



# わかるは かわる 倶楽部

2022

令和 4年  
8月号

朝からセミの鳴き声がにぎやかに聞こえてきます。セミは成虫になってからわずか2～3週間の命だとか。命をつなぐために必死で生きている感じがします。

毎日厳しい暑さですね。冷房で涼しくしていても、換気のために窓を開けると一気に室温が上がってしまいます。

ストレスのある日々であっても、マインドフルに過ごして、乗り越えていきましょう。



わかるはかわる倶楽部の行事再開は、やはりまだしばらく先になりそうです。

## いちごいちえ



茂りすぎていた葉を整理したあと、内側からまた新しい葉をつけて生き生きと育っています。水やり後に、しゃんとする様子を見ると、元気がもらえたようで嬉しくなります。まだ花を咲かせていますが、実の時期は今度こそもうおしまいです。

ランナーが伸びてきました。ランナーにつく子株を育てたいと思います。



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

### \* 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

