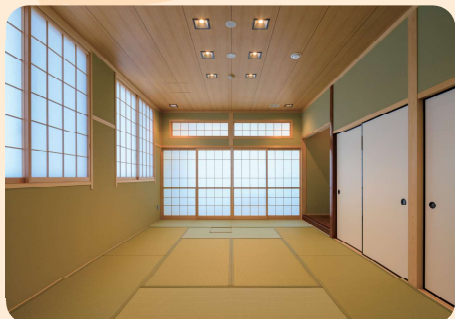




TOPIC & EVENT INFORMATION



和歌山市西コミュニティセンターのあれこれを紹介する「西コミ虎の巻」。今回は、2階の和室の使い方をご提案。和室には、10畳の畳敷きの落ち着いた空間に加え、床の間や縁側、そして給湯室を備えております。

1. 日本の伝統文化を学ぶ場として

茶道や華道、書道など、日本の伝統文化を学ぶ場としてご利用いただけます。茶道をされる方のために、各種茶道具や電炉もご用意しております。



2. 親子のふれあいの場として

やわらかい畳の床は、小さなお子さまでも安心！障子を上げると、開放的で明るい空間で、安心してご利用いただけます。

3. リラクゼーションの場として

静かで落ち着いた雰囲気のと室は、ヨガや瞑想などリラクゼーションの場としてもご利用いただけます。心身ともにリフレッシュする時間をお楽しみください。



Pick Up TOPIC

貸室のご利用は2名以上の団体であればOK！ご友人同士の趣味やサークル活動の場などとして、ぜひご利用ください！

紀州ひのきで作る
キラキラオバケ
キーホルダー★を
開催しました！



9月28日(日)にWOOD meの大谷恵さんにお越しいただき、ハロウィンにちなみ紀州ひのきでオバケをかたどったキーホルダーを作るイベントを開催しました。オバケの形に切った木にデコレーション！世界に1つのオリジナルキーホルダーが完成しました！

MIRAIの和

100年先の
おくりもの

MIRAIの和
～100年先への
おくりもの～を
開催します！

11月8日(土)に“100年先にも残したい和文化”をテーマに、体験・参加型イベントを開催します。あおぞら茶会から様々な講座、ヒーローショーまで内容盛りだくさん。当日はミニ縁日も開催予定！詳しくは、西コ三通信10月号、または公式HPをご確認ください。



①…時間 ②…講師名・出演者名 ③…対象 ④…定員 ⑤…持ち物 ⑥…参加費(無記載は無料) ⑦…申込方法(無記載は不要) ⑧…会場

▶子育て座談会・ママCafé付きイベントについて ドリンクバー1回利用券(後日利用可)が付きます。参加は任意です。

11/27 木



バレエストレッチで体幹トレーニング

バレエの動きで上半身をたっぷり動かし、背中をスッキリさせましょう。

① 10:00~10:45 ② アーツクラシックバレエ 井上育子さん
③ どなたでも ④ 定 15名 ⑤ ヨガマット、または大きめのバスタオル
⑥ 1000円 ⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口
⑧ 1階 活動室(中) ※動きやすい服装でご参加ください。

11/28 金



コミヨガ ナイト

金曜日の夜に、1週間の疲れを癒しましょう！

① 19:30~20:40
② ヨガインストラクター 西浦百恵さん ③ どなたでも
④ 定 15名 ⑤ ヨガマット ⑥ 500円(ドリンク1杯付き)
⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口
⑧ 3階 多目的ホール(大)

11/29 土



心と身体のリラックスヨガ

初心者も大歓迎！ヨガで心と身体をリラックス。

① 10:00~11:30
② ヨガインストラクター たかひろ先生
③ どなたでも ④ 定 20名 ⑤ ヨガマット ⑥ 500円
⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口 ⑧ 3階 多目的ホール(大)
※動きやすい服装でご参加ください。

12/14 日

棚田の稲わらでつくる
オリジナルしめ縄づくり

那智勝浦町「小阪の棚田」の稲わらでしめ縄を作ります。

① 13:00~16:00 ② 棚田を守ろう会
③ どなたでも(小学4年生以下保護者同伴) ④ 定 15名
⑤ 2500円 ⑦ 11/26(水)12:00~WEB・窓口
⑧ 1階 芝生広場 ※荒天時 1階 ワークルーム

BABY & KIDS Event

11/16 日



テクスチャーアートを体験しよう！

身近な材料を使って誰でも気軽にアートを楽しめる「テクスチャーアート」を作ってみましょう！

① 10:30~12:00 ② ckidsart
③ 小学生 ④ 定 10名 ⑥ 1000円
⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口 ⑧ 1階 ワークルーム
※汚れても良い服でお越しください

11/19 水



親子ふれあいリトミック&ママCafe

楽しく音に触れ合いながら、身体を動かしましょう。

① 0~1歳半頃 9:45~10:45
1歳半頃~3歳 11:00~12:00
② あんだんて 小西陽子さん ③ お子様とその保護者
④ 各回10組 ⑥ 500円 ⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口
⑧ 2階 多目的ホール(小)

11/20 木

親子で楽しむ ベビーストレッチ
レッスン&子育て座談会

レッスンはママ同士子育てについてお話ししましょう。

① 10:00~11:00 ② mamane 中谷なみこさん
③ 1~3歳までのお子様とその保護者
⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口
④ 定 6組 ⑥ 500円 ⑧ 1階 ワークルーム

11/22 土

集まれ小1から小3！
はじめての茶道体験！

お菓子とお抹茶のいただきながら、茶道を通して儀作法を楽しく学びます。保護者の方もご覧いただけます。

① 10:00~10:30 ② 幹の会 古澤幹子さん
③ 小学1~3年生まで ④ 定 8組 ⑥ 800円
⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口 ⑧ 1階 ワークルーム

11/26 水

運動・音楽・芸術の秋を楽しもう
& ママのリンパマッサージ

様々な秋に触れ、しみながら感性を磨きます。

① 10:00~11:00 ② Soelte 谷口麻衣さん
③ 3歳までのお子様とその保護者
⑦ 11/10(月)12:00~WEB・窓口
④ 定 8組 ⑥ 700円 ⑧ 1階 活動室(中)

12/4 木

ベビーマッサージレッスン&
子育て座談会

レッスンはママ同士子育てについてお話ししましょう。

① 10:00~11:00 ② mamane 中谷なみこさん
③ 1か月~1歳頃までのお子様とその保護者
⑦ 11/26(水)12:00~WEB・窓口
④ 定 6組 ⑥ 500円 ⑧ 2階 和室

12/6 土



クリスマスデコシールをつくろう

貼って剥がせるタイプと服にも貼れる、どこにでも貼れるタイプの2種類のかわいいシールをつくろう！

① 10:00~10:45 ② eclat
③ 4歳以上のお子さま(小学3年生以下保護者同伴)
⑦ 11/26(水)12:00~WEB・窓口
④ 定 10名 ⑥ 1500円 ⑧ 1階 ワークルーム

12/7 日



幼児さんでもOK! クリスマス工作ランド

幼児さんから楽しめる工作体験教室です。クリスマスリースをイメージしたフレームを作りましょう。

① 10:00~11:30 ② cotton candy
③ 幼児~小学生までのお子さま(幼児保護者同伴)
④ 定 20名 ⑤ 手拭き用タオル・持ち帰り用袋 ⑥ 1300円
⑦ 11/26(水)12:00~WEB・窓口 ⑧ 3階 多目的ホール(大)

12/7 日

おはなしだいすきよっといで！ ① 15:00~15:30 ② おはなしポン！ ③ どなたでも ⑧ 1階 オープンスペース

イベントの参加・申込について ●参加申込みが必要なイベントは、和歌山市西コミュニティセンター公式HPからのWEB予約、または窓口でお申込みいただけます。なお、お電話でのお申込みはできかねます。詳しくは、当センターで配布しております「イベント参加ガイド」または公式HPをご確認ください。●有料イベントの参加費はイベント当日にお支払いいただきます。イベント当日は、開始時間の10分前までにお越しいただき、1階窓口で参加費をお支払の上、会場へお集まりください。●自由参加のイベントは、当日会場に直接お越しください。●都合により、イベントの日時や内容を予告なく変更する場合がございます。最新情報は公式HPでご確認ください。