



わかるは かわる 倶楽部

2022

令和 4年
6月号

木々が青々と茂ってきました。新緑から濃い緑へ。紫陽花も咲き始めています。

ツバメが巣づくりの軒を探しているのか、飛び回っているのを見ました。この場所を記憶していて、遠いところから戻ってきたのでしょうか。

季節の移ろいを感じる事がさまざまあります。まもなく梅雨の季節。



いっぽごほ

マインドフルな作業 **歩く**

足の裏の感触に意識を向けると、地球の中心につながっているという感覚になります。いつも車で通っている道も、歩くと景色が違って見えます。

三楽の会 Zoom 開催

5月14日(土) 19:00より実施しました。
今回新しく参加された方もおられました。あっというまの時間でした。

いちごいちえ



5月8日に今年初めて8粒の実を摘みました。その後、ほぼ毎日10粒以上の実を摘みました。感謝し、毎朝おいしくいただきました。

まだ新たに咲く花もありますが、実の時期はそろそろおしまいです。



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-cl@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**

