2024年1月発行 第133号

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

明けましておめでとうございます！2024年はどんな年にしたいですか？僕は筋肉・オカリナ・言語化の三つです。筋肉は身体。オカリナは趣味。言語化は心(思考)の整理。全部僕の価値観「自由・貢献・挑戦」を実現して人生を楽しむために必要な事。皆さんはどんな価値観を持って人生を楽しんでいますか？そしてそんな人生を楽しんでいる(楽しみたい)仲間をKUBIREは今年も増やしていきます。
今年から皆さんのKUBIREライフをサポートする地域通貨taoが始まります！taoを貯めてtaoを使ってお得を実感して下さい(^^)幼稚園・保育園ママの支援も始めていきます！皆さんの娘さんやお嫁さんの予防美容のために。今年も盛りだくさんでお届けするのでKUBIREをよろしくお願いします(^^)

パーソナル教室

パーソナル教室は、KUBIRE体操とセルフケアの理解を深めてもらえる様に、少人数で行う教室です。
★パーソナルケア（講師:矢野剛敏）
2/23(金)鷲宮西コミセン　おおとり
★パーソナル体操（講師:新井有美）
2/22(木)栗橋文化会館　イリス
どちらも10:00～11:30です。
※月会費をお支払いの会員さんは無料で参加できます。

TEATE教室

★1/19(金)10:30～12:00
松伏メロディ
前半は矢野先生の講義、
後半はスタッフの技術研修を兼ねて施術をさせて頂きます。
勉強会はオンラインでも配信します！

健康知識」TEATE教室勉強会毎月行われる理由とは？身体を楽にする大事な事！ご覧ください。

AYUMI教室

なりたい自分になる♪似合う色で魅力を引き出すパーソナルカラー講座

日時：1/25(木)13:15～14:45
会場：春日部キューブ　会議室1
講師：ビリーブカラーオフィス主宰
カラーコンサルタント 信海茉実

似合う色を身に着けると、気持ちも明るく元気になります♪人それぞれ違う、生まれもった肌や瞳や髪の色から、似合う色、映える色を見つけて、なりたい自分にピッタリな色遣いを愉しみましょう。

香りで脳が若返る♪（嗅覚反応分析）

日時：2/7(水)13:30～15:00
会場：鷲宮西コミセンおおとり
講師：新井有美

嗅覚の刺激で脳が若返ることをご存知でしょうか。実際に『アロマの香りを嗅ぐことで認知症の症状が改善した』という研究結果もあります。香りなら何でも良いのではなく、植物から取り出した自然の香り（精油）がお勧めです。精油には薬理作用があり、心と体を整えてくれるからです。人それぞれ向いている精油は違うので、一緒に今の自分にぴったり香りを探してみませんか。ご参加お待ちしています♪

会員様向け限定ライブ配信

～双方向コミュニティ～
KUBIRE ON AIR!!
1/17(水)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(^^)

KUBIREオープン会議
毎月第1金曜日
2/2(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♪

どなたでもOK！公開ライブ配信

New! **朝活KUBIRE体操**
毎週水曜日9:45配信

朝の15分♪女性のための予防美容体操＆セルフケア

健康仕掛け人チャンネル
毎週月曜日20:30配信

矢野先生が健康知識やセルフ整体をお伝えします！

ライブ配信は、当日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。

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

笑いヨガ講座

笑いと呼吸を組み合わせた誰にでもできる健康体操です。笑うと酸素がたっぷり取り込めて身体と心の健康を実感できます！笑って楽しい時間を過ごしませんか♪





日時：1/24(水)13:20～14:50
場所：春日部キューブ4階 会議室3
参加費：1000円
講師：鶴見晃子

布ぞうりサークル体験

ぞうり編み体験したい方を募集します！
興味はあるけど仕上がるか心配という方、ぜひチャレンジしてみてください。当日必ず履けるようにしますので心配ありません。参加をお待ちしております。



☆参加費　１回￥1000
※別途入門者キット￥1000と
道具貸出料金￥100が必要です。

《久喜サークル》ふれあいセンター久喜3F会議室
時間：13時～16時
★2/6(火)２名　★2/20(火)２名
★3/5(火)２名　★3/19(火)２名



《春日部サークル》春日部中央公民館
時間：14時～16時
★2/2(金)豊春公民館と2/16(金)春日部中央公民館 １名
※春日部は2日間で1回となります。

ミニイベントのお知らせ♪

《護身術＆テーピング講座》
日時： 1/23(火)13:30～15:00
会場：栗橋文化会館イリス（久喜市伊坂1557)
参加費：無料
申込不要
空手公認5段、接骨院の先生の資格を持つ矢野先生が外敵から身を守る『護身術』と痛みから身を守る『テーピング』をわかりやすくお伝えします♪

《２月ミニコンサート》
日時：2/21(水) 13:30～15:30
会場：栗原記念会館(久喜市栗原4-9-12)
詳細は後日TSメールにてご連絡致します♪

個性心理学(動物占い)講座

なんでそんなコトするの？どうしてあんなコト言うんだろう？そんな自分や周りの人の、なんで？どうして？が手に取るように分かる統計分類学です。生まれた日から、持って生まれた個性や運気のバイオリズムを分かりやすく読み解きます。一番身近で大切な名前に秘められた「名前のことだま」メッセージカードもプレゼント♪自分を知ることは自分を大切にすること。私らしさ見つめ直してみませんか？



日時：1/24(水)13:15～14:45
場所：キャッスルきさい
参加費：2000円
・個性診断レポート3枚セット(4000円分)付き
・名前のことだまメッセージプレゼント♪
※ご家族様など追加1人分2000円で承ります。
《再受講》診断レポートお持ちの方は参加費500円
・名前のことだまメッセージプレゼント♪
★講師：柿沼直美

KUBIRE通貨taoご利用ください♪

KUBIRE内でのお買い物や講座参加費、地域クーポンご協力店で使える「KUBIRE通貨tao」がスタートしました！体操教室50回参加、ウォーキング6ヶ月達成、新規ご入会の方に100taoプレゼント♪
100taoは特典付きご紹介カードとしても使用できます。ポイントが貯まるともらえる『地域クーポン券』は教室にて500taoと交換もできます。ぜひご利用ください♪

【100tao】
・KUBIREでのお買い物や講座参加費100円分として使えます。
・《特典付きご紹介カード》入会時に入会者様にタオルプレゼント、ご紹介者様に石けんプレゼント♪

【500tao】
・KUBIREでのお買い物や講座参加費500円分として使えます。
・地域クーポン券ご協力店で500円分として使えます。





裏面は皆さんの使い道が書かれています♪



