

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 ◆表記内容◆ 開始時間 / 所要時間 / イベント名</p>						<p>1 10:00 [1h] 心と身体を整える「気功体操」 13:00 [2h] 親子カフェ講演会</p>
2	3	4 16:00 [1h] にしとも るーむ	5 休館日	6 10:00 [1.5h] からだをほぐすヨガ	7 10:00 [1h] 子育て万歳サロン 13:00 [2h] げんき絵手紙サロン	8
9 13:00 [2h] はじめての 水墨画	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] ヒンメリ ワークショップ 15:00 [2h] こどもクラフト部	14 13:00 [1h] シニア向け 体操教室	15 13:00 [3h] わたぼうし カフェ
16	17 13:00 [2h] 親子カフェ (学校 に行きづらい子の 保護者の集い)	18 16:00 [1h] にしとも るーむ	19 休館日	20 10:00 [2h] 基礎から学べる 折り紙教室	21	22 13:00 [2h] カメラ教室
23 13:30 [2h] CoderDojo 戸部	24 10:00 [2h] 俳句勉強会 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] からだをほぐすヨガ 15:00 [2h] こどもクラフト部	28 10:00 [1h] 心と身体を整える 「気功体操」	29
30 11:00 [2h] にしとも音楽祭♪	興味ある講座やイベントは、にしとも広場へお問い合わせください。					

登録団体の5月・6月の自主企画情報

イベント名	記号の説明	注) 開催日が変更になる場合があります。詳細はにしとも広場へお問い合わせください。
主催者名	甲：要申込	
開催内容	乙：有料	

<サロン・カフェ・相談>

サロンおしゃべり場 乙

西区「ちょボラ」
第2月曜 どなたでも参加OK
参加費100円
おしゃべりしませんか

親子カフェ(学校に行きづらい子の保護者の集い) 乙

こどものカフェ
第3月曜 参加費200円
当事者家族の情報交換の場

ひだまり相談

あけぼの会
第4月曜 できれば予約を
当事者による介護相談

わたぼうしカフェ 乙

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 乙

からだをほぐすヨガ教室
第1,4木曜日 参加費500円
要ヨガマット

心と身体を整える「気功体操」 甲 乙

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 甲 乙

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

ちゃちゃっと薬膳茶 甲 乙

山本珠代
不定期開催 参加費500円

<子ども>

CoderDojo戸部 甲

コーダ道場戸部
第4日曜
子ども向けプログラミング

こどもクラフト部 甲 乙

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

Kidsアート 甲 乙

アトリエきさらきら
不定期開催 参加費1,300円
幼児の方は保護者同伴

<アート・クラフト>

ヒンメリワークショップ 甲 乙

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 乙

芹澤洋子
第3木曜
材料費500円(初回無料)

<文化・芸術>

初めての水墨画 甲 乙

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 乙

川口整
第1金曜
材料費800円 初回無料

カメラ教室 乙

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

興味ある講座やイベントに
参加してみませんか?