

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 / 囲：要申込 / (¥)：有料			1 休館日	2 休館日	3 休館日	4 10:00 [1h] 心と身体を整える 「気功体操」 囲 (¥)
5 10:00 [1.5h] アロマテラピー・ メディカルハーブ 教室 囲 (¥)	6	7 16:00 [1h] にしとも るーむ	8 休館日	9 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 (¥)	10 10:00 [1h] 子育て万歳サロン	11
12 10:00 [1.5h] ちゃちゃっと薬膳茶 囲 (¥) 13:00 [2h] はじめての水墨画 囲 (¥)	13 10:00 [2h] サロン (¥) おしゃべり場 13:00 [2h] グリーンフェア 囲	14 14:30 [1h] にしとも スマホ相談会 16:00 [1h] にしとも るーむ	15 休館日	16 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 囲 (¥)	17 10:00 [1h] シニア向け 体操教室 囲 (¥)	18 10:00 [1.5h] 断捨離®入門講座 囲 (¥) 13:00 [3h] わたぼうしカフェ 囲 (¥)
19 14:00 [2h] 親カフェスペシャル 囲 (¥)	20	21 16:00 [1h] にしとも るーむ	22 休館日	23 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 申 (¥)	24 10:00 [1h] 心と身体を整える 「気功体操」 囲 (¥)	25 13:00 [2h] カメラ教室 (¥)
26 13:30 [1.5h] にしとも音楽祭♪ mini 囲	27 10:00 [2h] 俳句勉強会 13:00 [3h] ひだまり相談	28 16:00 [1h] にしとも るーむ	29 休館日	30	31 13:00 [2h] げんき絵手紙サロン 囲 (¥)	

にしとも広場主催イベント

1月13日(祝) 13:00~15:00 ※申込締切 1/6
「グリーン」って何? *手話通訳あり

講師：グリーンサポートよこはま 団体運営代表 金井 久子氏

1月26日(日) 13:30~15:00 ※申込締切 1/19
にしとも音楽祭♪mini

演奏者：漆崎信二、金子敏郎

2月25日(火) 13:00~15:00 ※申込締切 2/11
いざという時役立つ 救急救命

予期せぬ救急時に対応できるよう、基本的な心肺蘇生やAEDの操作を学びます
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

2月19日(水) 12:30~17:00 ※申込締切 2/5
地域活動見学バスツアー

地域活動の現場(3か所)を貸切バスで巡ります

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

イベント
申込み
フォーム
↓



掲載情報は、12月15日時点で作成しております

2025年もよろしく
お願い致します



★にしともTOPIC★ 西区今昔かるた大会 開催!!

申込締切
1/8

大人も子どもも めざせ! 西区マスター

1月18日(土) 10:00~12:30 ※申込締切 1/8

会場：西前小学校コミュニティハウス(和室)

主催：「西区今昔かるた」伝道師養成講座受講生

参加費：無料

対象：小学1年生以上 大人も大歓迎です

かるた大会
専用申込み
フォーム
↓



1月のこぼこ図書館のテーマは

「伝統的な昔あそび」です。むかしから親しまれているわらべうたや日本の伝承遊びを紹介した本を集めました。



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>1 10:00 [1h] 心と身体を整える「気功体操」 囲 (¥)</p>
<p>2 10:00 [1.5h] アロマテラピー・ メディカルハーブ 教室 囲 (¥)</p>	<p>3</p>	<p>4 16:00 [1h] にしとも るーむ</p>	<p>5 休館日</p>	<p>6 10:00 [1.5h] からだをほぐす ヨガ 囲 (¥)</p>	<p>7 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>8</p>
<p>9 10:00 [1.5h] ちやちやと薬膳茶 囲 (¥) 13:00 [2h] はじめての水墨画 囲 (¥)</p>	<p>10 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 (¥)</p>	<p>11 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>12 休館日</p>	<p>13 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>14 13:30 [1h] シニア向け 体操教室 囲 (¥)</p>	<p>15 13:00 [3h] わたぼうしカフェ (¥)</p>
<p>16</p>	<p>17 13:00 親カフェ 囲 (¥)</p>	<p>18 16:00 [1h] にしとも るーむ</p>	<p>19 休館日</p>	<p>20 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 囲 (¥)</p>	<p>21</p>	<p>22 13:00 [2h] カメラ教室 (¥)</p>
<p>23 10:00 [1.5h] 断捨離®入門講座 囲 (¥)</p>	<p>24 13:00 [3h] ひだまり相談</p>	<p>25 13:00 [2h] 救急救命 囲 16:00 [1h] にしとも るーむ</p>	<p>26 休館日</p>	<p>27 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>28 10:00 [1h] 心と身体を整える 「気功体操」 囲 (¥)</p>	

登録団体の1月・2月の自主企画情報

イベント名
主催者名
開催内容

(甲):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。

<文化・芸術>

はじめての水墨画 (甲)(¥)
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 (甲)(¥)
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500円
お持ちのカメラ・スマホ持参

<子ども>

こどもクラフト部 (甲)(¥)
クラフトグループトレマニ
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(1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 (甲)(¥)
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 (甲)(¥)
芹澤洋子
第3木曜
材料費500円(初回無料)

<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 どなたでも参加OK
飲み物代100円
おしゃべりしませんか

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
フリーWi-Fi完備 申込不要

親カフェ(学校に行きづらい
子の保護者の集い) (¥)
こどものカフェ
参加費200円
第3月曜
1/19親カフェスペシャル (甲)
阿部伸一さんをお迎えして

ひだまり相談
あけぼの会
第4月曜 できれば申込を
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50円
認知症の方もご家族も一緒に

<健康>

からだをほぐすヨガ (甲)(¥)
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 (甲)(¥)
第1土曜・第4金曜
参加費500円

シニア向け体操教室 (甲)(¥)
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 (甲)(¥)
山本珠代
不定期日曜 参加費500円

アロマテラピー・メディカル
ハーブ教室 (甲)(¥)
Tree house
不定期日曜 材料費1,500円程度

断捨離®入門講座 (甲)(¥)
横浜みなとみらい断捨離会
不定期開催 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)