

キジポ~の好物  
魚の左目



**促身健美** うるまカイロの

第11号  
(24年夏号)

# きじポ~新聞

ワクワク楽しい!ハピハピ過ごせる!!情報を発信!!

発行: 促身健美うるまカイロ

ホームページ: <http://urumachiro.com>

電話: 080-1545-5637

メール: [matsukou@urumachiro.com](mailto:matsukou@urumachiro.com)

身体が資本!!  
健康第一!!



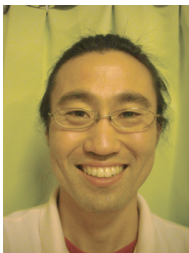
新作  
ちび



手のひらサイズのキジムナ~!  
きじむな~はマジムン系に属していると思われがちですが、そんな事はありません!どちらかといえば座敷わらし系!まあ、どちらも人ではありませんが^^



## まっこうのひとり言



こんにちわ~!いつもハピハピ♪ワクワク♪にこだわる松野です^^

こだわっていますが、日々自分との葛藤です^^!

最近、日々楽しい事を取り入れすぎて大変になってます。。

月曜日の夜は手品講座、促身健美では休日である水曜日の午前中は太極拳、お昼は気功教室と週に3つも習い事を入れすぎてなんとかこなしています。

やりすぎました^^; 特にお気に入り気功です。

気功を習うようになって、面白い事にそれを感じる事ができます^^

一緒に習っている全員がそれを体感できています。

何が出ていて、それをどう感じているのかどう表現していいかわかりません。

例えば、両手を1mくらい離して意識して気を送ると何かを感じます。

熱かと思いましたが、手のひらの間を布で遮断しても感じれます。

また、その気は人によって強さが変わります。

人に送る気のイメージを変えると受ける質感も変わるし!とりあえず不思議です!

続ける事で強さも強くなってきている感じがします。

一般的な話から少し超えてすみません^^。