2024年6月発行 第138号

6 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

社会(コミュニティ)とのつながりが健康を作ります！そんな社会とつながるためには穏やかでポジティブなコミュニケーションが必須です。何かにつけて文句を言う人や他人を攻撃する人、逆に無気力で無関心な人はコミュニティで良い関係を作ることが出来ないので孤立してしまいます。そう言う人たちに共通の特徴は「不安」や「恐れ」です。あなたは誰からも傷つけられることはないし、拒絶もされません。だから安心して下さい♪安心する事があなたを悩みから解放してくれる唯一の方法なんですよ・・・なんて。宗教ちっくですが実はこれは自律神経と関わりがあるお話で、コミュニティに属して安心すると言うのは哺乳類(特にニンゲン)に与えられた新しい自律神経「副交感神経」の働きなのです！この副交感神経をうまく使う事で社会とのつながりを作り幸せで健康になれるんです！それを実現できるのがKUBIREです(^^)人が増える6月です。100tao(ご紹介カード)を使ってたくさんお友達を紹介して下さいね！！

入会時に入会者様にはタオルプレゼント
ご紹介者様には石けんプレゼント



《会費お支払い時期のお願い》

月会費は毎月最初に参加する日にお支払いください。
前月にお支払いされる方は、20日以降にお願いいたします。

☆まとめ払いが便利です！
半年払いの受付は、1月と7月のみとさせて頂きます。
※如何なる場合でも払い戻しは一切しません。予めご了承ください。
　7月～12月会費6ヶ月分　18000円
ポイントもついてお得♪500ポイントプレゼント！
※ポイントは地域クーポン券(500taoと交換も可）としてご利用頂けます。詳しくはスタッフにお問いわせください。

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。普段の教室ではなかなかお伝えしずらい所を詳しく丁寧にご指導いたします。

★パーソナルケア（講師:矢野剛敏）
7/12(金)春日部キューブ

★パーソナル体操（講師:新井有美）
7/12(金)杉戸西公民館

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。

KUBIREオープン会議
毎月第1金曜日
7/5(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♪

毎週月曜日20:30ライブ配信
健康仕掛け人チャンネル

矢野先生が健康知識やセルフ整体をお伝えします。

毎週水曜日9:45ライブ配信
朝活KUBIRE体操

朝の15分！女性のための予防美容体操＆セルフケア♪ぜひご参加ください。



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。

TEATE教室

日時：7/8(月)10:30～12:00
会場：古河市中田公民館

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！

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

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

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、瞳、髪の色と雰囲気が調和するパーソナルカラーを使って、なりたい自分にピッタリな色遣いでおしゃれを愉しみましょう♪



日時：6/19(水)13:30～15:00
会場：ココティすぎと
講師：ビリーブカラーオフィス主宰 信海茉実
　　カラーコンサルタント 松田実千代

2024じゃがいも収穫祭参加者募集のお知らせ

毎回参加者みんなが満腹&大満足のKUBIRE収穫祭！6月はじゃがいも収穫です。自然農法のふかふかの土から掘り出すじゃがいもは、美味しくて人気のキタアカリ！掘り起こす作業に子供も大人も夢中になります🎵ご家族で、お友達とご一緒に参加してみませんか？



○日時：6月29日(土)10:30受付開始
　　11:00スタート※雨天中止
○参加費：お一人様・ご家族様 いずれも1000円
　＊1000円でじゃがいも1.5kgのお土産が付きます。
○持ち物　帽子、長靴、水筒、レジャーシート、試食用のお箸とお皿、お椀、お着替え(子供プールを予定)

KUBIRE体操無料体験会☆沢山のご参加お待ちしております！

運動するのに気持ちのいい季節♪KUBIRE体操体験会を行います。体験会の日にご都合の悪い方は、通常教室でいつでも体験することができます♪ぜひ大切なご家族やお友達をご紹介ください。
※無料体験はお一人様１回限り

春日部キューブ	6/17(月)柿沼、7/2(火)並木 7/4(木)鎌田、6/28(金)19:00高松
はぴすしらおか	6/18(火)神谷、6/18(火)19:00神谷 7/3(水)鎌田
蓮田ハストピア	6/27(木14:00)新井、6/28(金)野中
杉戸西公民館	6/25(火)野中、6/27(木)篠崎
カルスタすぎと	7/3(水)桑原、6/26(水)19:00高松 7/6(土)矢野先生
ココティすぎと	7/5(金)14:00灘
南篠崎コミセン	6/24(月)高松、6/26(水)19:00松本
キャッスルきさい	6/26(水)松本、6/20(木)13:20鶴見
鷲宮西コミセンおおとり	6/25(火)篠崎
鷲宮中央コミセン	7/8(月)樋口13:10
栗橋イリス	6/28(金)樋口
大利根アスタホール	6/27(木)桑原

KUBIRE教室スケジュール
いつでも体験受付中！！

☆時間の書いてないところは全て10:00～

100tao(ご紹介カード)ぜひご利用ください♪

入会時に入会者様にはタオルプレゼント
ご紹介者様には石けんプレゼント



各地を巡るミニイベント♪7月のご案内

【ミニコンサート】
☆7/23（火）13:30～15:30
☆鷲宮西コミセンおおとり
(久喜市中妻785-2)



【マルシェ＆ワークショップ】
7/30（火）13:30～15:30
☆蓮田市総合文化会館ハストピア
（蓮田市大字閏戸2343番地2）
☆参加費無料
☆申込不要



※6月のミニイベントは都合によりお休みさせていただきます。
※趣味や特技を生かした手作りの素敵な作品やスイーツ、農産物等を一緒に販売してくださる方も随時募集しています(^^)
※詳細はTSメールにてご案内いたします。

新サークルのお知らせ＆募集♪

『布ぞうりサークルさくり』は、幅広く物づくりを楽しむ『手しごとサークルさくり』になります♪
まずは皆さんからのお問い合わせの多いクラフト編み♪「素人が教えるクラフト部」をつくりました。クラフトバンドに興味のある方、手づくりバックを持ちたい方、ちょっとだけ試してみませんか？

【お試しクラフト編み（3か月）】
日時：7月～9月　第1,3火曜　15:00～17:00
場所：ふれあいセンター久喜
参加費：１か月1500円
　　材料費実費



全6回でクラフトバックを作ります。初めてでもサポートしますので、楽しんで頂けると思います。
※写真は一例で作る作品は決まっていません