

作品
大募集

第45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3日（土）～4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（土）～8月31日（月）
- 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（申込書は東青梅市民センターに設置）



展示の様子

第八支会ささえあい フェスティバル

10月4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、『ステンドグラスティファニー』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
8/1（土）	東青梅市民センター 体育館	小学生・保護者同伴の乳幼児	自由遊びおよび交流の場	申込不要 直接会場へ
8/8（土）				
8/15（土）				
8/22（土）	10:00～12:00	※体調不良の方は利用をお控えください。	※上履きをご持参ください。	

8月の休館日は17日（月）です。

裏面もご覧ください。

第52回

第八支会ソフトボール大会

日 時 9月20日（日）

会 場 吹上小・吹上中

問合せ 東青梅市民センター

24-8110

熱中症に気を付けて
プレーしましょう！！



東青梅市民センター 排水管交換工事完了の お知らせ

休館期間中は、大変ご不便をおかけいたしました。

また、ご理解とご協力をいただきありがとうございました。

令和8年7月24日（金）より通常どおり業務を再開しております。



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25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す。

※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でもご覧いただけます。

8月の休館日は17日（月）です。

裏面もご覧ください。