

④ 住吉スポーツクラブ

設立日:平成19年2月25日

■ 事務所所在地	〒880-0125 宮崎市大字広原797-3	● 会長	横山 兼一
■ TEL	090-8289-1166	● クラブマネジャー	福留 ひとみ
■ FAX	(0985) 39-3355	● サブマネジャー	坂永途美子 甲斐美樹
■ e-mail	sumiyoshi16@miyazaki-catv.ne.jp		
■ ホームページ	http://sumiyoshi-scl.jimdofree.com/		
主な対象 エリアの学校	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 307名		
会費	入会金: 1,200円 / 年会費: 1,600円 月会費: 400円~1,700円(講座により異なる)		

令和七年度の主な活動内容	教室・講座名(曜日、週、時間帯) イベント名(開催月等)		活動場所
		健康体操	第2・4水曜日 10:00~11:30
	ピラティス	第2・4水曜日 20:00~21:00	住吉地区交流センター
	シェイプアップエアロ	第1・3水曜日 20:00~21:00	住吉地区交流センター
	いきいき体カづくり	第1・3水曜日 10:00~11:30	住吉地区交流センター
	太極拳	第1・2・3月曜日 10:00~11:30	住吉地区交流センター
	社交ダンス	第1・2・4月曜日 19:30~21:00	住吉中武道場
	ヨガ	第1・3土曜日 19:30~21:00	住吉地区交流センター
	フラダンス	第2・4木曜日 13:30~15:00	住吉地区交流センター
	ロコモ運動教室	毎週木曜日 10:00~11:30	住吉地区交流センター
	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
	卓球(子ども)	第1・3土曜日、第2・4日曜日 15:00~17:00	広原体育館、住吉地区交流センター
	卓球(大人)	第1・3土曜日、第2・4日曜日 13:00~15:00	広原体育館、住吉地区交流センター
	卓球(大人)	毎週木曜日 20:00~22:00	住吉中武道場
	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	住吉地区交流センター
	ピックルボール	毎週月曜日 20:00~22:00	住吉中学校
	カローリング	第1・3土曜日 13:00~15:00	住吉地区交流センター
	このゆびと~まれ(子ども)	月2回月曜日 17:00~18:00	住吉小学校
	介護予防運動	月3回木・金曜日 10:00~11:30	住吉中武道場・宮本自治公民館
イベント	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、ミニテニス交流大会		住吉地区交流センター他
	ミニバレーボール大会、グラウンドゴルフ大会、クラブ旅行他		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つなが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。