

TOPIC & EVENT INFORMATION

Pick Up TOPIC

夏休みの ラジオ体操を 開催しました!

和歌山市西コミュニティセンターでは、お子さまの夏休みに合わせて、休館日を除く毎朝9時からラジオ体操を実施しました! 小さなお子さまからシニアまで、老若男女が毎日集まり、良い1日のスタートを切るために身体を動かしていました。スタンプを集めた方には、ご褒美に駄菓子のプレゼントも! 西コミではこれからも地域の皆さまにお楽しみいただけるイベントを企画してまいります。

災害時に ペットといっしょに 避難できます!

西コミでは、災害時に避難所を開設する際、ペットを連れての避難(同行避難)ができます。避難所でのペットは屋根のある屋外での飼育が基本ですが、西コミでは1階の活動室(小)において屋内での飼育ができます。9月6日(土)開催「西コミ防災フェスタ2025秋」では、ペットの避難について今備えられることを学びます。ペットを飼われている方は、ぜひご参加ください!
※ペットと同じスペースで生活する同伴避難はできません。
※ペットはケージ・キャリーに入れて避難してください。

新たな 焼菓子の販売が スタートしました!

西コミでは、パンと焼菓子の販売を行っております。7月27日(日)から新たに、毛見のカフェ「8 hachi 食パンとコーヒーとおやつ」の焼菓子が新たにレパートリーに加わりました! 米粉のカップケーキや卵のサブレなど、こだわりのおやつをお楽しみください。

紀伊コスモス支援学校 パン特別販売

支援学校の生徒が作ったパンを生徒自ら販売します。

販売日時

9/11(木) 13:00▶14:00



🕒…時間 🧑…講師名・出演者名 🎯…対象 🏠…定員 🎒…持ち物 💎…参加費(無記載は無料) 📝…申込方法(無記載は不要) 📍…会場

9/19 金



コミヨガ ナイト

金曜日の夜に、天然芝の上でゆったりと1週間の疲れを癒しましょう!

🕒 19:30~20:40 🧑 ヨガインストラクター 西浦百恵さん
🎯 どなたでも 🏠 15名 🎒 ヨガマット
💎 500円(ドリンク1杯付き) 📝 9/10(水)12:00~WEB・窓口
📍 1階 芝生広場 ※雨天時 3階 多目的ホール(大)

9/25 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。

🕒 10:00~10:45 🧑 アーツクラシックバレエ 井上育子さん
🎯 どなたでも 🏠 15名 🎒 ヨガマット、または大きめのバスタオル
💎 1000円 📝 9/10(水)12:00~WEB・窓口
📍 1階 活動室(中) ※動きやすい服装でご参加ください。

9/29 月



美容鍼灸師が教える耳から美と健康を整える 耳ヨガワークショップ

耳を利用したセルフチェック&ケアをお伝えします。

🕒 13:00~14:00 🧑 はり師・きゅう師 岡田真樹さん
🎯 どなたでも 🏠 20名 🎒 鏡・筆記用具 💎 500円
📝 9/10(水)12:00~WEB・窓口 📍 2階 多目的ホール(小)
※7月に開催した内容と同一です。

9/19・26 金 10/3・10 金



オペラ歌手と「オペラ」 はじめませんか?(初級編)

オペラ歌手が基礎から丁寧に指導し、楽しくオペラを歌えるようサポートします。

🕒 10:00~11:00 🧑 ソプラノ歌手 矢倉愛さん
🎯 どなたでも 🏠 10名 📝 8/23(土)16:00~WEB・窓口
📍 3階 多目的ホール(大) ※計4回講座です。

9/27 土 10/11 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。

🕒 10:00~11:30 🧑 ヨガインストラクター たかひろ先生
🎯 どなたでも 🏠 各回20名 🎒 ヨガマット 💎 500円
📝 9/27(土)→9/10(水)12:00~WEB・窓口
10/11(土)→9/25(木)12:00~WEB・窓口
📍 3階 多目的ホール(大)

10/5 日



ピラティス×ウォーキング ワークショップ

初心者でも大丈夫! ピラティスメソッドで身体を整えて、ウォーキングで心身の活性化を目指します。

🕒 10:00~11:15 🧑 ピラティスインストラクター 藤谷真理奈さん
🎯 どなたでも 🏠 10名 🎒 ヨガマット 💎 500円
📝 9/25(木)12:00~WEB・窓口 📍 2階 多目的ホール(小)

BABY & KIDS Event

9/17 水 10/15 水



親子ふれあいリトミック

※10月からママCafe付きにリニューアルします。

🕒 0~1歳半頃 9月10:30~11:00/10月9:45~10:45
1歳半頃~3歳 9月11:15~11:45/10月11:00~12:00
🧑 あんだんて 小西陽子さん 🎯 お子様とその保護者
🏠 各回10組 💎 500円(10月) 📝 9月→9/10(水)、
10月→9/25(木)12:00~WEB・窓口 📍 2階 多目的ホール(小)

9/26 金



ベビーストレッチレッスン& 子育て座談会

ベビーストレッチのレッスンは、ママ同士お茶をして子育ての悩みなどをお話ししましょう。

🕒 1~3歳まで 10:00~11:00 🧑 mamane 中谷なみこさん
🎯 お子様とその保護者 📝 9/10(水)12:00~WEB・窓口
🏠 6組 💎 500円 📍 1階 活動室(小)

9/28 日



ハロウィーン先取り! 紀州ひのきで作る キラキラオバケキーホルダー★

ハロウィーンにちなんでオバケのキーホルダーをつくろう!

🕒 10:00~11:30、13:00~14:30 🧑 WOOD me 大谷恵さん
🎯 どなたでも(6歳以下保護者同伴) 🏠 各回10名
🎒 ペンチ2本(あれば) 💎 1200円
📝 9/10(水)12:00~WEB・窓口 📍 1階 ワークルーム

10/9 木



ベビーマッサージレッスン& 子育て座談会

ベビーマッサージのレッスンは、ママ同士お茶をして子育ての悩みなどをお話ししましょう。

🕒 1か月~1歳頃まで 10:00~11:00 🧑 mamane 中谷なみこさん
🎯 お子様とその保護者 📝 9/25(木)12:00~WEB・窓口
🏠 6組 💎 500円 📍 2階 和室

9/29 月



生演奏で英語の絵本を読もう♪

🕒 10:00~10:15 🧑 English・総合表現 school
代表 KYOKO先生 🎯 どなたでも
📍 1階 オープンスペース

10/5 日



おはなしだいすきよっといで!

🕒 15:00~15:30 🧑 おはなしボン!
🎯 どなたでも 📍 1階 オープンスペース

▶子育て座談会・ママCafe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)が付きまます。参加は任意です。

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ません。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けます。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。