2025年1月発行 第144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！2025年もKUBIREをよろしくお願いします(^^)
皆さん今年の目標は書きましたか？目標は紙に書いておくと実現するそうです。そう。「書いておくだけ」で良いので忘れてしまっても良いんですw(ただ本気で達成しようと思ったらそれを毎日眺めた方がいいですが)今年の12/31に見返してみたときに意外と達成出来てたりするんですよ♪KUBIREの目標は健康インフラとして地域に活動を広めていく(特に心の健康作りに力を入れていく！)ので会員数1500人！新しいスタッフ3人増やす！僕の目標は空手の日本マスターズ出場！ここに書いたので頑張りまーす！今年はスタッフも増えて上尾に新しい教室が出来ます。会員の皆さんもKUBIREを応援して下さいね(^o^)/

昨年はたくさんのご支援ご協力ありがとうございました
2025年もスタッフ一同尽力して参りますので
よろしくお願いいたします











会員様向け限定ライブ配信

KUBIREオープン会議
毎月第1金曜日
2/7(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

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！

TEATE教室

★1/23(木)10:30～12:00
川間公民館
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！

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

パーソナル教室

KUBIRE体操とケアを少人数で楽しんでいただける教室です。前半で体を動かし、後半はセルフケアや整体で体を整えましょう。ぜひご参加ください♪※月会費を納めてくださってる会員さんは無料です。

日時：2/28(金)10:00～11:30　場所：キャッスルきさい　多目的室
前半体操　10:00～10:40　講師：新井有美　《テーマ》
後半ケア　10:50～11:30　講師：矢野剛敏　首と肩甲骨の体操とケア

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　自然の力・アロマテラピーの魅力。



日時：2/12(水)13:30～15:00
会場：大利根アスタホール
　　多目的ホール
講師：嗅覚反応分析士インストラクター
　　新井有美

【アロマテラピーは100%天然の香りを使って、心身のトラブル改善など、健康や美容に役立てていく自然療法です。アロマはリフレッシュだけでなく、医療の緩和ケアの場で使われたり、認知症の予防改善にも効果があると期待されています。講座ではアロマの使い方、また簡単なチェックで今のご自身にぴったりのアロマをお伝えいたします。ぜひご参加ください。

上尾新教室体験会

応援よろしくお願いいたします！



日時:1月29日(水)10：00～11:30
場所:あげお富士住建ホール202集会室
　　（上尾市文化センター）
住所:上尾市二ツ宮７５０
担当：谷口知美

明けましておめでとうございます！年末年始いかがお過ごしでしょうか？私はおせちを作ったり餅つきしたり、冬休みで暇を持て余した息子達と一緒に毎日全力で遊んだりと忙しくも楽しく過ごしています♩早いもので上尾教室もスタートして１ヶ月が経ちました。2025年は上尾教室をどんどん盛り上げていけたらと思い、まずはチラシ配りから頑張って行こうと思います！1月29日（水）は体験会です。ぜひぜひお友達やご家族をお誘いのうえ上尾教室に遊びに来てください！！

KUBIRE教室スタンプカード♪

スタンプカードには必ず
緊急連絡先をご記入ください!!

☆リアル教室
前半＋後半90分参加でスタンプ1個♪
※教室終了時間前にお帰りになる日はカードを出さないようお願いいたします。
☆オンライン教室
前半＋後半90分参加した日にちを記入してください。(日にちのないものは無効)
※リアル教室にカードを取りに来て、いっぱいになったらお持ち頂ける方のみ対応させて頂きます。郵送対応不可。

★会費お支払い時のお願い★

★月会費のお支払いは、前月の20日以降もしくは当月の最初に参加される日にお願いいたします。
★会費の払い戻しは如何なる場合でも一切おこないません。但し状況により翌月のみ繰り越しさせて頂きますので、スタッフにご相談ください。

New! チョークアート講座

初めまして！メイと申します。幼少期から絵が好きでずっと絵を描いてる子供でした！小学生は絵画教室、中学は油絵教室、高校は美術を専攻、デザイン専門学校を経てアパレルデザイナーに就職。紆余屈折ありつつもチョークアートを知ったのは29歳頃。テレビで知ってこれだ！と海外留学を決意。30歳でオーストラリアに渡航！！チョークアートの第一人者であるモニーク氏より直々にチョークアートを学び資格を取得。この時、MAYUKOって呼びにくいから頭の3文字取ってMAYと呼ばれる事になり、ここからずっとメイと名乗っています笑。黒板によく使われているチョークとは少し異なり、オイルパステルという画材を使って描きます。指のぬくもりでグラデーションを作ったり、指を使って表現していくので脳トレにも良いと評判です♪初心者でも絵心に自信のない方でも楽しんで頂けます！手ぶらでOKですので是非お気軽にご参加ください^^



日時：1/30(木)10:00～11:30
会場：ふれあいプラザいわつき
　　会議室7
(さいたま市岩槻区東岩槻6-6)
講師：MCA協会認定シルバー講師
　　MCA協会認定似顔絵講師
　　大益麻優子(おおえきまゆこ)
参加費：1500円





各地を巡るミニイベント♪ 2月のご案内

今年もまた一年を通して各地を巡るミニコンサートを開催します。スタートは白岡こもれびの森。
ミニコンサートの魅力は、音も動きもすぐ間近に感じていただけることではないでしょうか。オカリナ・フルート・フラ・手話歌・お楽しみ抽選会を開催しますので、皆さまぜひいらしてみてください。
日時：2/18(火)13:30～15:30
場所：白岡こもれびの森 多目的ホール
住所：白岡市千駄野432番地

