



# わかるは かわる 倶楽部

2022

令和 4年  
2月号

一月は「いく」、二月は「にげる」といいますが、あっという間に二月を迎える感じです。

新型コロナはオミクロン株になって、感染者数が一気に上がりました。重症化することは少なく軽症で済む傾向とのことです。今後はどうなることやら。まだしばらく、新型コロナの影響は続きそうですね。

健康には十分気を付けていきましょう。

## いちごいちえ



天候と土の状態、苗の様子をみながら、水をやっています。咲いた花は、摘み取りましたが、一つだけ花をつけたままにしました。どうなるか楽しみです。



朝日が、とても眩しく、美しい。

自然と手を合わせてしまう感じ。



## いっぽごほ

マインドフルな作業 第2段 散歩

一歩には五歩の感謝がある。

五(ご)には、「悟」「五感」「五智如来」「五体満足」「陰陽五行説」など、すべてマインドフルな意味があります。

散歩の一歩は、マインドフルな作業です。

1月は長い散歩は少なかったですが、一歩一歩マインドフルになって歩きました。

## 三楽の会 zoom

〇期日：令和4年2月26日(土) 19:00~

今回も、ZOOMで開催します。

参加ご希望のかたは、会長さんまたは小坂にご連絡ください。



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  
F-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

