

3月



『美奈宜の杜』スケジュール

みなぎのもり歯科クリニック
9:00~17:00



美奈宜の杜事業本部
8:45~17:30
TEL 0946-21-1600
FAX 0946-21-1721
(申し込み・問い合わせ) 内山 まで

日	月	火	水	木	金	土
★第8回★ 美奈宜の杜 スタンプラリー 3月11日(日) 9:50~13:00 長距離コース 9:50集合 短距離コース 10:00集合 申込は コミュニティセンターまで 申込締切: 3月8日(木)		美奈宜会ゴルフコンペのご案内 日時 平成30年3月28日 場所 秋月カントリークラブ 競技 18ホール ストロークプレイ 会費 2000円 プレー費 自己負担 申込締切 3月19日(月)まで 美奈宜会の申込・問合せ コミュニティセンター 内山まで		1(可燃ごみ) グリーンコープ移動販売 トレッキングクラブ 黒金山~牛頸山 8:00センター出発 テニスサークル 9:00~11:00 免疫力アップ美姿勢ヨガ 10:00~11:30 自力整体 10:00~12:00 ハワイアンフラ 13:30~15:30 おやじの若返りヨガ 13:30~15:00 レディース脳トレ麻雀 14:00~16:00	2 卓球教室 10:00~12:00 ダーツの会 10:00~12:00 リズムエクササイズ 14:00~15:30 美奈宜の杜音づくりの会 14:00~17:00 杜の風(カフェコーナー) 14:00~16:00 金曜の市 15:00~16:15	3 テニス教室 9:00~11:00 うた声喫茶 10:00~ 寺子屋in美奈宜の杜 10:00~12:00(子供書道) 陶芸教室① 13:00~15:00 碁友会・将棋友の会 13:00~17:00 コントラクトブリッジ(トランプ) 14:00~16:00(娯楽室) ビリヤード 15:00~17:00
		4 テニスサークル 9:00~12:00	5(可燃ごみ) ソフトボール愛好会 10:00~12:00 ステップ教室 10:00~12:00 デトックスヨガ 13:30~15:00 はがき絵サークル 13:30~15:00 男の自力整体 14:00~16:00	6 買い物物販 9:30出発 テニスサークル 9:00~11:00 レディースゴルフ教室 13:15~15:30 卓球教室 14:00~16:00	7 刃物研ぎ出張サービス 9:00~12:00 テニス教室 9:00~11:00 レディーステニスサークル 9:30~11:30 グラウンドゴルフ 10:00~12:00 ぞめきの日(THE阿波踊り) 15:00~16:00	8(可燃ごみ) グリーンコープ移動販売 資源ゴミ回収 9:00~10:00 テニスサークル 9:00~11:00 免疫力アップ美姿勢ヨガ 10:00~11:30 自力整体 10:00~12:00 ハワイアンフラ 13:30~15:30 おやじの若返りヨガ 13:30~15:00 レディース脳トレ麻雀 14:00~16:00
11 スタンプラリー(社協主催) 長距離コース 9:50集合 短距離コース 10:00集合 太極拳 10:00~12:00 テニスサークル 13:00~16:00 卓球教室 14:00~16:00	12(可燃ごみ) ソフトボール愛好会 10:00~12:00 太極拳 10:00~12:00 ステップ教室 10:00~12:00 社のオアシス定例会 13:30~ デトックスヨガ 13:30~15:00 寺子屋in美奈宜の杜 14:00~16:00 男の自力整体 14:00~16:00	13 買い物物販 9:30出発 テニスサークル 9:00~11:00 レディースゴルフ教室 13:15~15:30 卓球教室 14:00~16:00 寺子屋in美奈宜の杜 14:00~16:00	14 テニス教室 9:00~11:00 レディーステニスサークル 9:30~11:30 グラウンドゴルフ 10:00~12:00 ぞめきの日(THE阿波踊り) 15:00~16:00 水曜会 17:00~	15(可燃ごみ) グリーンコープ移動販売 テニスサークル 9:00~11:00 デジカメ・友の会 9:30~11:30 免疫力アップ美姿勢ヨガ 10:00~11:30 自力整体 10:00~12:00 区役員会 13:30~ ハワイアンフラ 13:30~15:30 レディース脳トレ麻雀 14:00~16:00	16 卓球教室 10:00~12:00 ダーツの会 10:00~12:00 リズムエクササイズ 14:00~15:30 美奈宜の杜音づくりの会 14:00~17:00 杜の風(カフェコーナー) 14:00~16:00 金曜の市 15:00~16:15	17 テニス教室 9:00~11:00 うた声喫茶 10:00~ 寺子屋in美奈宜の杜 10:00~11:00(子供書道) 陶芸教室③ 13:00~15:00 碁友会・将棋友の会 13:00~17:00 コントラクトブリッジ(トランプ) 14:00~16:00(娯楽室) ビリヤード 15:00~17:00
18 テニスサークル 9:00~12:00 太極拳 10:00~12:00	19(可燃ごみ) 美奈宜の杜地区『防災の日』 さくらの会 バスハイク ソフトボール愛好会 10:00~12:00 太極拳 10:00~12:00 ステップ教室 10:00~12:00 デトックスヨガ 13:30~15:00 はがき絵サークル 13:30~15:00 男の自力整体 14:00~16:00 美奈宜会締切り	20 『ボランティア菜食』配食(お弁当) テニスサークル 9:00~11:00 書道同好会 10:00~12:00 レディースゴルフ教室 13:15~15:30 卓球教室 14:00~16:00	21 テニス教室 9:00~11:00 レディーステニスサークル 9:30~11:30 グラウンドゴルフ 10:00~12:00 テニスサークル 13:00~16:00 ガーデンパートナー美奈宜 13:30~ ぞめきの日(THE阿波踊り) 15:00~16:00	22(可燃ごみ) グリーンコープ移動販売 歩こう会 9:00 美奈宜の湯 集合 テニスサークル 9:00~11:00 地区協議会 10:00~ 免疫力アップ美姿勢ヨガ 10:00~11:30 自力整体 10:00~12:00 おやじの若返りヨガ 13:30~15:00 レディース脳トレ麻雀 14:00~16:00	23 レディーステニスサークル 9:30~11:30 卓球教室 10:00~12:00 ダーツの会 10:00~12:00 リズムエクササイズ 14:00~15:30 美奈宜の杜音づくりの会 14:00~17:00 杜の風(カフェコーナー) 14:00~16:00 金曜の市 15:00~16:15	24 テニス教室 9:00~11:00 社協会議 10:00~ 陶芸教室④ 13:00~15:00 碁友会・将棋友の会 13:00~17:00 コントラクトブリッジ(トランプ) 14:00~16:00(娯楽室) ビリヤード 15:00~17:00
25 古紙回収 9:00~10:00 テニスサークル 9:00~12:00 太極拳 10:00~12:00	26(可燃ごみ) ソフトボール愛好会 10:00~12:00 あし対 10:00~ 太極拳 10:00~12:00 ステップ教室 10:00~12:00 住民活動費検討会議 13:30~ デトックスヨガ 13:30~15:00 寺子屋in美奈宜の杜 14:00~16:00 男の自力整体 14:00~16:00	27 青姫会ゴルフコンペ 9:04スタート テニスサークル 9:00~11:00 卓球教室 14:00~16:00	28 美奈宜会ゴルフコンペ 8:32スタート テニス教室 9:00~11:00 レディーステニスサークル 9:30~11:30 グラウンドゴルフ 10:00~12:00 文学講座『古典つまみ読み』 文化教室② 10:00~11:30 ぞめきの日(THE阿波踊り) 15:00~16:00	29(可燃ごみ) グリーンコープ移動販売 テニスサークル 9:00~11:00 免疫力アップ美姿勢ヨガ 10:00~11:30 自力整体 10:00~12:00 おやじの若返りヨガ 13:30~15:00 レディース脳トレ麻雀 14:00~16:00	30 卓球教室 10:00~12:00 ダーツの会 10:00~12:00 美奈宜の杜 交通安全委員会 13:00~ リズムエクササイズ 14:00~15:30 美奈宜の杜音づくりの会 14:00~17:00 杜の風(カフェコーナー) 14:00~16:00 金曜の市 15:00~16:15	31 テニス教室 9:00~11:00 陶芸教室⑤ 13:00~15:00 碁友会・将棋友の会 13:00~17:00 コントラクトブリッジ(トランプ) 14:00~16:00(娯楽室) ビリヤード 15:00~17:00

美奈宜の市 (毎月第2土曜日開催)

日時: 3月10日(土) 9:00~12:00
 場所: 美奈宜の杜コミュニティセンター
 出店: 江陽園/杜のうどん屋
 林さんの軽トラ市/ワークショップ虹
 五島箱入娘/しのはらさん家/つっちゃん
 小松菜うえださん/YANAGA 他
 出店は、当日変更になる場合があります。

金曜の市 (毎週金曜日開催)

日時: 毎週金曜日 15:00~16:15
 場所: 美奈宜の杜コミュニティセンター
 カフェコーナー前
 出店: 野上青果(旬野菜・果物)
 つっちゃん(お菓子豆腐類、他)

美奈宜の杜クリニックのご案内

月~金 8:45~12:30
 13:30~17:30
 内科・消化器内科
 土 8:45~12:30
 整形外科
 訪問診療・往診等も行われます