



# わかるはかわる 倶楽部

平成 27 年  
12 月号



もう師走。年齢を重ねると一年が早く感じます。一年を分子とし、分母にその人の年齢分の年月を置くと考えると、感覚的に一年は早く感じるのでしょうか。

この年の瀬、いかが過ごされるでしょうか。季節感や行事を大切にしながら、新年を迎えたいものです。

「わかるはかわる倶楽部公認の会」参加申込は引き続き以下にお願いいたします。

[wakaru2011y@gmail.com](mailto:wakaru2011y@gmail.com)



## 『マインドフルネススキルトレーニング』

全 10 回。料金は、各回 4,000 円です。

第 4 回 人生の価値・願い

12 月 19 日 (土)

10:30~12:00



新たに申し込まれる方は参加可能かご確認ください。

11/22 は秋の遠足でした。



日本六古窯の一つ丹波篠山立杭焼の里散策と陶芸体験を楽しみました。

陶芸体験では、皆さんの力作が生まれました。完成して送られてくるのが楽しみです。



## 朝かつ & 四季の会~冬~ & 忘年会

◆日時 12月27日(日) 10:00 ~15:00  
(途中からの参加、途中で帰るのもあり)



### <第1部> 朝かつ & 四季の会 ~冬~

10:00 ~12:15

○場所 阪急西宮北口 ACTA 東館6階  
西宮市大学交流センター 会議室  
(駅北口から通路デッキに沿って進んで2分)

○会費 1,500 円  
夫婦で参加の場合は1名分は無料。また お友達・お知り合いが参加の場合、初回は無料。

○内容  
\* 朝活Uさん、ニューズレターについて 小坂先生  
\* マインドマップについて Sさんから説明

Sさんの話  
「私はアサーショントレーニングをまとめて、整理するのに使いました。文字だけでは理解できないことをこの方法を使うと理解が深まりました。」

○持ち物 色鉛筆

### <第2部> 忘年会 12:30 ~13:45

○場所 桜庵 0798-61-0046  
阪急西宮北口 阪急西宮ガーデンズ4F  
(駅東口から通路デッキに沿って進んで5分)

○会費 3,000 円

### <第3部> 情報交換会 14:00 ~15:00



◆申込期限 12月19日(土)

小坂 または [wakaru2011y@gmail.com](mailto:wakaru2011y@gmail.com) へ

阪神カウンセリング・ラ

<http://www.hanshin-cl.com/>  
<http://www.wakaru-ha-kawaru.co>

\* 梅田相談室

〒530-0014  
大阪市北区鶴野町 4-11 朝日プラザ梅田 9階  
910

Tel/Fax 06 - 6147 - 2533  
E-mail [hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp](mailto:hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp)

\* 明石相談室

〒673-0891  
明石市大明石町 1-7-4 白菊グランドビル  
512  
池永クリニック内

