

きよみ野にお住いの皆様へ、新会員募集中です。
ご一緒に楽しくサークル活動を楽しませんか。
お友だちも誘って気楽にご入会下さい。

お問い合わせはこちらへ

3月の例会

会員の皆様、いかがお過ごしでしょうか？3月は英語では「March (マーチ)」と言います。ローマ神話の軍神「Mars (マルス)」に由来しているそうです。古代ローマ時代の暦には、寒くて農耕や戦の出来なかった1月、2月は無かったとの事で、1年の始まりは3月からとされていた様です。終わりは12月までの304日間だったとの事(冬の約60日は月に含まれていなかった)。日ましに暖かくなって参ります。今月もきよみ野くらぶライフを楽しみましょう。

と き 3月30日(月) 9時30分～11時30分 午後：輪投げ練習会
ところ ぱれっと(老人福祉センター)
バス お迎え ぱれっと発 9時
送り ぱれっと発 11時40分
合 唱 「ふれあい仲間」「おお牧場は緑」 踊 り 「炭坑節」「きよしのズンドコ節」



3月 お誕生日おめでとうございます (7名)

3日 様 16日 様 19日 21日 様

2月と3月のお誕生のお祝い品は、例会時に合同でお渡します。

お知らせ

- ◎文化部発表会 4月12日(日)9:30分開場 10:00分開演 会場:中央公民館
- ◎日帰りバス旅行 3月18日(水) きよみ野くらぶは市役所駐車場 6:50分集合(7時出発)
キャンセルは3日前までに(その後は返金できません)
- ◎音楽カフェ テノール歌手 加藤功氏 3月26日(木) 11:30 参加費 500円(コーヒー付き)
- ◎【シニア健康スポーツ大会】4/25(土)時間:9:30～12:00 場所:ぱれっと 参加費無料。
内容:ポッチャ・輪投げ、モルック、風船パレー:定員30名 卓球:2人1組20組
動きやすい服装、水筒、タオル、滑りにくい室内履きで。

きよみ野くらぶ “令和8年度総会”

4月11日(土) 13時30分開始、おあしす多目的ホールにて開催(詳細は4月号でお知らせします)

“明るく・楽しく・元気よく 助けよう くらぶの輪”をモットーとした計画を立てましょう。

きよみ野友愛コーナー

～ 有老協 シルバー川柳 ～

健康寿命の延伸には「1・10・100・1000・10000」の健康法が役立ちます。今回取りあげるのは100と1000についてです。100とは一日に百字を書く事。1000とは一日に千字を読む事。その一助として川柳いかがですか? 「振込める 金があるなら 苦勞せん」(その通り! 益々手口が巧妙に!)

「万歩計 半分以上 探しもの」(同感! スマホは? メガネは?)

※ 有老協とは全国有料老人ホーム協会の略称

2月号のことわざと四文字熟語の正解を発表します。

第一問 君子、第二問 駒が、第三問 小判、第四問 二階、第五問 説法

第六問 問答無用、第七問 文武両道、第八問 天衣無縫、第九問 大胆不敵、第十問 新進気鋭

応募総数 20件、全員正解でした。正解者の方には、班長さんから景品をお届けします。

3月の行事・サークル活動 ぜひ皆様もご参加を！！



きよみ野健康づくり体操教室（おあしす多目的ホール）

3月2日（月）10：00～11：30 講師先生による「なまらん体操」

3月9日（月）10：00～11：30 なまらんリーダー

3月16日（月）10：00～11：30 なまらんプラス（おもりを使った体操）

ゴムバンドを毎回ご持参下さい（使うこともあります）

サークル活動の体験参加へのお誘い

只今、きよみ野にお住いの皆様にサークル活動（歌声サロン、演芸サークル、グラウンドゴルフ、カラオケ練習会）の体験参加ご案内中です。是非、体験参加にお越しください。ご参加・問合せは、ご希望サークルの活動日に会場に直接参加、又は「なまらん体操教室」の日に受付幹事に ご連絡ください

歌声サロン

3月31日（火）15:00～16:30 おあしすフィットネスルーム

懐かしい歌をみんなで合唱しましょう。

演芸サークル（毎週火曜日） 15時～17時 おあしすフィットネスルーム

3日・17日

練習曲：「津軽の花」「夢ヤッサ」「きよしのズンドコ節」等を練習し

いままで、踊ったことのない方も一緒に踊りましょう。



10日・24日

練習曲：「悲しいめぐり逢い」（田川寿美）

「白神山地」（長山洋子）

おさらい曲： 2025年演芸サークル「歌」練習曲

防犯パトロール



毎週水曜日 4日、11日（18日は中止）

栄小班：14：25分出発

関小班：14：30分出発

永田公園フラワーセンター（雨天中止）

25日 10:30～11:30 研修会

（おあしすセミナールーム1）

きよみ野カラオケ練習会

3月は場所が確保できず中止です。

次回は4/18（土）、次々回は5/9（土）となります。

時間 9:15～11:30

くらす練習会

6日（金）、12日（木）、19日（木）

※12日は大会となります。

9時集合 9時30分開始

永田公園（きよみ野富士）雨天中止

グラウンドゴルフ



連合長寿会

練習会：4日（水）、25日（水）

8：45分集合、9時スタート

予備日11日（水）、4月1日（水）

吉川運動公園

ハイキング

浮間が池に映える風車と桜並木のコラボレーション

歩行距離 約2.5km

4/3（金） 北区、広々とした春の浮間公園をのんびりと散策します

吉川駅9時30分集合 申し込みは世話人迄

吉川駅—武蔵浦和—（埼京線）—浮間舟渡駅—浮間公園—浮間舟渡駅—吉川駅（14時半頃）