

とよさとマイ・タウンクラブ通信 10月号



マイ・タウンクラブ通信 目次
 1. 20周年企画第2弾!
 2. 教室活動のご案内
 3. 10月活動予定カレンダー(裏面)

★プログラム活動には会員登録が必要です。詳細につきましては、NPO法人とよさとマイ・タウンクラブ事務局までお尋ねください。
 ★各種教室等についても気軽にお問い合わせ下さい。
 (平日午前9時から午後5時・土日祝日除く)

発行・NPO法人とよさとマイ・タウンクラブ
 担当・NPO法人とよさとマイ・タウンクラブ事務局
 連絡・豊里運動公園内 76-5181

豊里地区市民交流スポーツ大会 (秋季大会) 開催!

町内会や職場の仲間、近所の友達、同級生や仲良しグループ、親子での参加も大歓迎♪
 みんなでチームを作って参加しよう♪
 参加条件: 豊里町在住者・出身者・勤務者・通学者のいずれかであること!

今回開催する種目はこの2つ!
「卓球バレー」・「ビニールバレー」
 日時: 11月10日(日)午前9時スタート (受付 8時30分)
 会場: 豊里公民館 大ホール

※申込み方法等の詳細は別配布のチラシを参照ください。



クラブ20周年企画第2弾! 「ハワイアンズで楽しもうツアー」参加者募集!

クラブが20周年を迎えるにあたり、会員の皆さんに何がしたいか聞いてみたところ…
 「ハワイに行きたい」と言われました…が、どう頑張っても無理なので、
 みんなで楽しくハワイアンズでハワイ気分を♪

- ◆行先: スパリゾートハワイアンズ ◆主催: NPO法人とよさとマイ・タウンクラブ
- ◆日時: 11月 3日(日) ☆集合6時50分 ☆解散予定 18時30分
- ◆対象: とよさとマイ・タウンクラブ会員限定 先着30名 ◆参加費: 4,000円※昼食代等各自 ※クラブ会員の皆様への日ごろの感謝を込めて企画しました。会員限定での開催にご理解をお願いします。
- ◆申込み: 別配布のチラシにある申込用紙に必要事項をご記入し参加費を添えてクラブ事務局にお持ちください。 * 受付期間 10/7(月)~10/18(金)※9時~17時 土日除く
 ※詳細は別配布のチラシを参照ください お問合せ先: とよさとマイ・タウンクラブ事務局 電話 0225-76-5181 ※ 平日 9時~17時

10月より後期会費での会員登録が始まります! とよさとマイ・タウンクラブ年会費表(後期)

★10月1日より後期会費での会員登録が始まります★
 この機会に是非登録して、一緒に活動しましょう♪
 【クラブ会員新規・更新手続き方法】
 クラブ事務局に用意してある申込用紙に必要事項を記入して頂き、
 年会費(右記表を参照下さい)を納めて頂くだけで完了ですよ♪
 ※ファミリー会員とは…同一世帯であればご家族何人でも加入出来るお得な会費です
 ※既に今年度の会員登録がお済みの方は必要ありません。

	後期会費
未就学児	350円
小・中・高校生	1,400円
一般	2,800円
65歳以上	1,400円
ファミリー	4,900円

クラブのホームページが新しくなりました! <https://toyosato-mytown.com>

教室活動のご案内

体カアップ体操

開催日 10月2日 16日 (水曜日)
 時間 午後2時00分~午後3時30分
 開催場所 多目的研修センター
 講師 我妻早苗さん 参加費 200円
 持ち物 上靴・飲み物をご持参ください。
 ★みんなで楽しく筋トレしよう!
 ~転ばぬ先の杖ならぬ筋力アップです~

レクダンス教室

開催日 10月8日 22日 (火曜日)
 時間 午前10時~午前11時30分
 開催場所 多目的研修センター
 講師 高橋正子さんほか
 持ち物 上靴・飲み物をご持参ください。
 参加費 200円
 ★音楽に合わせて楽しく身体を動かそう!

よさこいスクール

開催日 10月10日 24日 (木曜日)
 時間 午後7時00分~午後9時00分
 開催場所 多目的研修センター
 講師 佐々木真紀さん
 持ち物 上靴・飲み物をご持参ください。
 ★初心者大歓迎!! 参加費 100円
 ★運動量があるのでダイエットにも◎

いきいき健康教室

開催日 10月4日 18日 (金曜日)
 時間 午後2時00分~午後3時00分
 開催場所 公民館柔道場
 講師 只野隆博さん
 参加費 200円
 ★簡単な運動で健康な身体を手に入れよう
 ★ムリせず出来る範囲でOKですよ!

気功太極拳教室

開催日 10月10日 24日 (木曜日)
 時間 午後7時30分~午後9時00分
 開催場所 10/10 公民館和室
 10/24 多目的研修センター
 講師 鈴木隆彦さん
 ★初めての方大歓迎! 参加費 200円
 ★気軽に参加できる教室です(^_^)

エンジョイ♪エアロ

開催日 10月9日 23日 (水曜日)
 時間 午後7時30分~午後9時00分
 開催場所 10/9 公民館中ホール
 10/23 多目的研修センター
 講師 只野千晶さん
 参加費 200円
 ★初めての方でも楽しく運動できますよ!

HIPHOP☆スクール

開催日 10月12日 26日 (土曜日)
 時間 JBクラス(Jr beginner's class) 午後6時50分~午後7時40分
 SBクラス(Sr basic class) 午後7時50分~午後9時00分
 開催場所 多目的研修センター 講師 佐々木聖彦さん
 参加費 1回につき 500円 持ち物 上靴・飲み物・タオル
 初めての人も興味のある人、体を動かすのが苦手な人もみんな集まれ!!
 おうちのひともしょしょにやってみよう(*^▽^*)♪ Let's Dance♪

メディカルヨガ

開催日 10月2日 16日 (水曜日)
 時間 午後7時30分~午後9時00分
 開催場所 10/2 多目的研修センター 10/16 公民館中ホール
 講師 亀井あゆみさん
 参加費 1回につき 200円
 持ち物 飲み物・タオル・ヨガマット(お持ちの方)
 ★心も身体も健康に!
 「メディカルヨガ」は健康になるためのヨガです。

★各教室の体験希望(1回)は随時可能です。その際、参加費を収集させていただきます。
 秋は「食欲秋」「読書の秋」…そして「スポーツの秋」!!運動する機会を増やしましょう♪



10月

行ってきました♪「秋清寒！満足満腹いも煮会」第18回登米市スポーツまつりのご案内!

9月22日(日)、蔵王えぼしリゾートでもいも煮会をしてきました。当日は悪天候でしたが、屋内でも楽しく過ごすことが出来ました。メのカレーうどん、今年も好評でした♪
何回か訪れているえぼしリゾートですが、今回初めてサルを発見！ビックリです。来年は青空の下でもいも煮会を行えればと思います。その時は是非参加して下さいね(*^-*)



開催日：令和6年10月20日(日)
受付時間：午前9時00分～9時30分
(開会 9時30分)
会場：登米市立津山小学校(旧柳津小学校)
参加料：無料 申込み締切10/4 ※当日参加可
参加種目は2種類 ☆申込時に選んでください
① ウォーキング【ふるさとウォーキング】(約6.4km)
② スポーツ体験(ポッチャやモルックなど)
※詳細やお問合せ先 登米市体育協会 ☎0220-34-7302
※申込用紙はマイ・タウンクラブにございます。
気軽にお越しください。

日	月	火	水	木	金	土
6	7	8	9	10	11	12
<p>◆◆運動公園・花の公園を利用する皆さんへ◆◆ ～施設をキレイに利用していただくために～</p> <p>◎ゴミの持ち帰りにご協力ください。 ◎ゴルフの練習は禁止しています! ◎ペットの散歩はリードを付け、芝生には入れないようお願いいたします。また、フンの後始末もお願いします。 ※花の公園多目的グラウンド・運動公園を利用する際は申請が必要です。必ず申請をして利用ください。</p>		<p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p> <p>「体力アップ体操」はステップ運動と、ゴムベルトを使っての筋トレをしますよ♪ 後半のストレッチのみの参加もOK!!</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 多目的研修センター</p> <p>体力アップ体操 14:00～15:30 多目的研修センター</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p> <p>メディカルヨガ 19:30～21:00 多目的研修センター</p>		<p>いきいき健康教室 14:00～15:00 公民館柔道場</p> <p>バスケット 20:00～22:00 公民館大ホール</p>	
<p>レッツ!!ダイエット 10:00～11:00 多目的研修センター</p> <p>バドミントン 20:00～22:00 公民館大ホール</p>		<p>レクダンス教室 10:00～11:30 多目的研修センター</p> <p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 公民館和室</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p> <p>エンジョイ!おエアロ 19:30～21:00 公民館中ホール</p>	<p>気功太極拳教室 19:30～21:00 公民館和室</p> <p>よさこいスクール 19:30～21:00 多目的研修センター</p>	<p>ボクシング 19:30～21:00 公民館中ホール(脇)</p> <p>バスケット 20:00～22:00 公民館大ホール</p>	<p>【HIPHOP☆スクール】 ○JBクラス(3歳児～) 18:50～19:40 ○SBクラス(小学生～) 19:50～21:00 多目的研修センター ※参加費徴収あり</p>
		<p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 公民館和室</p> <p>体力アップ体操 14:00～15:30 多目的研修センター</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p> <p>メディカルヨガ 19:30～21:00 公民館中ホール</p>		<p>いきいき健康教室 14:00～15:00 公民館柔道場</p> <p>ボクシング 19:30～21:00 公民館中ホール(脇)</p> <p>バスケット 20:00～22:00 公民館大ホール</p>	
		<p>レクダンス教室 10:00～11:30 多目的研修センター</p> <p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 多目的研修センター</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p> <p>エンジョイ!おエアロ 19:30～21:00 多目的研修センター</p>	<p>気功太極拳教室 19:30～21:00 多目的研修センター(脇)</p> <p>よさこいスクール 19:30～21:00 多目的研修センター</p>		<p>【HIPHOP☆スクール】 ○JBクラス(3歳児～) 18:50～19:40 ○SBクラス(小学生～) 19:50～21:00 多目的研修センター ※参加費徴収あり</p>
<p>第18回 登米市スポーツまつり</p> <p>開会:9時30分 会場:津山小学校 【旧柳津小学校】</p>	<p>バドミントン 20:00～22:00 公民館大ホール</p>	<p>レクダンス教室 10:00～11:30 多目的研修センター</p> <p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 多目的研修センター</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p> <p>エンジョイ!おエアロ 19:30～21:00 多目的研修センター</p>	<p>気功太極拳教室 19:30～21:00 多目的研修センター</p> <p>よさこいスクール 19:30～21:00 多目的研修センター</p>		<p>【HIPHOP☆スクール】 ○JBクラス(3歳児～) 18:50～19:40 ○SBクラス(小学生～) 19:50～21:00 多目的研修センター ※参加費徴収あり</p>
		<p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 公民館和室</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p>		<p>いきいき健康教室 14:00～15:00 公民館柔道場</p>	
		<p>レクダンス教室 10:00～11:30 多目的研修センター</p> <p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 公民館和室</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p>	<p>TRICK TREAT</p>	<p>パッチワークサークル活動日 毎週水曜日 19:30～21:30 場所 公民館研修室(9.30) 多目的研修センター(2.16.23) 日程 10月2日9日16日23日30日</p>	
		<p>レッツ!!ダイエット 10:00～11:00 多目的研修センター</p> <p>バドミントン 20:00～22:00 公民館大ホール</p>	<p>ソフトバレー 19:30～21:00 公民館大ホール</p>	<p>Smile YoGo(スマイルヨガ) 9:30～10:30 公民館和室</p> <p>卓球サークル 19:00～21:00 公民館大ホール</p>	<p>水中運動教室開催日 日程 10月3日10日17日24日31日 集合 9時20分 豊里運動公園 ※お休みの時は連絡をお願いします。</p>	