



わかるはかわる 倶楽部

2016

平成 28 年
1 月号



あけまして
おめでとうございます。

皆様のご健康とご多幸をお祈り
申し上げます。

本年も どうぞよろしくお願
いいたします。

平成 28 年 元旦



12 月 27 日 (日)

『ほめほめ朝かつ』『四季の会』合同イベ
ントが実施されました。

ほめほめ朝かつのUさん、四季の会会長 K さん
企画進行ありがとうございました。また「四季の会」
で「マインドマップ」を紹介、指導して下さった S さん
にも感謝いたします。心の問題を言葉ではなく、
絵にして自分を見つめるという作業は、認知行動
療法その他の心理療法にも役立つ「モニター化」と
いう作業として、きっと役立つことでしょう。

また急きょ短編小説の紹介をして、話題を提供し
て下さったUさんにも感謝いたします。

おいしい昼食をいただきながら一年の心の大掃
除もできました。15 名の参加者があり、今年度最も
盛り上がりのある会となりました。



< 平成 28 年予定 >

★「四季の会 -春-」 3 月 6 日 (日)

★わかるはかわる倶楽部「春の遠足」 4 月 3 日 (日)

☆「ほめほめ朝かつ」 1 月は実施無し。

2 月をご期待下さい。



「わかるはかわる倶楽部」会員 100 名超える！

平成27年12月、わかるはかわる倶楽部
会員が100名を超えました。「わかるはかわ
る倶楽部」は、平成23年、アサーション・トレ
ーニング参加者の希望からスタートしまし
た。

今後も様々な企画をしたいと思
います。
どうぞよろしくお願
いいたします。



11/22の秋の遠足、丹波立杭焼の作品が届
きました。参加された方々、阪神カウンセリング・
ラボ相談室までお越しく
ださい。



阪神カウンセリング・ラボ 梅田相談室

住所 大阪市北区鶴野町 4-11 朝日プラザ梅田 910
電話番号 (06) 6147-2533 FAX (06) 6147-2533
E-mail hanshin-cl@star.ocn.ne.jp



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

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