

作品
大募集

第44回東青梅市民センター コミュニティ文化祭

東青梅市民センターでは、10月4日（土）～5日（日）にコミュニティ文化祭を開催します。日ごろの活動の成果を発表してみませんか。多くの方のご応募をお待ちしています。

- 募集作品 書道、絵画、写真、生け花、手芸、その他文化を表現する創作品
- 募集期間 8月1日（金）～8月31日（日）
- 対象 第八支会管内（東青梅・根ヶ布・師岡町）に在住・在勤し、文化活動をしている団体および個人
- 申込方法 申込書にて東青梅市民センターへ（申込書はセンターに設置）



令和6年度の様子

第八支会ささえあい フェスティバル

10月5日（日） 会場：東青梅市民センター

第八支会では、今年も文化祭と同時開催で「ささえあいフェスティバル」を開催します。地元団体の演技披露や模擬店など、楽しい催しが盛りだくさん！

詳細は、今後の市民センターだより、回覧などでお知らせします。お楽しみに！

今年も
開催します！



今月の ミニギャラリー

市民センター正面玄関には、地域団体の作品を展示できるミニギャラリーが設置されています。8月は、『おひさま広場』の作品を展示しています。ぜひご覧ください！



8月のわいわいサタデー



日にち	会場・時間	対象	内容・持ち物等	申込み
8/2（土）	東青梅市民センター体育館 10:00～12:00 ※熱中症警戒アラートが発令された場合、センター内で行います。	児童・保護者同伴の乳幼児 ■定員30名（先着順） ※体調不良の方は利用をお控えください。	自由遊びおよび交流の場の提供 ※上履きをご持参ください。 ※会場にて検温を実施します。	申込不要 直接会場へ
8/9（土）				
8/16（土）				
8/23（土）				

8月の休館日は18日（月）です。

裏面もご覧ください。

令和7年度第八支会防災訓練 「安否確認訓練」を行います



令和7年度の第八支会防災訓練は昨年と同様に、災害発生時の安否確認訓練を行います。

「無事旗」を掲出することで、周りの人に自分たちの無事を知らせる訓練です。自治会から配付された「無事旗」を使用してください。紛失した方はタオルなどを代用してご参加ください。



▶ 日にち：令和7年9月7日（日）

（雨天でも実施します）

▶ 内 容：午前8時30分までに、通りから見える玄関先に「無事旗」をぶら下げてください。マンションなど集合住宅の場合は、通路に面した玄関先に「無事旗」をぶら下げてください。自治会役員が「無事旗」掲出の確認に行きますので、片付けは午前10時以降にお願いします。

▶ その他：午前8時に防災行政無線が流れます。

▶ 問合せ：第八支会地区防災対策委員会事務局
（東青梅市民センター内）
電話 24-8110

災害はいつ起こるかわかりません。日頃の訓練がとても重要になりますので、多くの方の参加をお願いします。

東青梅老壮大学6月講座

「フレイル対応・高齢者の運動・ミニ(笑)運動会」を開催しました

東青梅老壮大学では、昨年度に引き続き東京学芸大学陸上競技部アドバイザーの石黒成彬（いしぐろなりあき）先生をお招きし、6月26日（木）に市民センター体育館で「フレイル対応・高齢者の運動・ミニ(笑)運動会」と題した講座を行いました。

昨年同様「歩く」「ボール運動」をテーマとし、皆さんとても楽しそうに身体を動かしていました。



～フレイルとは～

加齢とともに心身の機能が低下、健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能低下が見られる状態のことです。フレイルを予防することが健康寿命を伸ばすことになりま

※当日の様子は、青梅市ホームページにも掲載しています。



YouTube



第八支会チャンネル

第八支会のキャッチフレーズ「明るく 楽しく 元気よく」

第八支会の活動を動画で配信しています。ぜひご覧ください！

第八支会チャンネル

検索

※青梅市自治会連合会のホームページからもご覧いただけます。

8月の休館日は18日（月）です。

裏面もご覧ください。