2026年5月発行 第159号

5 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

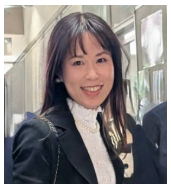
KUBIREフェスタ、ありがとうございました！500人で「一花」なかなかの挑戦でしたが、400人以上が一緒に動いてくれました。それだけで十分すぎるほど、嬉しかったです。一つのことを、みんなで。一つの旗の下に、絆を深める。同じ価値観を、分かち合う。これは単なる”楽しいイベント”じゃない、と私は思っています。
今の時代、自分の在り方を見失うと、人は不安になります。孤立します。そしてその不安や孤立が、じわじわと心と体を蝕んでいく。
ルーツを失った人たちの喪失感。少数民族、難民、移民は極端な例に見えるかもしれません。でも「自分である根拠」を持てなくなる苦しさは、実は私たちの日常にも静かに忍び込んでいます。
心の拠り所。支え。「ここにいていい」という感覚。それが、本当の健康づくりの土台です。体操も、一花も、イベントも、KUBIREがやっていることは、ぜんぶそのためです。皆さんが安心して、安全でいられる場所をつくること。これからもよろしくお願いします。









新スタッフ紹介♪

各教室で勉強させて頂きます。
どうぞよろしくお願いいたします。



はじめまして熱田ゆうこです♪熱田神宮の熱田です！でも熱田さんよりゆうちゃんと呼ばれた方が嬉しいです。
春日部在住、10才と15才の男の子の母です。司会やMC、企業受付やVIPの応待、接遇指導をしていましたが、主婦歴の方が長いです。夫はモトクロスというバイクの元レーサーで、マネージャーやトレーナーとして私も一緒に世界を周っていました。夫は引退した今もレースの解説やインタビューなどもやっているので、熱田孝高　で検索してみてください。
私は大病ケガ歴が多く出来ないこともありますが、会員さんお一人お一人に心と身体を軽くしていただけるようなインストラクターになれるよう精進してまいります！

KUBIREオープン会議
毎月第1金曜日
6/5(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♪

TEATE教室

日時：6/12(金)10:30～12:00
会場：松伏エローラ

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配信します！

パーソナル教室

日時：5/22(金)10:00～11:30
場所：大利根アスタホール
《タイムスケジュール》
10:00～10:40　KUBIRE体操
10:50～11:30　セルフケア

@KUBIRE2020
Instagram
フォロー
お願いします！

KUBIRE体操
Official account
LINE
KUBIRE
LINE公式アカウント

5月AYUMI教室　心と身体を整える★ネイルケア講座

日時：5/27(水)13:15～14:45
会場：こもれびの森 会議室1.2.3
講師：ネイリスト 金子絢子

自分の体の中で一番多く目にする手。一日に何度も目にする手先の爪がキレイに整っていたら、きっと心もご機嫌になるはず♪
自分でできる基本のネイルケアで、健康的でキレイな指先を手に入れましょう。

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

じゃがいも収穫祭のお知らせ

○日時：6月13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体操ご紹介キャンペーン

5/25(月)～6/30(火)までに体験・入会された方限定!!
期間中にKUBIRE体操を体験・入会された方と、ご紹介してくださった方両方に、500taoプレゼント！ぜひ大切なご家族やお友達をぜひご紹介ください。
※無料体験はお一人様１回限り

さらに、体験→「ご紹介者様」100ポイント
　　入会→「ご紹介者様」100ポイント
　　「入会者様」100taoプレゼント
また、ご紹介カードを使って頂くと
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♪



KUBIRE初夏のクラウドファンディング

いつもKUBIREの活動に
沢山のご支援ご協力をいただき
ありがとうございます

【Aコース　5000円】《限定20セット！》
・特選ニンニク700g
・じゃがいも1.2kg
・MINORI初夏の石けんセット
【Bコース　5000円】《限定各10セット！》
○MINORI石けん2種
○松のお花屋さん特製フラワーアレンジメント
☆どちらか1つお選びください
・夏のフラワーアレンジメント(7月下旬～8月初旬お届け)
・夏のフラワーリース(8月下旬お届け)
【Cコース：3000円】《限定20セット！》
・ニンニクM・S玉ミックス1kg
【Dコース：2000円】《限定20セット！》
・MINORI初夏の石けんセット






KUBIRE体験記　『春日部会員　K様』

私は20代の時にひざを痛めてから30年近くひざ痛に悩まされていました。その間にO脚も酷くなり歩くのがとても苦痛でした。そんな時に友人に誘われて入会、教室では内ももに力を入れて腹筋、お尻の穴全部に力を入れると目からウロコでした。知ってはいてもやっていなかったこと、それがこんなに大切なこととは驚きと感動でいっぱいです。入会半年後には片足立ちも少しずつ出来るようになりました。ありがとうございます。あともう１つ入会して良かったのがクビレ石けんです。アトピーの孫にも優しく食器はピカピカになって、先月の石けん教室で教わった髪の毛を洗うのもいいとのこと。早速使っています。今はまだごわごわした洗い心地ですが、続けていくとサラサラになるという言葉を信じて使い続けます。毎回新鮮な体験をありがとうございます。

ミニイベントのご案内

当日参加OK！どなたでもお気軽に遊びにいらしてください♪日常を少し離れて、楽しいひとときを一緒に過ごしませんか？音楽や体験を通して、心も体もほっとゆるむ時間をご用意しています。

《ミニコンサート》5月26日(火)13:30～15:30　古河福祉の森会館（茨城県古河市新久田271-1）
オカリナ・フラ・笑いヨガ・フルートなど、さまざまな演目を間近で楽しめる、あたたかい雰囲気のコンサートです♪
《ミニマルシェ＆ワークショップ》6月16日(火)13:30～15:30　キャッスル騎西（加須市根古屋633-10）
手作り雑貨や体験ブースなど、見て・触れて・楽しめる内容が盛りだくさん♪
ゆっくりお買い物をしたり、新しい体験に出会ったり、心がほっとする時間をお楽しみください。

ミニマルシェ初出店！
ニトラベイクスさん
菖蒲町菖蒲569-1
Instagram




菖蒲町に昨年オープンしたニトラベイクスです。自家培養した4種類の酵母と、農家さんから取り寄せ自家製粉した小麦、スペルト小麦、ライ麦の全粒粉と、国産小麦でパン作りをしています。有機食材を取り入れた滋味深いパンがお楽しみいただけます。健康に配慮したパンから、ご褒美的なパンやお菓子まで日替わりでご用意してお待ちしています。