



宮城区自治会カレンダー



2019年10月1日
宮城区自治会
会長 喜友名 昭美
TEL 936-5936

日	曜日	行事予定	各種サークル
1	火	男塾(囲碁・将棋・卓球・カラオケ)14時～	民謡サークル(20～22)
2	水	第6回 区政委員会 20時～ 脳トレ麻雀教室13-16	医療ヨガサークル10-11 リフォームサークル(13～15) ハワイアンフラ(20～22) つるの会(9～12)
3	木	寿菜会 チャット14時～	タヒチアンダンス (19～20)
4	金		エコクラブ(14～16) 民謡サークル(20～22) ズンパサークル
5	土		つるの会(16～17) さわやか会(6～7) 書道サークル(10～12) 医療ヨガサークル10-11
6	日		
7	月	講座 ディスコエクササイズ 10:30～12:30	港サークル(民舞) (10～12) 貯筋クラブ(13:30～16)
8	火	男塾(囲碁・将棋・卓球・カラオケ)14時～	民謡サークル(20～22)
9	水	老人クラブ定例会 脳トレ麻雀教室13-16休み	医療ヨガサークル10-11 リフォームサークル(13～15) ハワイアンフラ(20～22) つるの会(9～12)
10	木	寿菜会 お楽しみ	タヒチアンダンス (19～20)
11	金		民謡サークル(20～22) エコクラブ(14～16) 休み
12	土	宮城区公民館祭り	つるの会(16～17) さわやか会(6～7)
13	日		
14	月		港サークル(民舞) (10～12) 貯筋クラブ(13:30～16)
15	火	男塾(囲碁・将棋・卓球・カラオケ)14時～	民謡サークル(20～22)
16	水	脳トレ麻雀教室13-16	医療ヨガサークル10-11 リフォームサークル(13～15) ハワイアンフラ(20～22) つるの会(9～12)
17	木	寿菜会 レクリエーション14時～	タヒチアンダンス (19～20)
18	金		民謡サークル(20～22) エコクラブ(14～16)
19	土		つるの会(16～17) さわやか会(6～7) 書道サークル(10～12) 医療ヨガサークル10-11
20	日		
21	月	講座 ディスコエクササイズ 10:30～12:30	港サークル(民舞) (10～12) 貯筋クラブ(13:30～16)
22	火	即位の礼	民謡サークル(20～22)
23	水	脳トレ麻雀教室13-16	医療ヨガサークル10-11
24	木	寿菜会 チャット14時～	タヒチアンダンス (19～20)
25	金		民謡サークル(20～22) エコクラブ(14～16) ズンパサークル
26	土		つるの会(16～17) さわやか会(6～7) 書道サークル(10～12) 医療ヨガサークル10-11
27	日		
28	月		港サークル(民舞) (10～12) 貯筋クラブ(13:30～16)
29	火	男塾(囲碁・将棋・卓球・カラオケ)14時～	民謡サークル(20～22)
30	水	脳トレ麻雀教室13-16	医療ヨガサークル10-11



☆☆☆ 今月の講座 ☆☆☆

**ディスコ
エクササイズ**

1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目
9月2日	9月9日	9月30日	10月7日	10月21日	11月11日	11月18日
8回目	9回目	10回目	11回目	12回目	13回目	14回目
12月2日	12月9日	12月16日	12月23日	1月6日	1月20日	1月31日 予備費

毎月月曜日AM10:30～PM12:30
詳しくはチラシを見てね!

※後記※ 暦の上では立秋をむかえ朝夕は涼しくなりましたが、日中はまだまだ暑い沖縄、体調管理はしっかりしましょう。今月は宮城区公民館祭りがあります。区民の皆さんに喜んでいただけるよう企画に取り組んでますので、ご家族そろってご参加お待ちしております。