



# わかるはかわる 倶楽部

2020

令和 2年  
11月号

大阪梅田の相談室のあるビル周辺にも秋を感じるものが。風に舞う落ち葉と、いちょうの木から落ちた银杏です。

日本は四季の移り変わりがあって、その変化を楽しむ情緒的な体験がありました。ところが近年、春や秋の過ごしやすい季節が、あっという間に過ぎ去ってしまいます。暑さと寒さが目立つ、亜熱帯のような気候区に変わってしまったのかと感じられるほどです。新型コロナの騒ぎで、季節の移り変わりが、よけい早く感じられるのかもしれない。

今後も健康には、十分ご留意ください。



## 三楽の会

Kさん主催の会は「三楽の会」と変更になりました。

開催等のお知らせは、「わかるはかわる 倶楽部」通信や阪神カウンセリング・ラボのブログをご覧ください。

テニスクラブや遠足は、もうしばらく開催を見合わせます。

## いちごいちえ

イチゴを育てるマインドフルな作業を、「いちごいちえ」と命名しました。

プランターの数が足りず、イチゴの苗が余ってしまいました。ここまで育てたので捨てるに忍びなく…。そこで古いクリアファイルで植木箱を作りました。



阪神カウンセリング・ラボのホームページで読んでくださっている会員の皆様で郵送を希望される方は、その旨ご連絡ください。また、郵送停止をご希望の方もご連絡ください。

## 阪神カウンセリング・ラボ

<https://www.hanshin-cl.com/>

### \* 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  
Tel 078 - 917 - 6880

