

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イベント 黒字: 登録団体の自主事業				1 10:00 [1h] 心と身体を調える 「気功体操」 囲(¥)
2 10:00 [5h] 西区民まつり in にしとも広場	3 にしとも広場アート展	4 16:00 [1h] にしとも一む	5 休館日	6 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 14:00 [1h] 楽しく体づくり ひざ痛予防 囲(¥)	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(¥)	8 13:00 [3h] わたぼうしカフェ 囲(¥)
9 10:00 [2h] にしとも ケア美容の会 囲(¥) 13:00 [2h] はじめての水墨画 囲(¥)	10 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 囲(¥) にしとも広場アート展	11 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	12 休館日	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(¥)	14 15:15 [1h] シニア向け体操教室 囲(¥)	15 臨時休館日 (設備点検のため)
16 14:00 [1.5h] スマホ・パソコン相談会	17 13:00 [2h] 親カフェ 囲(¥) にしとも広場アート展	18 16:00 [1h] にしとも一む	19 休館日	20 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 囲(¥) 14:00 [2h] +ONEプロジェクト	21	22 12:45 [1.5h] カメラ教室1部 囲(¥) 13:30 [1.5h] カメラ教室2部 囲(¥)
23 13:30 [2h] にしともみんなのゼミ 囲	24 13:00 [3h] ひだまり相談 にしとも広場アート展	25 16:00 [1h] にしとも一む	26 休館日	27 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 15:00 [2h] こどもクラフト部 囲(¥)	28 10:00 心と身体を調える 「気功体操」 囲(¥)	29 13:00 水墨画で描く 干支カレンダー 囲(¥)
30 10:00 [1.5h] アロマセラピー・囲(¥) メディカルハーブ教室	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">                     展示: にしとも広場アート展 (11/1~11/30)                 </div>					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。

## にしとも広場主催イベント

11月2日(日) 10:00~15:00  
西区民まつり in にしとも広場

11月23日(日) 13:30~15:30 ※申込先着順  
にしともみんなのゼミ

テーマ「わたしへの手紙を書いてみようPart2」

11月29日(土) 13:00~15:00 ※申込締切11/15  
水墨画で描く干支カレンダー

講師: 吉田 紅峯 (西区街の名人・達人登録)

12月2日(火) 13:30~15:30 ※申込締切11/27  
にしともみんなのゼミ

テーマ「サイバー詐欺から身を守るコツ」

12月7日(日) ※申込締切11/23

10:00~12:00 クリスマスリースをつくろう

13:00~14:00 クリスマススワッグをつくろう

講師: 講師: flowerdesign♪陽Haru (西区街の名人・達人登録)

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

共通申込  
フォーム  
↓



## ★にしともTOPIC★

### サイバー詐欺から身を守るコツを学ぼう

サイバー詐欺について警察官の方にお話を伺います。多様な詐欺の実態を知り、自身を守る術を学びましょう!

12月2日(土) 13:30~15:30  
にしともみんなのゼミ



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

ホームページ

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/

日	月	火	水	木	金	土
	1 10:00 [2h] リポンの ワークショップ 围(¥)	2 10:00 [2h] みかたカフェ 13:30 [2h] にしともみんなのゼミ 16:00 [1h] にしとも一む 围	3 休館日	4 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 围(¥) 14:00 [1h] 楽しく体づくり ひざ痛予防 围(¥)	5 10:00 [1h] 子育て万歳サロン 13:00 [2h] げんき絵手紙サロン 围(¥)	6 10:00 [1h] 心と身体を調える 「気功体操」围(¥)
7 10:00 [2h] クリスマスリース 围(¥) 13:00 [1h] クリスマススワッグ 围(¥)	8 10:00 [2h] サロン おしゃべり場 围(¥)	9 14:30 [1h] にしともスマホ 相談会 16:00 [1h] にしとも一む	10 休館日	11 13:00 [2h] ヒンメリワーク ショップ 围(¥) 15:00 [2h] こどもクラフト部 围(¥)	12	13 13:00 [2h] 親カフェ 围(¥)
14 13:00 [2h] はじめての水墨画 围(¥)	15 15:00 [1h] シニア向け 体操教室 围(¥)	16 16:00 [1h] にしとも一む	17 休館日	18 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室 围(¥)	19	20 10:00 [2h] (¥) ケア美容の会 围 13:00 [3h] (¥) わたぼうしカフェ
21	22 13:00 [3h] ひだまり相談	23 16:00 [1h] にしとも一む	24 休館日	25 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ 围(¥)	26 10:00 [1.5h] 心と身体を調える 「気功体操」围(¥)	27 12:45 [1.5h] カメラ教室1部 (¥) 13:30 [1.5h] カメラ教室2部 (¥)
28 14:00 [1.5h] スマホ・パソコン 相談会	29 休館日	30 休館日	31 休館日	◆表記内容◆ 開始時間 / 所要時間 / イベント名 / 围: 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

2026年1月は  
4日(日)から開館  
します

登録団体の11月・12月自主企画情報

イベント名	围: 要申込 (¥): 有料
主催者名 開催内容	
<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 フリーWi-Fi完備 申込不要
親カフェ (学校にいきづら いの保護者の集い) 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 お茶代100円 認知症の方もご家族もご一緒に

<サロン・カフェ・相談>	
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 11/11、12/2 初回無料
スマホ・パソコン相談会	にしすぎPC教室 11/26、12/28 スマホ・パソコン持参
にしともケア美容の会 围(¥)	佐々木もえこ 11/9、12/20 参加費500円
<子ども>	
こどもクラフト部 围(¥)	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 出入り自由 乳幼児とその保護者

<文化・芸術>	
はじめての水墨画 围(¥)	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 围(¥)	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(写真撮影別) (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
活動25周年大うたごえ広場	一座にしエイチファイブ 11/16 13:00~16:00 会場: 西公会堂
<アート・クラフト>	
ヒンメリワークショップ 围(¥)	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 围(¥)	芹澤洋子 第3木曜 材料費500円 初回無料

<美容・健康>	
からだをほぐすヨガ 围(¥)	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
楽しく体づくり! ひざ痛予防 围(¥)	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
心と身体を調える「気功体操」 围(¥)	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 围(¥)	健康寿命を延ばしたい人の体操教室 10/24、11/14 参加費500円 理学療法士が体操指導
アロマテラピー・メディカル ハーブ教室 围(¥)	Tree house 不定期日曜 材料費1,500円程度
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。	