

ポッチャ体験会 参加者募集中!

日時 12月11日(日) 午後1時 受付開始
会場 東青梅市民センター体育館
内容 パラスポーツ「ポッチャ」の体験・ゲーム
持ち物 体育館履き(マスク着用)
申込み 東青梅市民センターにある申込書を提出

お一人での参加もOKです。

参加賞も用意していますので、ぜひご参加ください!

問合せ 青少年対策第八支会地区委員会(東青梅市民センター内)
電話 24-8110

年末・年始休業のお知らせ

東青梅市民センターは、12月29日(木)から1月3日(火)が年末・年始の休業期間となります。この間、市民センターに設置してあるブックポストもご利用いただけません。

ご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

第16回第八支会 グラウンドゴルフ大会

11月13日(日)、第16回第八支会グラウンドゴルフ大会が吹上小学校で開催されました。

24チーム162名の参加者は手に汗握る戦いを繰り広げました。結果は以下のとおりです。

優勝 根ヶ布2丁目Bチーム
準優勝 師岡町2丁目Aチーム
第3位 師岡町1丁目Aチーム



東青梅老壮大学10月講座

「身体の調子を調べてみましょう!」を開催しました

10月27日(木)、東青梅市民センター体育館において、日本体育大学名誉教授の高橋一衛先生をお招きし、「身体の調子を調べてみましょう!」と題した講座を行いました。

今後の生活を考えるきっかけとして、血圧、握力、体脂肪率、骨密度などを計測し、その後、自宅でできる簡単な運動について先生からお話しいただきました。



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おり、月替わりで作品を展示しています。

12月は、『生き活き絵画手仕事』の作品を展示しています。ぜひご覧ください。

12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
12/3(土)	東青梅市民センター 体育館 10:00~12:00	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てください。	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。 ※マスクを着用して来場してください。 ※会場にて検温を実施します。	申込不要 直接会場へ
12/10(土)				
12/17(土)				
12/24(土)				

12月の休館日は19日(月)。 12月29日~1月3日までは休業します。