

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 340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）

二〇一九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
		教室・講座	ノルディックウォーキング	（第1土曜日）9：00～10：00
		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
		シェイプアップエアロ	（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
		社交ダンス	（第1、2、4月曜日）20：00～21：30	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	三世代ニューススポーツ交流会、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、グラウンドゴルフ大会、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んでいます。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。