2021年10月発行 第108号

10 KIZUNA通信

双方向コミュニケーション

一般社団法人KUBIRE代表　矢野剛敏

食欲の秋ですね～(笑)今年はKUBIREファームで茶豆やさつまいもの収穫をしながら、栄養についてのお話や芝生でセルフ整体をしてリフレッシュしませんか？これからの時代は感染症を身近に感じながら生活する事が普通になります。皆さんの免疫力は大丈夫ですか？！年齢的に言って今から強くするのはちょっと・・・
でも大丈夫！土に宿る微生物たちの力を借りて皮膚や腸内の常在菌を増やせば、コロナや黄色ブドウ球菌などの外敵と戦えるのです！また腸内細菌種類が増えるとホルモンやビタミンの不足を補ってくれて皆さんをより元気に！健康に！してくれます(^^)
自粛で家にいる事が多いかと思います。今までよりも消毒する回数が多くなっている事でしょう。そうすると皮膚や粘膜、腸内の細菌の多様性が失われてしまい、色々な所に不都合が生まれ、心と身体に症状が現れてしまいます。いまだ落ち着かない世の中にあって不安が膨らみ、浮き足立っていませんか？大切なのは「今ここ」を大事にする事！明日のことを心配するあまり今日を大事に生きていなければ良い明日はやってきません。
だからこそ不安を払って今を充実させる「マインドフルネス」を体験しませんか？この時期は茶豆やサツマイモが収穫時期を迎えます♪一緒に収穫・芋掘りに夢中になりましょう(^^)/夢中になって「今ここ！」に集中する事。不安や毎日の雑多な思いを傍に追いやり、思考をデトックスする事でこんなにも充足感が得られるなんて！！

①微生物の力を取り入れる
②「今ここ！」に集中する
③何より美味しくて、仲間がいて楽しい(笑)

農セラピーはKUBIREが勧めている新しい時代にふさわしい健康作り事業です。一緒に時代を先取りしませんか？

～双方向コミュニティ～
KUBIRE ON AIR!!
10/26(火)14:00配信

KUBIREの活動の様子や健康情報など毎月配信！
ご質問やリクエストなどメッセージお待ちしてます(^^)

オンラインTEATE教室
毎月第3水曜日
10/20(水)13:30配信

KUBIRE ON AIR、オンラインTEATE教室、ミニコンサートは、当日8:00に配信するメールから視聴することができます。後から録画でも観ることが出来ますのでぜひご覧ください♪

オカリナ・手話歌ミニコンサート
14:30ライブ配信♪

オカリナや手話歌など、体験型のワークショップ＆イベントです。抽選会もありますので、ぜひ現地にいらしてみてくださいね♪
日時:10/21(木)13:30～15:30
会場:蓮田ハストピア

収穫の秋 農セラピーイベント

☆茶豆収穫　10月19日(火)午後
☆さつまいも掘り　11月上旬予定

いずれもTSメールで募集致します。秋のファームへぜひお越しください。皆さまのご参加をお待ちいたしております。

10月AYUMI教室

「遺言書の種類・作成のメリット」

2015年の税制改正で相続税の課税対象となる人は、４%→８%へ倍増したのはご存知でしょうか？　他人事ではない相続トラブル回避のための遺言書。プロのお話を聞いてみませんか？

日時：10/22(金)13：30～14：30
会場：春日部キューブ4階　会議室１
講師：友野会計事務所
税理士 友野行晴×柳田順子

お問合わせ
一般社団法人KUBIRE
0480-53-6907
kubire@posh.jp
ホームページはこちら

ご紹介＆入会＆復帰キャンペーン♪

今がチャンス!!

≪ご紹介＆入会の方≫
10/25(月)～11/30(火)までに
体験、入会、会費のお支払をして下さった方限定！

★通常入会金1000円のところ、期間中の入会に限り入会金無料！
★ご紹介者様と入会者様両方に、桑の葉石けんプレゼント！
★ご紹介、入会ポイント2倍！
通常100ポイントのところ200ポイント付与
・体験ご紹介→「ご紹介者様」200ポイント
・入会→「ご紹介者様」と「入会者様」200ポイント
☆500ポイント貯まったら地域クーポン券プレゼント♪

桑の葉石けん
国産桑の葉粉末配合

《復帰の方》
2010年9月以降、年会費のお支払いのない方で、
10/25(月)～11/30(火)までに復帰された方限定！

★通常年会費1000円のところ、期間中の復帰に限り年会費無料！
(2022年より、年会費のお支払いは毎年1月になりますのでご了承ください。)
★桑の葉石けんプレゼント

ポイント制度・地域クーポン券について詳しくはこちら

KUBIRE教室 無料体験会

初めての方も、お久しぶりの方も♪
皆さまのご参加お待ちしてます！

10/25(月)14:00～15:30
★大利根文化・学習センター
「アスタホール」
(加須市旗井1461-1)
担当：桑原浩美

11/5(金)10:00～11:30
★春日部ふれあいキューブ
4階会議室1,2
(春日部市南1-1-7)
担当：柿沼直美

パーソナル教室

お久しぶりにリアル教室に参加されたい方、またより深く詳しくKUBIRE体操やセルフケアを楽しみたい方。ぜひパーソナル教室へいらしてみてください。

★パーソナルケア
（講師:矢野剛敏）
10/26(火) 幸手南公民館　児童室
11/11(木)上尾文化センター

★パーソナルKUBIRE体操
（講師:新井有美）
10/29(金) 菖蒲あやめ会館　集会室1

※全て時間は10:00～11:00です

予告!!
KUBIREコンサート
11/29(月)14:00～16:00
大利根アスタホール
お楽しみに!!

handmade natural soap
MINORI
Presented by KUBIRE

キッチン石けん 税込350円

ココナッツオイルとオリーブオイルだけで作った、油汚れもスッキリ落ちる泡立ち豊かな石けんです。
食器洗いはもちろん、キッチン周りのお掃除やふきん洗いにも最適です！

無農薬米ぬか石けん 税込350円

汚れ落ち抜群！なかなか落ちない襟汚れ、食べこぼしのシミ、家具や家電についた手垢もキレイに♪
赤ちゃんの下着やスタイ、マスク洗いにも安心して使えます。

9月18日より、『KANAU石けん』は『MINORI石けん』に名称を変えて再スタートしました！

生活に欠かせない『洗う』ということ。
手についた洗剤を洗い流してもヌルヌルしたり、手を擦るとまた泡立ったりした経験はありませんか？
合成洗剤は洗浄力が持続するため、しっかり洗い流さないと洗剤が肌に残り浸透し、手荒れや乾燥の原因になります。また使ったあと、排水として流れてもなかなか分解されません。

一方MINORI石けんは、優れた保湿成分で肌の潤いを保ち、排水として海や川に流れると、短時間でほとんどが水と二酸化炭素に分解されて、石けんカスは微生物や魚のエサになり自然に還っていきます。

私たちのこれからの人生、なにより子供や孫の人生がより良いものになりますように、、
健やかな身体ときれいな水を守るために、日々の生活の中で『健康や環境に配慮した選択』をするきっかけになったら嬉しいです。

製作、運営はKUBIREインストラクター松本、灘、鎌田、柿沼で行って参ります。質問やご注文など教室でもお気軽にお声掛けください(^^)

『MINORI石けん』
LINE公式アカウント
お問合わせ
ご注文はこちら♪