

④住吉スポーツクラブ

設立日（平成19年2月25日）

■ 事務局所在地	〒 880-0125 宮崎市大字広原797-3	● 会 長	尾崎 太朗
■ T E L	090-8289-1166	● クラブマネジャー	福留 ひとみ
■ F A X	(0985) 39-3355	● サブマネジャー	坂永 途美子
■ e-mail	sumiyoshi16@mivazaki-catv.ne.jp		
■ ホームページ	http://sumiyoshi-sc.com		

主な対象
エリア学校

小学校： 住吉小、住吉南小
中学校： 住吉中

クラブの理念

「いつでも」「どこでも」「だれでも」「いつまでも」をモットーに、健康づくり、仲間づくり、いきがづくりを推進し、明るく豊かで活力ある町づくりを目的としています。

会員数

現在会員数 306名

会 費

入会費 1200円 年会費 1200円
月会費 300～1000円（講座によって異なる）

平成 30 年度 の 主 な 活 動 内 容	教室・講座	教室・講座名	イベント名（曜日、開催月等）	活動場所
		ノルディックウォーキング	（第1土曜日）9：00～10：00	すみよし公園他
健康体操	（第2、4水曜日）10：00～11：30	住吉公民館		
ピラティス	（第2、4水曜日）20：00～21：00	住吉公民館		
ソフトエアロビクス	（第1、3水曜日）20：00～21：00	住吉公民館		
いきいき体カづくり	（第1、3水曜日）10：00～11：30	住吉公民館		
太極拳	（第1、2、3月曜日）10：00～11：30	住吉公民館・住吉中武道場		
中級社交ダンス	（第1、2、4月曜日）20：15～21：30	住吉中武道場		
初級社交ダンス	（第1、2、4月曜日）19：30～20：45	住吉中武道場		
ヨ ガ	（第1,3土曜日）19：30～21：00	住吉公民館		
フラダンス	（第1、3木曜日）13：30～15：00	このみ		
ロコモ運動教室	（毎週木曜日）10:00～11：30	住吉中武道場・住吉公民館		
子ども運動教室	（毎週土曜日）13：00～17：00	すみよし公園他		
グラウンドゴルフ	（毎週木曜日）9：00～11：00	すみよし公園		
ターゲットバードゴルフ	（毎週火曜日）9：00～11：30	すみよし公園		
マレットゴルフ	（第2、4金曜日）9～11：30（夏）13～15（冬）	エントランス広場		
卓球	（第1、3土曜日・第2、4日曜日）13：00～17：00	広原体育館、住吉公民館		
ミニテニス	（毎週木曜日）20：00～22：00	住吉小学校		
バドミントン	（第2、4日曜日）19：00～21：00	住吉公民館		
カローリング	（第1、3土曜日）13：30～15：30	住吉公民館		
介護予防運動	（火・木・金）9：30～11：30	自治公民館4箇所		
イ ベ ン ト	三世代グラウンドゴルフ大会、ターゲットバードゴルフ大会		すみよし公園	
	卓球交流大会、社交ダンスパーティー、カローリング大会		住吉公民館	
	ミニバレー大会、クラブ旅行		住吉小学校他	

多種の講座を設け幅広い年齢の方が参加されています。イベント等で会員間の交流も楽しまれています。高齢者が多く、社会問題の医療費削減対策に大いになっている事を感じます。体験もできますので、いつでも気軽に参加してみてください。