

文化の森

文化の森のご出稿が
デジタル化されました!



毎月
月末までに
WEBフォームで
投稿ください

発行は翌月20日です

文化の森提供会社 | 西尾信用金庫 プリ・テック(株) (株)西尾中日サービスセンター (株)中日新聞富田専売所 (有)中日新聞平坂専売店

掲載内容へのご質問は各々のお問い合わせ先へお願いします。

編集室からのお知らせ

月刊「文化の森」は毎月20日発行で、西尾市の朝刊に折り込みです。本誌に講座、サークル、講演会、イベント、個展など大人のための生涯学習情報を掲載希望の方は、プリ・テック「文化の森」編集室までお気軽にご連絡ください。

※親子やお子様のみを対象としたもの、営利目的の情報は掲載できませんのでご了承ください。
※編集室にて検討の結果、掲載できない情報もございますのでご了承ください。
※本誌掲載の情報にて万が一トラブルが生じた場合、当社では責任を負いませんのでご了承ください。

詳しくは下記へお問合せください

プリ・テック株式会社「文化の森」編集室
TEL (0563)55-0707 担当/鈴木・佐藤
〒445-0811 愛知県西尾市道光寺町山田1-1

講座・教室・募集

にしん年金相談会(予約制・無料)

年金が受給できる方へ誕生日の3ヶ月前に「国民年金・厚生年金保険老齢給付年金請求書」が郵送されます。
■日時/12/27、2025/1/14、1/24 11:00~16:00、1/11 10:00~16:00 ■場所/西尾信用金庫本店営業部 相談プラザ出張所 ■料金/無料

お問合せ先 TEL.56-2400

にしん年金相談会(予約制・無料)

年金が受給できる方へ誕生日の3ヶ月前に「国民年金・厚生年金保険老齢給付年金請求書」が郵送されます。
■日時/2025/1/11 10:00~16:00 ■場所/西尾信用金庫 辻支店相談プラザ ■料金/無料 ■定員/10名

お問合せ先 TEL.0566-48-4600

労務勤怠管理対策セミナー

労務・勤怠管理の必要性やITツールを活用した社内体制整備について、わかりやすく説明します。
■日時/2025/1/23 14:00~15:00 ■場所/西尾信用金庫本店(1階)会議室 ■講師/森川貴之氏 ■料金/無料 ■定員/30名

お問合せ先 TEL.56-7126

アドラー心理学 勇気付け講座

人間関係をよりよくしていく学びをしてみませんか? 捉え方一つで人生が変わる。今回は第1章を学びます。
■日時/12/21 10:30~11:30 ■場所/COCOLORFUL(西尾市住崎4-65-1) ■講師/和田織絵 ■対象/女性限定 ■持ち物/筆記用具、飲み物 ■料金/3,000円 ■定員/4名

お問合せ先 080-7732-6416

かんたんラクラクリンパケア

押しやり揉んだりしない毎日やりたくなるセルフケアです。この冬の冷え性対策にいかがですか?!
■日時/12/21 13:30~15:00 ■場所/COCOLORFUL(西尾市住崎4-65-1) ■講師/和田織絵 ■対象/女性限定 ■持ち物/飲み物、筆記用具 ■料金/2,000円 ■定員/4名

お問合せ先 080-7732-6416

肩甲骨剥がし&シフ取り&筋膜リリース

肩凝り、腰痛など改善。腸もみ、笑ヨガ、シニア筋トレ、セルフメンテナンスお伝えします。
■日時/12/24、2025/1/14、1/28、2/11、2/25、3/11、3/25 9:45~11:00 ■場所/米津ふれあいセンター ■講師/大場 ■対象/女性限定 ■持ち物/トレーニングマット(ヨガマット) バスタオル、水分、雑誌(A4厚さ約1cm) ある方は硬式テニスボール、ゴルフボール(貸し出し有) ■料金/1,000円 ■備考/初めての方9:30にお越しください。

お問合せ先 090-4214-4910
sweetdrops.handmade@gmail.com

英会話講座・冬(12回コース)

1月からスタートします。新春を英語で迎えてみませんか?初級クラスと中級クラスがあり、楽しく学べます。
■日時/2025/1/13~毎週月曜日【初級クラス】10:00~11:00【中級クラス】11:00~12:00 ■場所/ラフルージュ(吉良町東角園さん向かい側) ■講師/外国人講師 ■料金/1回1,250円 ※テキスト代込。途中参加の方は参加した回から納入してください。 ■定員/各6名 ■備考/いつでもお問い合わせください。

お問合せ先 ラフルージュ 加藤 080-5116-6538

メンズ筋膜リリース&筋トレ&骨の強化

筋膜リリースセルフケア実践。シニア筋トレ、疲れにくい身体作りで元気になれる考え方をお伝えします。
■日時/2025/1/16、2/20、3/20、4/17 10:00~11:15 ■場所/西野町ふれあいセンター和室2 ■講師/大場 ■対象/男性限定 ■持ち物/トレーニングマット(ヨガマット) バスタオル、水分、雑誌(A4厚さ約1cm) ある方は硬式テニスボール ゴルフボール(貸し出し可) ■料金/1,000円 ■備考/初めてのの方はリリース棒を作りますので9:30にお越しください。

お問合せ先 090-4214-4910
sweetdrops.handmade@gmail.com

講習会 子育てに必要な「人に頼る力」

子育てに関心のあるあなたへ「人に頼る力」「一人で頑張りすぎない子育てのススメ」を聞いてみませんか。
■日時/2025/1/17 9:30~11:30 ■場所/西尾市総合福祉センター ■講師/前田由紀子氏 ■持ち物/筆記用具 水分補給 ■料金/無料 ■定員/30名 ■備考/託児あり。1/10までに要予約。

お問合せ先 ファミリー・サポート・センター TEL.57-5007
famisapo@city.nishio.lg.jp

歴史講座 家康の西尾攻略戦と三河侵攻

西尾ふるさと歴史講座V第1回。徳川家康2回シリーズの初回です。初めての方も歓迎。
■日時/2025/1/25 10:30~12:00 ■場所/きーずハウス(西尾市吉良町吉田宮腰34) ■講師/天野初男 ■料金/1,000円 ※資料、コーヒー付。 ■定員/20名

お問合せ先 永井 090-7263-8881

アロマペンダント作ってみませんか?

ホリスティック・アロマセラピーの体験講座です。パワフルな精油でいっしょに香りを楽しみましょう!
■日時/2025/1/25、2/22 13:30~15:00 ※両日とも同じ内容です。 ■場所/西尾市文化交流センター(寺部)南館 研修室3 ■講師/深谷 ■対象/女性限定 ■持ち物/筆記用具 ■料金/2,500円 ※教材費込。 ■定員/4名 ※要予約

お問合せ先 090-7953-3438
aromahug87@gmail.com

第129回 普通救命講習1

事故や病気で倒れた人(成人)に対する心肺蘇生法や救命処置を学びます。
■日時/2025/1/26 13:30~16:30 ■場所/西尾市総合福祉センター(2階)第1集会室 ■講師/応急手当普及ボランティアの会 ■持ち物/筆記用具、マスク着用、動きやすい服装をお願いします。 ■料金/無料 ■定員/先着15名 ■備考/弊会WEBサイトのフォームから申込みください。

お問合せ先 鈴木 090-7673-9643
西尾市応急手当普及ボランティアの会 nishioqq@gmail.com

韓国式のり巻き『キンパ』教室

食材等はこちらでご用意!巻いたキンパをランチとして副菜・デザートをつけてお出しします。お土産付です。
■日時/2025/1/28、1/29 両日11:30~ ■場所/集い古民家きーずハウス(母屋) ■講師/らくらママ ■持ち物/エプロン・保冷バッグ(持ち帰り用) ■料金/2,500円 ※ランチ代、お土産、レシピ含。 ■定員/10名

お問合せ先 TEL.32-0657

レジンで自分だけの宝物を作ろう

煌めく100種アイテム+60色カラーで物作りに没頭しよう。和気あいあいと楽しい教室で人気です。
■日時/2025/1/21、2/18、3/18 10:00~11:30 ■場所/米津ふれあいセンター ■講師/大場 ■持ち物/ミニトレ、必要な方はメガネ ■料金/体験料500円+教材費800円程度

お問合せ先 090-4214-4910
sweetdrops.handmade@gmail.com

ヨガ・岩盤ヨガ生徒募集

寒くなると体はますます凝り固まります。岩盤浴の中でゆっくりほぐし、心身共にリフレッシュしましょう。
■日時/【ヨガ】月曜日・火曜日(月1)10:00~11:30【岩盤ヨガ】月曜日・木曜日 10:30~11:30、火曜日・金曜日 10:00~11:00、水曜日(月1)19:45~20:45、土曜日(月1)9:00~10:00 ■場所/プチ・ジャルダン(岡崎市中島町小園33-1・西尾からすぐ) ■備考/予定表はホームページに掲載しています。「プチジャルダン岡崎」で検索ください。

お問合せ先 TEL.0564-43-5710
info@p-jardin.com

絵画サークル(日本画・洋画)会員募集

どんな画材も質の高い受講内容で問題解決!初心者様も丁寧に指導します。作品展も毎年高評価!見学随時受付。
■日時/毎週月曜日・隔週木曜日 13:20~16:30 ■場所/西尾市総合福祉センター ■講師/楢山広篤 ■持ち物/デッサン用品、各自使用したい画材 ■料金/月2回2,500円~ ■定員/10名

お問合せ先 090-1275-8765

姿勢スッキリ!体質改善ストレッチ

体力低下、慢性疲労、年齢的不調も月2回で根本解消!運動苦手女性のための簡単効果絶大リターンストレッチ。
■日時/火曜日(月2回、3回選択制) ①12:30~②14:30~③16:00~④17:30~ ■場所/名曲音楽器 西尾センター(西尾市丁田町左34-1) ■講師/浅野まりこ ■持ち物/フェイスタオル、水分補給できるもの ■料金/月2回4,400円 ※シニア割引65歳以上の方、入会金5,500円半額。 ■備考/碧南教室も第1・第3月曜日に開講!お問合せください。

お問合せ先 名曲音楽器 西尾センター
TEL.54-6933

西尾市国際交流協会「交流英語」講座

手頃な料金で、ネイティブの先生と楽しく英会話!授業見学可。詳細は「西尾市国際交流協会」ホームページで。
■日時/隔週火曜日 19:00~20:30 ※年20回、直

近2025/1/14、 ■場所/西尾市総合福祉センター(2階)第3集会室等 ■講師/Kathreen先生 ■料金/年11,000円 ※国際交流協会費2,000円別途要。

お問合せ先 宮地 090-2610-8205

太極拳さわやか 初心者募集

心静かにゆっくり動くので、年齢は気にせず誰でもできます。気持ち良くなると一番!
■日時/第1・第3火曜日 9:30~11:00 ■場所/米津ふれあいセンター ■講師/柳原武男

お問合せ先 板倉 090-3833-2059

大人のための塗り絵アートクラブ

認知症の予防と脳の活性化に効果的と大評判の塗り絵。楽しいおしゃべりと共に個性的な作品を作りましょう。
■日時/毎週火曜日 14:00~16:00 ■場所/西尾駅西・西陽予備校2つ隣り ■持ち物/好きな塗り絵本、色鉛筆等 ■料金/入会金2,000円・月会費2,000円

お問合せ先 松田 080-5105-8901

ヨガで身体を整えよう

毎回、同じ流れで行います。動きに慣れると呼吸やポーズを意識しやすく、柔軟性が高まり、体幹が整います。
■日時/水曜日・金曜日(月4回) ①18:00~19:00 ②19:15~20:15 ■場所/福地ふれあいセンター和室 ■講師/ゆかり ■持ち物/ヨガマット(初回は貸し出し可)、動きやすい服装 ■料金/1回1,500円・月4回4,500円 ■定員/9名

お問合せ先 鈴木 050-7116-4842
yukari@ray-base.com、ホームページ ray-base.com

脳トレピアノ!目からウロコのピアノ術

脳を活性化させる為の独自のメソッドで音楽ライフを始めませんか?レベルに合わせた奏法で指導します。
■日時/水曜日(月2回)10:00~11:00 ※1回60分~90分(人数による)。 ■場所/名曲音楽器 西尾センター(西尾市丁田町左34-1) ■講師/中西恵美 ■料金/5,500円・入会金2,200円 ■定員/6名程度のグループレッスン

お問合せ先 名曲音楽器 西尾センター TEL.54-6933

いくつになっても青春、若々しい体を!

人生100年時代!何歳になっても今が始まり。毎日元気に送る身体作りを。こつこつマイペースが合言葉!
■日時/毎週水曜日(月4回)9:30~11:00 ■場所/西尾市総合体育館 サブアリーナ ■講師/ハローフレンドズ/A指導員 ■持ち物/動きやすい服装 水分補給 ■料金/1回700円または月2,000円 ■備考/無料見学、無料体験は毎週水曜日に行っています。

お問合せ先 西尾おおぞら倶楽部 牧 TEL.57-7953

ohanaでパソコン教室

word・excel・powerpoint初心者の方、苦手なところだけ復習したい方どちらにも対応します。
■日時/毎週水曜日 ①10:00~ ②14:00~ ※各90分。 ■場所/caffe ohana(2階)スタジオ(西尾市吉良町吉田玄改41) ■講師/喜多見厚子 ■持ち物/ご自分のパソコン、筆記用具 ■料金/1回1,800円 ■定員/3名

チラシの折込は (株)西尾中日サービスセンター
〒445-0062 西尾市丁田町柳堂24-2
TEL 0563-57-2352 FAX 0563-57-1367

(株)中日新聞富田専売所 (有)中日新聞平坂専売店
TEL 0563-57-2346 TEL 0563-59-5805
FAX 0563-57-1367 FAX 0563-59-3204

私たちは、生涯学習を応援しています。

…………にしん相談プラザからのお知らせ…………
住宅ローン・各種ローン・資産運用・年金・保険

年金無料相談会のお知らせ

予約制 年金 無料相談会	●本店営業部 相談プラザ出張所 12月27日(金)、1月11日(土)、 1月14日(火)、1月24日(金)	●刈谷支店 相談プラザ出張所 12月28日(土)、1月11日(土)、 1月25日(土)	●辻支店 相談プラザ 1月11日(土)	●岡崎駅西支店・六ツ井支店相談プラザ 1月18日(土)
--------------------	---	---	------------------------	--------------------------------

WEB完結型 「にしんマイカーローン・教育ローン」
スマホで簡単申込WEB完結で来店不要

マイカーローン
お申し込みはこちら

教育ローン
お申し込みはこちら

詳しくは、にしん相談プラザへお問い合わせください。 西尾信用金庫 本店営業部相談プラザ出張所 西尾市熊鷹町南十五夜1番地3
TEL.0563-56-2400 平日11:00~19:00 土曜日10:00~16:00
定休日/水曜日・日曜日・祝日(例日土曜日の場合は営業します。12月31日~1月3日、1月5日の1土曜日は除く)
https://www.shinkin.co.jp/nishio/

お問合せ先 喜多見 090-3560-1154

花のスケッチ四季の会

季節の花をスケッチして楽しんでいる気楽な仲間たちです。上手、下手は関係ありません。楽しさ優先!

お問合せ先 板倉 090-3833-2059

ベリーダンス!

インナーマッスルを使い健康的でしなやかな体づくり、骨盤底筋を鍛え、くびれのあるスタイルを作りましょう。

お問合せ先 名曲堂楽器 西尾センター TEL.54-6933

津軽三味線教室

日本の伝統芸能である津軽三味線をあなたも弾いてみませんか?興味のある方はぜひ体験してみてください。

お問合せ先 名曲堂楽器 西尾センター TEL.54-6933

ohanaでバレエ

バレエ経験者、初心者の方、体幹・ボディラインを整えましょう。バレエの基礎の動きを取り入れ、身体を動かします。

お問合せ先 喜多見 090-3560-1154

米津太極拳クラブ 初心者募集

心静かにゆっくり動くので、年齢は気にせず誰でもできます。気持ち良くなー番!

お問合せ先 板倉 090-3833-2059

シニアのためのコーラスグループ

ステキなピアノ伴奏に合わせて楽しい仲間と一緒に歌いましょう!大きな声を出すとストレス解消になります。

お問合せ先 松田 080-5105-8901

ピアノを愛する人たちのために

趣味でピアノを弾いている方、気軽に小さなサロンに弾きにきて下さい。色々な方の演奏も楽しく聞けます。

お問合せ先 松田 080-5105-8901

お腹痩せピラティス

仰向けになって少し体を動かすだけでウエストが引き締まります。初心者の方にも簡単なエクササイズです。

お問合せ先 喜多見 090-3560-1154

英語学習教室Howland

英会話・英文法・高校英語。日本人がぶつかる英会話、英文法の壁を指導経験豊富な講師が徹底的に解決します。

お問合せ先 野口 090-9921-7294 welcometohowland@gmail.com

カルチャー講座～one more～

「one more学ぶ、one more楽しむ」をモットーに地域の皆様に寄り添った講座をご用意しています。いろいろな教室がありますので、興味のある方はお問い合わせください。

お問合せ先 ラ・フルージュ 加藤 080-5116-6538

本当に美味しいコーヒーを淹れよう!

Café樺の木の下で提供中のスペシャルティコーヒーの淹れ方、保管方法など、そのままを伝授します。

お問合せ先 Café樺の木の下で TEL.56-3802 nonsan1960@gmail.com

パソコンなんでも教室

パソコンをもっと使えるようになりたい!をレベルに合わせて援助します。

お問合せ先 Café樺の木の下で TEL.56-3802 nonsan1960@gmail.com

自由華

どんな花、型の活け花でも、ご自分の花器を持って来て活けてみてください。センスUPさせていただきます。

お問合せ先 TEL.56-3802 ellink1960@gmail.com

クラフトテープ籠作り

ご自分の好きなクラフトテープを選んでいただき、あじろ編みでステキで丈夫な籠を手作りします。完成まで何回でも指導します。

お問合せ先 TEL.56-3802 ellink1960@gmail.com

ハーブでお正月飾り作りましょう

自然素材のハーブを使い、よい香りに癒されながら素敵なしめ縄を作りましょう。アロマミストも作ります。

お問合せ先 090-9939-9224 hazu.aroma325@gmail.com

ヴォーカル教室で歌を楽しみませんか

懐かしいポピュラー名曲、シャンソン、カンツォーネなどを少人数のグループレッスンで学びます。正しい発声法でレベルアップして、人前で歌う自信がきます。

お問合せ先 平和堂楽器 TEL.54-3151

かな書道教室

かな・漢字・実用の書・硬筆などを指導。

ちぎり絵教室

花、風景、静物、動物など好みに合わせて自由に和紙を貼り合わせて作品を作ります。

お問合せ先 パッケージプラザ佐野 TEL.57-7125

竖琴(たてごと)を弾いてみませんか?体験できます

「千と千尋の神隠し」の主題歌にも使われた竖琴は持ち運びのできる楽器です。やさしい音色は気持ちが落ち着き、リラックスできます。

お問合せ先 高原 090-2923-8676

講演・公演

中小企業向け脱炭素セミナー

「ブランド向上」にもつながる脱炭素化のポイントや事例紹介などを行います。ぜひ、ご参加ください!

お問合せ先 西尾信用金庫 お客さま支援部 宮川 TEL.56-7126

新春ソプラノ&ピアノコンサート

ソプラノ・紋部理佐(岡崎)&ピアニスト・松江有希子(一宮)のデュオ。オペラのアリアからポップスまで。

お問合せ先 永井 090-7263-8881

展覧会・展示会

墨幽会展(日本画)

月2回、鈴木喜家先生のご指導により、日本画の基本を学び、各自好きな題材を描いています。また、展示会を設け、絵の上達に努めています。

お問合せ先 安藤 TEL.56-0318、090-8472-2195

第17回 紫陽会 選抜新春展

新春展のご案内が届きますと「また一年が過ぎた」と感じます。年々一年の過ぎるのが早くなりますが、作品制作中は時間の過ぎるのを忘れて、美しい日本の風景が頭の中にいっぱい広がります。

お問合せ先 薬瀬 TEL.54-2377

『写団富士』第16回 新春富士山写真展

美しい富士山の写真を全紙・全倍サイズで52点展示致します。同時に「犬塚入倉二人展」も開催致します。

お問合せ先 入倉 090-1621-0168

野ばら絵手紙愛好会の作品展

手作りカレンダー、絵や文字を描いた直径40センチくらいの傘の作品を中心に、あとは各々、思いのままの作品を製作しました。楽しんでご覧いただければうれしいです。

お問合せ先 パッケージプラザ佐野 TEL.57-7125

地震と災難～宝永地震から三河地震まで～

三河地震が発生してから2025年1月で80年になります。現在も地震は日本各地で頻発しており、時代を問わず人々は地震によって被害を受けてきました。

お問合せ先 安城市歴史博物館 TEL.0566-77-6655 ※毎週月曜日、12/28～1/4は休館。1/13は開館。

イベント

西尾市立図書館だより

頭のいい人の夜に学ぶ習慣 もう会えない人を思う夜に 日本全国高速道路SA & PA 感動のグルメ対決!

るるのミュージック・パフォーマンス

僕がギターやピアノを弾いて歌います。拡大コピーをかけた歌詞カードを見ながら一緒に歌いましょう。

お問合せ先 るる(山本) 090-3459-4947 curry-and-rice_lulu@ezweb.ne.jp

西尾自然観察会(第4土曜日開催)

12月はシダコケハイク、平原登山口駐車場集合。1月は展望根継走ハイク、ふれあいの里駐車場集合。

お問合せ先 西尾自然の会 松山 090-7616-2613

Game Day

簡単なゲームをしながら英語で交流! 日時/2025/1/16、1/26 10:00～11:00 ※コースにより曜日時間が異なります。

お問合せ先 野口 090-9921-7294 welcometohowland@gmail.com

まち歩きごみ拾い隊にしお 参加者募集

「ごみ拾いは幸せ拾い」を合言葉に、西尾市役所から西尾駅周辺のごみ拾いに一緒に参加しませんか!

お問合せ先 山本 080-3061-5980

みんなみんなのおはなし会

ふるさとの民話から昔話まで、楽しいお話がいっぱい。さあ、はじまり～はじまり～。お気軽にお越しください。

お問合せ先 伊藤 090-6596-4720

ほうほうお話し会

お寺でのお話し会に遊びにいらっしゃいませんか。ふるさとの民話から楽しいお話まで。どうぞお楽しみに～。

お問合せ先 TEL.0566-41-2974

ひかりカフェ クリスマスおたのしみ会

オカリナと大正琴の演奏でみんなが一緒に歌える歌をチョイスしました。クリスマスの聖なるひとときを楽しんでください。

お問合せ先 鈴木 TEL.72-1812

今こそ聞きたい心温まる法話

全国の被災地での救済救済活動に生涯を捧げた明治・大正時代の名僧「日本のマザー・テレサ」嶋田本真尼が創建した浄土宗の尼寺、徳雲寺。一度、お参りいただき本真尼の慈愛の心にくれてみてはいかがでしょうか。

お問合せ先 判治 090-6071-3267

読者の皆様のお声にこたえて 「文化の森 PDF版」 Webから見るようになりました フリ・トラック 文化の森 検索