

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 / 囲：要申込 / (円)：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(円)</p>	<p>2 10:00 [1h] 心と身体を整える「気功体操」 囲(円) 13:00 [3h] わたぼうしカフェ(円)</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(円)</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(円)</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 (円)</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(円) 15:00 [2h] こどもクラフト部 囲(円)</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(円) アート展</p>	<p>18 13:00 [2h] 親カフェ (円)</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(円) 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(円)</p>	<p>23 13:00 [2h] カメラ教室 (円)</p>	
<p>24 10:00 [1.5h] ちゃちゃっと薬膳茶 囲(円) 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(円) 15:00 [2h] こどもクラフト部 囲(円)</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  
主催者名  
開催内容  
 (円):要申込  
 (円):有料

#### <文化・芸術>

はじめての水墨画 (甲)(円)  
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)(円)  
川口整  
第1金曜  
材料費800円 初回無料

カメラ教室 (円)  
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 (甲)  
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 (甲)(円)  
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(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 (甲)(円)  
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)(円)  
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 (甲)(円)  
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」 (甲)(円)  
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)(円)  
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)(円)  
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 (甲)(円)  
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 (円)  
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

親カフェ(学校に行きづらい子の保護者の集い) (円)  
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 (円)  
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 (甲)  
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 (甲)  
ソフレ行政書士法人  
11/8  
申込先 0120-337-342