

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。

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				1 10:00 1.5h からだをほぐす ヨガ	2 10:00 1h 子育て万歳サロン 13:00 2h げんき絵手紙 サロン	3 10:00 1h 心と身体を整える「気功体操」
4 10:00 1.5h アロマテラピー・ メディカルハーブ 教室 13:00 2h はじめての水墨画	5	6 16:00 1h にしとも一む	7 休館日	8 13:00 2h ヒンメリ ワークショップ	9 13:15 1h シニア向け体操 教室	10
11 13:30 1.5h ちゃちゃっと 薬膳茶	12 10:00 2h サロン おしゃべり場	13 14:30 1h にしとも スマホ相談会 16:00 1h にしとも一む	14 休館日	15 10:00 2h 基礎から学べる 折り紙教室	16	17 13:00 3h わたぼうし カフェ
18 10:00 / 13:00 1.5h こども科学捜査 体験講座 13:30 2h にこにこ出前寄席	19	20 16:00 1h にしとも一む	21 休館日	22 10:00 1.5h からだをほぐす ヨガ	23 10:00 1h 心と身体を整える 「気功体操」	24 13:00 2h カメラ教室
25 10:00 2h みんなで！ みちあそび	26 13:00 3h ひだまり相談	27 16:00 1h にしとも一む	28 休館日	29 10:00 1.5h こころとからだ の収穫祭	30	31 14:30 2h 哲学カフェ

登録団体の7月・8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	Ⓜ:要申込	
開催内容	Ⓢ:有料	

<サロン・カフェ・相談>
サロンおしゃべり場 Ⓢ 西区「ちょぼら」 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
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 Ⓢ 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
相続遺言無料相談会 Ⓜ 増田 晃 行政書士 7/6,18 予約制 申込先 045-517-3156

<子ども>
こどもクラフト部 ⓂⓈ 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 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木曜日 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
--

ちゃちゃっと薬膳茶 ⓂⓈ 山本珠代 第3日曜 参加費500円

アロマテラピー・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
--

こころとからだの収穫祭 ⓂⓈ いきいきネット 8/29 参加費500円 心と体を使って楽しく認知症予防を！

<文化・芸術>
初めての水墨画 ⓂⓈ 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 7/22 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

にこにこ出前寄席 ⓂⓈ 桂歌助の弟子の会 (アマチュア) 8/18 木戸銭200円

哲学カフェ ⓂⓈ NPO法人ニューアクロポリス 8/31 参加費500円 テーマについてみんなで語りましょう
--

