2022年2月発行 第112号

2 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

2月に入っても世の中は相変わらずコロナコロナで自粛自粛の機運なのでしょうか〜。
もういい加減飽きましたよね(笑)確かに感染症なので体力・免疫力の低下している人にとってはリスクがあります。ですがしっかり運動して目標持った毎日を楽しく、充実させて過ごしている皆さんの様な人にとってはそれほど脅威とはなりません。(よほど肺炎球菌やインフルエンザやマイコプラズマや結核の方が危険ですw)ですがこれを怖いと感じ、家に閉じこもってしまうとせっかくの体力や心の充足が低下して免疫力が落ち、ちょっとしたコロナであっても重症化してしまいます。
皆さんの人生にとって大事なコト・モノ・ヒトは何ですか？それはあなたをいつまで待ってくれますか？今の今！しなくては間に合わないかも知れませんよ。それを諦めなければならない様な危険が身の回りに迫っていますか？(テレビの中にはあるかも知れませんがw)何が一番大事なのか？「今ここ」に集中して考えてみませんか？

2月AYUMI教室

私らしくラクに生きる♪
個性心理学＆ビッグファイブ性格診断

日時：2/21(月)13：30〜14：30
会場：蓮田ハストピア
講師：矢野剛敏×柿沼直美

人の個性のタイプを動物キャラクターに例えて分類する個性心理学と、簡単な質問で性格の５つの要素の強弱が分かるビッグファイブ性格診断で、まだ知らない自分を見つけてみませんか♪
人間関係のストレスや上手くいかないことも、自分や相手を知るとこで解決するかもしれません(^^)

パーソナル教室

パーソナル教室は、KUBIRE 体操や整体を少人数で行う教室です。いらした方に合わせて教室を進めますので、ぜひご参加ください♪

パーソナルケア（講師:矢野剛敏）
3/8(火)キャッスル騎西

パーソナル体操（講師:新井有美）
2/25(金)春日部キューブ
3/2(水)鷲宮西コミセンおおとり

※全て時間は10:00〜11:00です

KUBIRE無料体験会

★キャッスル騎西(多目的室)
2/22(火)14:00〜15:30
　担当イントラ：松本孝枝

★白岡こもれびの森(会議室1,2,3)
3/29(火)10:00〜11:30
　担当イントラ：神谷充代
3/30 (水)10:00〜11:30
　担当イントラ：鎌田もと子

※木曜10:00こもれびの森教室は
3月より火曜10:00に変更となります。

〜双方向コミュニティ〜 KUBIRE ON AIR!!

2/23(水)14:00配信

現役薬剤師沖原先生をお招きしてお話を伺います！
質問やコメントお待ちしております。

オンラインTEATE教室

毎月第3水曜日
2/16(水)13:30配信

KUBIRE ON AIR、オンラインTEATE教室は、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。

KUBIREオープン会議

毎月第1金曜日
3/4(金)21:00配信

KUBIRE会員の皆様へ、KUBIREの方向性やこれからやりたいことなどお話します♪

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

YouTube KUBIREチャンネル

チャンネル登録お願いします♪

マルシェ＆ワークショップ（体験型講座）のご案内

《日時》
2/24(木)13:30～15:30
《場所》
春日部キューブ会議室1,2
（春日部市南1-1-7）
参加費無料

今年から奇数月にマルシェ＆ワークショップを開催します♪買い物やワークショップを通じて、広くコミュニケーションをする事で内にこもって不安になりがちな会員さんの心のケアを目的としていきます！現地で楽しい時間を一緒に過ごしましょう♪皆さんのご参加をお待ちしています(*^^*)

《ワークショップ》※少人数で簡単なカウンセリングをさせていただきます。
■矢野先生【自分らしさを知るビック5テスト】
協調性・外交性・解放性・誠実性・情緒安定性を知る事で自分に適した人間関係や趣味を知ることが出来ます。これからどんな事しようか考えている方はぜひ！

■新井有美インストラクター【サードメディスン（嗅覚反応分析法）】
『香りの好みで自分を知る』
サードメディスンは、香りの好みで心と体の状態を知る新しいアロマテラピーです♪
方法は簡単！4本の香りを好きな順番に並べるだけです。
おすすめのアロマや食事、生活習慣もわかりますよ～♡

サードメディスン

《スマホお困りごとサポート》
■柿沼直美インストラクター
TSメール、YouTube、Facebook、LINEなどの使い方や質問にお応えします。
お気軽にお越しください(^^)

《マルシェ販売予定》
■松本孝枝インストラクター　手作りお菓子
■尾崎容子さん&布ぞうりサークルさくり　布ぞうり実演販売
■岡田知子さん　押し花やステンシルの手作り雑貨
■MINORI石けん
いつもの石けんに加えて、サードメディスンチェックを元に、
４タイプの中からご自身にピッタリのアロマ石けんをお選びいただけます(*^^*)

KUBIRE体験記コンクール

テーマ『KUBIRE体操を始めて変わったこと♪』
★締切：2月末日まで
★応募方法：メールか教室で直接お渡しください

KUBIRE体操を始めて起こった心や身体の変化を綴った、KUBIRE体験記(400字以内)を募集します!
最優秀作品には、MINORI石けん詰め合わせをプレゼントさせて頂きます♪沢山のご応募おまちしております。

handmade natural soap
MINORI
Presented by KUBIRE

《お風呂で使う石けんのお話》
石けんが最後の方になると泡立ちが悪くなくなったり、出来た泡もなんだかすぐに消えてしまう気がしませんか？
固形石けんは、泡立つ成分が先に溶けやすいという特徴があります!
使っていくうちに泡立つ成分が先に溶けてしまって、小さくなった石けんは泡立ちにくく泡を保つ力も弱くなります。石けんを長持ちさせるコツは、使う度によく乾燥させること。水がかかる場所はもちろん、湿気が多い場所に置きっぱなしにすると溶けやすくなってしまうので、水気を切って乾いたアクリルたわしの上に置いておきます♪水分を吸収して早く乾燥して石けんも長持ち♪乾いたスポンジでも大丈夫です！
お気に入りの石けんをぜひ最後までお楽しみください(^^)

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

クラフト石けん置き
100円

アクリルたわし 100円
厚手タイプ　200円
アクリル&ネット　150円

TUNAGUーポン特典
LINE公式アカウントにご登録＋初めてのご注文の方におすすめ石けん1個プレゼント♪
※詳しくは、ご登録時にお問いわせください。