館日	<b>3</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1.5h</span> からだをほぐす ヨガ 囲 (¥)	<b>4</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> シニア向け体操教室 囲 (¥) 13:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> げんき絵手紙サロン 囲 (¥)	<b>5</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> 心と身体を整える「気功体操」 囲 (¥)	
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b> 14:30 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> にしも スマホ相談会 16:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> にしも るーむ	<b>9</b> 休館日	<b>10</b> 13:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> ヒンメリワーク ショップ 囲 (¥) 15:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> こどもクラフト部 囲 (¥)	<b>11</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> 子育て万歳サロン	<b>12</b> 14:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> こどもの発達に ついて話をしよう 囲	
<b>13</b> 13:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> はじめての水墨画 囲 (¥)	<b>14</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> サロン おしゃべり場 (¥)	<b>15</b> 16:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> にしも るーむ	<b>16</b> 休館日	<b>17</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> 基礎から学べる 折り紙教室 囲 (¥)	<b>18</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> 「西区今昔かるた」 伝道師養成講座 囲	<b>19</b> 13:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">3h</span> わたぼうし カフェ (¥)	
<b>20</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1.5h</span> アロマテラピー・ メディカルハーブ 教室 囲 (¥)	<b>21</b> 14:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> 親カフェ (¥)	<b>22</b> 16:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> にしも るーむ	<b>23</b> 休館日	<b>24</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1.5h</span> からだをほぐす ヨガ 囲 (¥) 15:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> こどもクラフト部 囲 (¥)	<b>25</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> 心と身体を整える 「気功体操」 囲 (¥)	<b>26</b> 13:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> カメラ教室 (¥)	
<b>27</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1.5h</span> ちゃちゃっと薬膳茶 囲 (¥)	<b>28</b> 10:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2h</span> 俳句勉強会 13:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">3h</span> ひだまり相談	<b>29</b> 16:00 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">1h</span> にしも るーむ	<b>30</b> 休館日	<b>31</b>			

## にしも広場主催イベント

10月12日(土) 14:00~16:00  
子どもの発達について話をしよう 応募締切 10/5

11月1日(金)~30日(土)  
にしも広場「アート展」2024  
にしも広場で西区街の名人・達人に登録されている  
皆さんの作品を展示します。芸術の秋を堪能してください。

11月10日(日) 10:00~15:00  
西区民まつり in にしも広場  
おやこ休憩室、ヒーローショーなど

11月24日(日) 13:00~15:00  
水墨画で描く干支カレンダー 応募締切 11/10  
初心者でも大丈夫! 年賀状にも使える水墨画の手法に  
挑戦してみませんか  
講師：吉田 紅峯 (西区街の名人・達人登録)

イベント  
申込み  
フォーム  
↓



毎月第2火曜日 14:30~15:30

にしもスマホ相談会  
ボランティアさんに相談できます  
毎週火曜日 16:00~17:00  
にしもるーむ  
日本語が苦手なお子さんのボランティア学習支援

## ★にしもTOPIC★

### 第13期西区地域づくり大学校受講生募集中

~住んでいるまちを知って、仲間と出会って~

#### 地域のなかでつながる輪

このまちでの暮らしに“いろいろ”を。ひとは無理でも誰かと一緒に何かやってみよう…。講座を通して、わたしの、みんなの暮らし、自分の住むまちのことを考えながら、西区で活動を始めませんか。

#### ●こんな方におすすめ!

- 地域とつながって活動を始めたい方
- 地域で仲間をつくりたい方
- 自分ができていることを見つけたい方

詳細は  
こちら↓



#### ●日程 全4回

- 第1講：10月27日(日) 9:30~12:30 (講義・ワーク)
- 第2講：11月16日(土) 13:00~16:00 (フィールドワーク)
- 第3講：12月 8日(日) 10:00~16:00 (講義・ワーク)
- 第4講：1月11日(土) 9:30~12:30 (発表・修了式)

## 10月のこぼこ図書テーマは

「発達障がい」です。障がいと療育についての本をご紹介します。

開館時間 9:00~17:00 (毎週水曜日・年末年始休館) ホームページ  
土・日・祝日も開いています! はこちら  
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/



日	月	火	水	木	金	土
<p>◆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</p> <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>11/1~30の期間、にしとも広場内の壁面にて西区街の名人・達人のアート展を開催予定!</p>			<p>1 10:00 [1h] 子育て万歳サロン 13:00 げんき絵手紙サロン 囲(¥) ←</p>	<p>2 10:00 [1h] 心と身体を整える「気功体操」 囲(¥) 13:00 [3h] わたぼうしカフェ(¥)</p>
<p>3 時間未定 うたごえ広場 囲 アート展</p>	<p>4 14:30 [1h] シニア向け体操教室 囲(¥)</p>	<p>5 16:00 [1h] にしともるーむ</p>	<p>6 休館日</p>	<p>7 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 囲(¥)</p>	<p>8 13:00 [2h] 終活・相続のセミナー 囲</p>	<p>9</p>
<p>10 10:00 区民まつり in にしとも広場 アート展</p>	<p>11 10:00 [2h] サロン おしゃべり場(¥)</p>	<p>12 14:30 [1h] にしともスマホ相談会 16:00 [1h] にしともるーむ</p>	<p>13 休館日</p>	<p>14 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(¥)</p>	<p>15 10:00 [1h] 「西区今昔かるた」伝道師養成講座 囲</p>	<p>16 臨時休館日 (設備点検のため)</p>
<p>17 13:00 [2h] はじめての水墨画 囲(¥) アート展</p>	<p>18 13:00 [2h] 親力フェ(¥)</p>	<p>19 16:00 [1h] にしともるーむ</p>	<p>20 休館日</p>	<p>21 10:00 [2h] 基礎から学べる折り紙教室 囲(¥) 13:00 [2h] 相続遺言無料相談会 囲</p>	<p>22 10:00 [1h] 心と身体を整える「気功体操」 囲(¥)</p>	<p>23 13:00 [2h] カメラ教室(¥)</p>
<p>24 10:00 [1.5h] ちやちやと薬膳茶 囲(¥) 13:00 [2h] 水墨画で描く干支カレンダー 囲</p>	<p>25 10:00 [2h] 俳句勉強会 13:00 [3h] ひだまり相談</p>	<p>26 16:00 [1h] にしともるーむ</p>	<p>27 休館日</p>	<p>28 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(¥)</p>	<p>29</p>	<p>30 アート展 →</p>

登録団体の10月・11月の自主企画情報

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	Ⓜ:要申込 Ⓢ:有料
主催者名	
開催内容	

<文化・芸術>	
はじめての水墨画 [Ⓜ] [Ⓢ]	吉田紅峯 第2日曜 参加費500円(教材費別)
俳句勉強会	年金者組合西支部 第4月曜 出入り自由
げんき絵手紙サロン [Ⓜ] [Ⓢ]	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500円 お持ちのカメラ・スマホ持参
うたごえ広場 [Ⓜ]	一座にしエイチファイブ 11/3 時間未定

<子ども>	
こどもクラフト部 [Ⓜ] [Ⓢ]	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(10月は第2金曜) 出入り自由 乳幼児とその保護者

<アート・クラフト>	
ヒンメリワークショップ [Ⓜ] [Ⓢ]	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 [Ⓜ] [Ⓢ]	芹澤洋子 第3木曜 材料費500円(初回無料)

<健康>	
からだをほぐすヨガ [Ⓜ] [Ⓢ]	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
心と身体を整える「気功体操」 [Ⓜ] [Ⓢ]	池上智子 第1土曜・第4金曜 参加費500円
シニア向け体操教室 [Ⓜ] [Ⓢ]	健康寿命を延ばしたい人の体操教室 不定期開催 参加費500円 理学療法士が体操指導
ちやちやと薬膳茶 [Ⓜ] [Ⓢ]	山本珠代 不定期日曜 参加費500円
アロマセラピー・メディカルハーブ教室 [Ⓜ] [Ⓢ]	Tree house 不定期日曜 材料費1,500円程度

<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 おしゃべりしませんか
親力カフェ(学校に行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
わたぼうしカフェ [Ⓢ]	あけぼの会 第3土曜(11月は第1土曜) お茶代50円 認知症の方もご家族も一緒に
相続遺言無料相談会 [Ⓜ]	増田晃 行政書士 11/21 予約制 申込先 045-517-3156
終活・相談のセミナー [Ⓜ]	ソワレ行政書士法人 11/8 申込先 0120-337-342