



あなたとJAを結ぶホットライン♪

地域とともに歩む
JA柳川

JA*club



女子の部優勝
柳川ジュニア



男子の部優勝
三橋ジュニア(男女混合)



今月の表紙

JA柳川合併30周年記念
第12回JA柳川カップ
小学生バレーボール大会
を開催しました。

JA柳川のホームページは
こちらから

<https://www.yanagawa-fk-ja.or.jp>



最新情報を
更新しています。

- | | | | | | | | |
|------------|-------------|-------|--------------------|---------------|------|---------|---------------|
| 職員紹介 | JAの「輝く人」 | 農業×男子 | クロスワードパズル | 新鮮食材で楽しくクッキング | お知らせ | たんぽぽだより | Topic & Event |
| JAファンづくり活動 | J Aファンづくり活動 | 農業×男子 | ベランダでできるキッチングarden | 新鮮食材で楽しくクッキング | お知らせ | たんぽぽだより | JAの「輝く人」 |
| | | | | | | | JAの「輝く人」 |

12 12 12 12 11 11 10 10 9 8 7 6 5 4 3 2

特集

JA柳川合併30周年記念
第12回JA柳川カップ

小学生バレーボール大会



JA柳川
「センドくん」

特集



第12回JA柳川合併30周年記念 JA柳川カップ



選手宣誓する大和ジュニアの選手たち

開会式



男子の部「三橋ジュニア(柳川市)」(男女混合)

女子の部「柳川ジュニア(柳川市)」が優勝しました。

準優勝、第3位、敢闘賞(親善トーナメントで
勝ち残ったチーム)は次の通り。

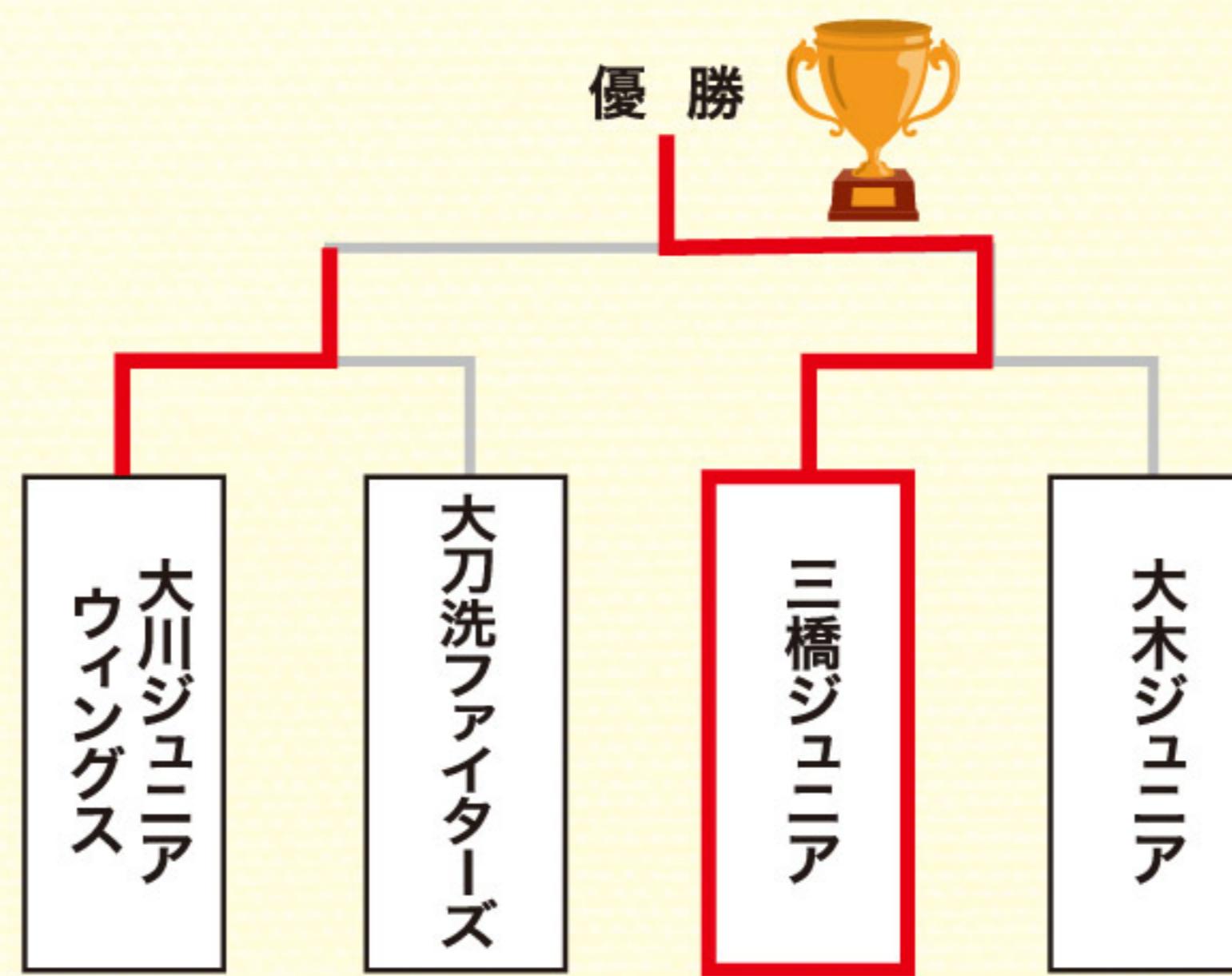
◇男子の部

- ▽優 勝=三橋ジュニア(柳川市)
- ▽準優勝=大川ジュニアウイングス(大川市)
- ▽第3位=大木ジュニア(大木町)
大刀洗ファイターズ(久留米市)
- ▽敢闘賞=柳川ジュニア(柳川市)

【決勝トーナメント(女子)】



【決勝トーナメント(男子)】



◇女子の部

- ▽優 勝=柳川ジュニア(柳川市)
- ▽準優勝=大木ジュニアバレーボールクラブ(大木町)
- ▽第3位=高田ジュニアバレーボールクラブ(みやま市)
大川ジュニアフレンズ(大川市)
- ▽敢闘賞=昭代ジュニア(柳川市)

管内のチーム紹介

三橋ジュニア(男女)



柳川ジュニア(女子)



昭代ジュニア(女子)



大和ジュニア(女子)



柳川ジュニア(男子)



興味がある方は、お近くのチームの練習を見学しに来てくださいね！

大会の様子



当JA主催の「JA柳川カップ小学生バレーボール大会」においても、どのチームも年々レベルが上がってきているように感じられます。これらはひとえに監督やコーチ、保護者の支援の賜物です。そして何より、選手らの日々の練習の成果だといえるでしょう。また、今年は県大会・九州大会出場という輝かしい成績を残したチームが多数参加しました。

今後も練習を重ね、中学校や高校に行っても大好きなバレーボールを続けてほしいと思います。そして、未来のオリンピック選手がこの大会から輩出されることを心から願っております。



⑧
**23
(木)** とまと部会総会

とまと部会は営農センターで総会並びに生産販売反省検討会を開きました。生産者31人が出席し、JA全農ふくれんや、市場関係者との意見交換が行われました。今年度は、着色不揃いの改善や秀品率の向上などの課題に取組んでいきます。



⑨
**5
(水)** な花栽培講習会

営農センターでな花栽培講習会が開かれ、11名が参加しました。南筑後普及指導センターの職員から、栽培管理について説明がなされました。早いところでは、9月の上旬より播種を行い、11月中旬には出荷が始まる予定です。また、収穫前に出荷会議を開き、生産者の規格統一を図ります。



⑧
**27
(月)**

**JA柳川年金友の会
グラウンドゴルフ大会**

年金友の会は、三橋グラウンドで第19回グラウンドゴルフ大会を開催しました。各支部から集まった140名が接戦を繰り広げました。

優勝：野田 茂さん (皿垣開)
2位：春口豊美さん (三橋)
3位：近藤洋子さん (蒲池)

⑧
**30
(木)**

**ふれ愛の里栽培講習会
新規者説明会**

ふれ愛の里栽培講習会が蒲池支所で開かれました。新規者を含む生産者約20名が参加しました。栽培講習会では、玉ねぎと高菜の栽培について指導が行われました。



⑧
**11
(土)**

**農事組合法人中山五拾町
創立総会**

中山コミュニティーセンターでJA柳川管内24番目の法人組織となる農事組合法人中山五拾町設立総会が開かれました。発起人含む総勢28名が参加し、4議案が審議され、すべて可決されました。



9
15
(土)

JA柳川合併30周年記念式典

JA柳川は柳川市民会館で合併30周年記念式典を開き、関係者や来賓、招待客など約900人が出席しました。



式典では、JA綱領唱和、組合員並びに役職員の物故者への黙祷が行われました。「地域とともに歩むJA柳川」の経営理念を掲げて30年。成清法作組合長は過去30年間を振り返り「農協改革に負けず、40年、50年と長く地域とともに歩むJAであるよう、尽力していく」とあいさつしました。その後、新谷一廣専務が30年間のあゆみの報告を行いました。

9
15
(土)

南部地区カントリーエレベーター竣工式



橋本町の南部地区カントリーエレベーター(CE)の竣工式が行われました。県や市、JA関係者ら約110人が出席。神事が執り行われ、また竣工記念碑除幕式も行われました。

南部地区CE保管能力は1万tで、北海道を除けば国内最大級規模の施設です。生産者の出荷にかかる時間短縮や労働力の軽減を図り、農業所得の増大につなげていきます。

9
8~27
(土)

いちご花芽検鏡



いちご部会は営農センターで9月8日~27日にかけて、いちご苗の花芽検鏡を行いました。

同センターには連日、生産者が苗サンプルを持ち込み、南筑後普及センター職員と、同JA職員が1つ1つ丁寧に検鏡。花芽分化ステージを確認し、生産者に定植時期の指導を行いました。花芽分化が確認された苗は順次、本田に定植されます。

同部会は今後も現地検討会等を行い、全圃場を部会員全員で巡回するなど、安定出荷・高収量に向け取り組んでいきます。

9
13
(木)

農と野の生け花 品評会

JA柳川女性部は本所で「第3回JA柳川女性部農と野の生け花品評会」を開催しました。自由な発想で生けた鉢植えで美しさを競い、同品評会には6支部より計47点の鉢植えが出品されました。

組合長賞＝柳川支部 森田 良子さん
専務賞＝柳川支部 川瀬美枝子さん
常務賞＝柳川支部 松岡 鶴子さん



適期刈取りを！

水

稻



1. 水管理

落水時期の目安は、刈取りの7~10日前頃です。玄米の充実(収量・品質)を向上させるためには、できるだけ収穫7日~10日前頃まで間断灌水をすることが重要です。

収穫作業に支障のない範囲で、落水時期を遅くして下さい。

2. 刈取り時期

刈取り適期は、色づいた糀の比率が80%に達した頃でも、もみ水分が25%前後になります。

刈取りが早すぎると登熟が不十分で青米が増え、収量や品質が落ちます。

刈取りが遅すぎると食味の低下や茶米・胴割れ米が増え、検査等級が下がるので適期刈取りを心掛けましょう。

(農産振興課)

野菜集荷場

なす作業員募集



人 員: 若干名

時 期: 10月~7月上旬

(土・日・祝日出勤可能な方)

作業内容: なすの選果業務

時 間: 午前9時~作業終了まで

対 象: 60歳くらいまで

*面接を行います。詳しい内容等を含め、下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

J A 柳川営農センター 76-5155
園芸振興課 高田・内田・今村

いちご検査員募集



人 員: 2名

時 期: 11月中旬~5月中旬

(土・日・祝日出勤可能な方)

作業内容: いちごの検査

時 間: 午後1時~午後3時程度
(時期によって異なります)

対 象: 60歳くらいまで

*面接を行います。詳しい内容等を含め、下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

J A 柳川営農センター 76-5155
園芸振興課 江口・松田

おうし座 (4/20~5/20)

【全体運】 心理的に不安定になりやすいかも。難しく考えず、気楽に構えるのがベストです。気分転換には散歩がお勧め。

【健康運】 リラックスすることで体調に好影響あり。

【幸運の食べ物】 マツタケ



おひつじ座 (3/21~4/19)

【全体運】 势いがつき過ぎて空回りするなど、バランスを崩しがち。時々一歩引いて、自分の行動を冷静に見詰め直して。

【健康運】 ストレッチなどで血行を良くすれば安泰。

【幸運の食べ物】 ニンジン



10 宮農通信

月の農作業

稻わらの焼却をやめ、有効に活用しましょう！

「稻わら」は、土づくりなどに使える有効な資源です。
人と環境にやさしい農業の推進のため、「稻わら」は焼却しないで有効利用しましょう。

◆◆◆「稻わら」を焼却すると…◆◆◆

以下のような問題が心配されます。

- 沿線道路の通行に対する支障
- 洗濯物の汚損の原因になるなど地域住民の生活に対する支障そこで…稻わらを積極的に利用しましょう！

◆◆◆「稻わら」の有効活用法◆◆◆

○小麦

・すき込みによる有機物の供給

○野菜

・すき込みによる有機物の供給

・稻わらによる地表面マルチ

トラクターやコンバイン等を使用した農作業後のお願い

コンバイン・トラクター等を使用した農作業後に、田や畠から公道へ出る際には、必ず泥を落としてから走行するようお願いします。車道や歩道に落ちた泥のかたまりは、自動車だけでなく歩行者・バイク・自転車・車いすなどの通行の妨げになり大変危険です。環境美化と交通安全のため、道路に泥を落とさないようにしましょう。なお、道路を汚してしまった場合は、速やかに泥の撤去・清掃をしていただきますようお願いします。

柳川市・柳川農業協同組合

実エンドウ栽培講習会



下記の通り、実エンドウ栽培講習会を開催します。

【開催日】 10月4日(木) 14時~

【場 所】 営農センター 2階大会議室



おうし座 (4/20~5/20)

【全体運】 心理的に不安定になりやすいかも。難しく考えず、気楽に構えるのがベストです。気分転換には散歩がお勧め。

【健康運】 リラックスなどで血行を良くすれば安泰。

【幸運の食べ物】 ニンジン

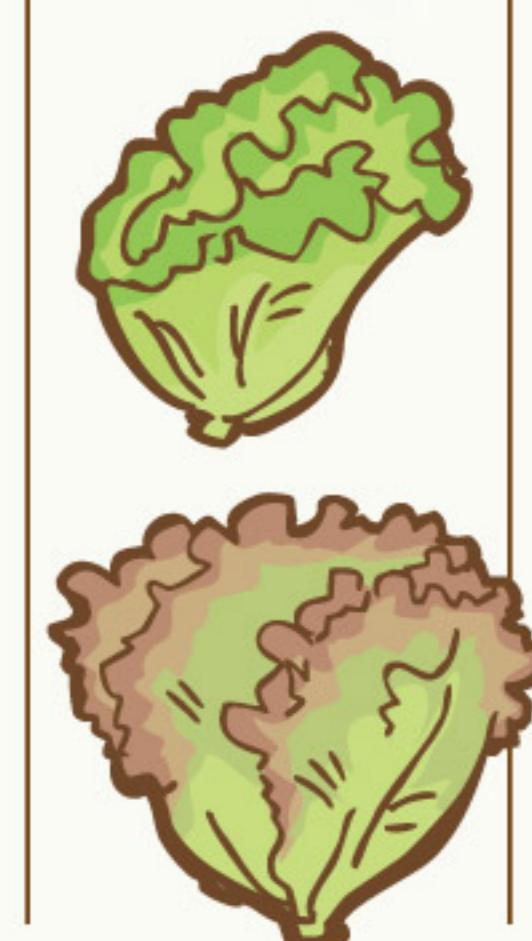


普及情報

筑後農林事務所南筑後普及指導センター

注目の冬野菜

栽培しやすいリーフレタス



リーフレタスは、非結球のレタスで、緑色のグリーンリーフ、赤いサンリーフがあります。露地・トンネル栽培であり、ハウス栽培に比べ初期投資が少ないため取り組みやすい品目です。(写真1、2)

また、軽量野菜であることから、水稻等との複合品目の1つとして、女性や高齢者でも栽培が可能です。

県内では、冬季のリーフレタスを経営の柱に、夏季にオクラやスイートコーンと複合する経営が増えています。

栽培のポイント

① 露地栽培のため、ほ場準備に降雨の影響を受けやすいので、排水の良いほ場を選び、さらに弾丸暗渠を実施し、ほ場周囲に排水溝(明渠)を掘ります。

② あらかじめ土壤pHを測定し、石灰資材等により調整を行います。

③ 秋から春にかけて栽培できますが、単価が安定している12月から3月の厳寒期出荷を中心とした栽培となります。(表1)

栽培の手順

① は種

セルトレイに培土を詰め、コート種子をは種します。

	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
12月末出荷	は種 ○	定植 △		出荷 □			
1月中旬出荷		○	△		□		
2月中旬出荷		○	△		□		
3月中旬出荷		○	△		□		

表1 リーフレタスの作型

② 育苗

小面積の場合、中型トンネル内に直管を使用し地面から浮かせた状態で育苗を行い、本葉3~4枚程度で本ぼ

移植します。

⑦ 収穫

草丈20~25cmで収穫します。

畝をまたぐ、アルミ製の大きな作業台車を活用すると、ほ場で箱詰めまでできるので省力的です。



写真2 サニーレタス



写真1 グリーンリーフ

③ 本ぼ準備

弾丸暗渠、明渠を実施し、堆肥を2

~3 t / 10 a程度投入してください。

生育の最適pHは6.0~6.5で、酸性側で生育阻害(生育不良・葉縁の黄化)が起きやすくなるので、6.5を目標に調整します。

④ 施肥・畝立て・マルチ

畝を立てる当日か前日までに耕うんを行った後、施肥・畝立て・マルチまで一気に行い、移植の準備を整えます。

施肥量は、窒素成分で25~30 kg / 10 a程度です。

⑤ 移植

栽植密度は、畝幅170cm、株間28~30cm、条間28cmの4条植えです。

⑥ トンネル被覆

霜にあたると病気が発生しやすくなるため、年末以降収穫分については、平均気温が10°C以下になる時期(およそ11月下旬~12月上旬)にトンネルを被覆します。

ただし、日中は25°C以上にならないよう換気を行います。

① 安定出荷

栽培地域や土壤条件によって時期毎の生育日数が変わってくるので、生産履歴を記帳し活用することで、安定した出荷を実現してください。

経営のポイント

◆組合員の皆様へ、農薬(毒劇物指定)購入の際は、必ず印鑑が必要です。

◆農薬の安全使用と飛散防止対策を徹底しましょう。

お問い合わせ先

◆JA柳川営農センター

0944・76・5155

◆南筑後普及指導センター
0944・62・4191



かに座 (6/22~7/22)
【全体運】ちょっとしたことでイライラしやすい暗示。人の言葉を悪意に取らないよう、注意して。手作りアイテムにつき。
【健康運】体を動かせば、グンと活力が高まるはず。
【幸運の食べ物】スタチ



ふたご座 (5/21~6/21)
【全体運】楽しい出来事に縁があります。お祭りやイベントに参加し、にぎやかに過ごして。新しい才能を見発見できることも。
【健康運】体力アップを図る好機。スポーツが吉。
【幸運の食べ物】ギンナン

JA柳川女性部10月行事予定

フレッシュミズ	10月19日	金	学習会
昭 代	10月26日	金	助けあい ミニディイサービス
大和・皿垣開	10月24日	水	視察研修

お問い合わせは、各支所の営農経済課
または、経済企画課女性部担当まで。



お葬式の事前相談会～ご案内～ 事前相談のメリット

「お葬式の費用がどれくらいかかるか心配で、
家族に負担をかけたくない」
「いざと言う時に、家族が慌てて、
困らないようにしておきたい」
「悲しみの最中に、
費用や段取りの心配をしたくない」
◆ いつでも、事前相談行っております!!
☆相談受付時間 9時～17時(毎日)☆

安心と信頼で御奉仕する JA柳川 葬祭センター



おまひでオール
0120-72-4744

年金友の会10月行事予定

本 所	10月17日	第20回 JAバンク福岡 年金友の会 グラウンド・ゴルフ親善大会 (予備日: 10月23日)
昭 代	10月18日 ～19日	保養の旅

この度の葬祭に際し、
ご会葬頂きました皆様方に
心より御礼申し上げます。

平成30年8月 利用件数33件 〈敬称略〉

《喪主》 昭 代	《故人》 荒巻 小市	《喪主》 柳 川 関	《故人》 龍一 関 清子
古賀 学	荒巻トモエ	山田ヨシ子	山田 信義
吉川 親義	吉川ツタエ	堤 勝則	堤 緑
吉川由記美	吉川タツ子		

他、多数の御利用を頂いております。

※喪家の承諾の上掲載いたしております。

謹んでお悔やみ申し上げます。

柳川農業協同組合 代表理事組合長 成清 法作



監事會だより

■第6回監事會

8月23日(木)

◆ 協議事項

(1) 平成30年度期中監事監査の考え方について



理事会だより

■第5回定例 平成30年8月28日(火)

◆ 付議事項

- 第1号議案 柳川市農業振興地域整備計画の変更に対する回答について
- 第2号議案 就業規則の一部改正について
- 第3号議案 貸出要綱附表1の一部改正について

◆ 報告事項

- (1) 定款の変更認可申請の修正について
- (2) 貸付金利改定報告について
- (3) 回収実績報告について
- (4) 平成30度葬祭事業施設別月次利用実績について
- (5) 平成30年度介護保険等事業実績表について
- (6) 経営所得安定対策交付金相当額の立替実施について
- (7) 南部地区CE竣工式について
- (8) JA柳川合併30周年記念式典について
- (9) 反社会的勢力対応に関する定期報告書について
- (10) JAの自己改革に関する組合員意向調査について

JA柳川 連絡先一覧

本 所 / TEL 0944(73)6312

〒832-0058

福岡県柳川市上宮永町425番地の1

営農センター / TEL 0944(76)5155

経済センター / TEL 0944(74)2000

農機センター / TEL 0944(74)2110

福祉事務所 / TEL 0944(74)9980
(たんぽぽ)

支所 ●蒲池支所 / 72-9233 ●大和支所 / 76-3009

●昭代支所 / 73-6241 ●皿垣開支所 / 76-0211

●柳川支所 / 73-6311 ●三橋支所 / 73-6131

HPアドレス : <https://www.yanagawa-fk-ja.or.jp>

さそり座 (10/24～11/22)

【全体運】強引に物事を進めるのは向かないものの、周囲と協力することで、状況は改善するはず。気晴らしには足湯を。

【健康運】無理は厳禁。疲れたら、しっかり休んで。

【幸運の食べ物】ナメコ



てんびん座 (9/23～10/22)

【全体運】やる気がアップして、いろいろなことにトライしたりそう。過去に駄目だった事柄にモリベンジできる兆し。

【健康運】活動的になれば、なるほど運気アップへ。

【幸運の食べ物】サケ



JJA柳川デイサービス 「たんぽぽ」だより

JJA柳川デイサービスセンター「たんぽぽ」は19日、利用者とその家族、同JJAの役職員ら合わせて73人を招き、第5回夏祭りを開催しました。この取り組みは、利用者に楽しんでもらおうと職員らが企画したもので、今年で5回目になります。



室内を飾るひまわりの装飾は全て職員と利用者の手作り。温かみのある夏祭りとなりました。

利用者はポン菓子すくいや金魚すくい、大正琴の演奏に合わせて合唱するなど、様々な催しを楽しんでいました。

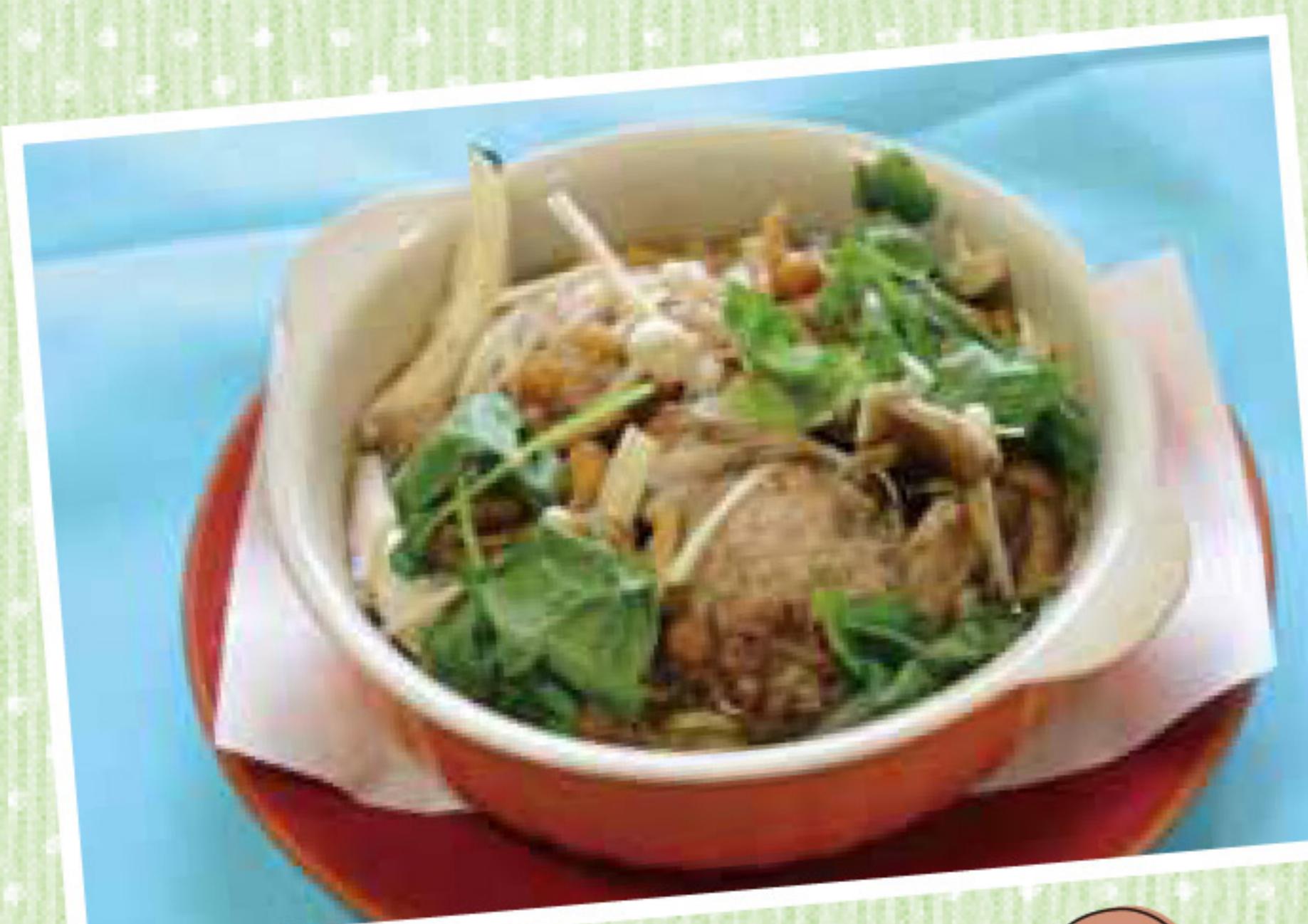


「夏らしいことができてよかったです」という感想をいただけて良かったです。

朝夕涼しくなってきましたが、室内での熱中症予防は欠かせません。水分をしっかり補給して、実りの秋を満喫しましょう！



新鮮食材で
楽しく
クッキング



きのこたっぷり和風ハンバーグ

【材料（2人分）】

Aハンバーグ

- ・豚ひき肉…300g
- ・タマネギみじん切り
…1と1/2個分
- ・塩…5g
- ・おろしショウガ…小さじ1
- ・ナツメグ、こしょう…適宜

Bきのこあん掛け

- ・かつおだし…1と1/2カップ
- ・しょうゆ・酒・みりん
…各大さじ2
- ・きのこ（マイタケ・シメジ・ナメコ・エノキタケなど）
…100g
- ・水溶き片栗粉…大さじ2
- ・ミツバ…1/2わ

【作り方】

- ①フライパンでタマネギのみじん切りを炒めて冷まし、Aの他の材料を全て合わせてよくこね成形して焼く。
- ②Bの材料を全て鍋に入れて沸かし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③①を器に盛り付け、②を上から回し掛け、刻んだミツバをあしらい出来上がり。

やぎ座（12/22～1/19）

【全体運】できる人と比べて、落ち込みやすい傾向がチラリ。「人は人」と割り切り、自分のやり方やペースを大切にして。

【健康運】運動不足から体重増を招きがち。ご用心。

【幸運の食べ物】イクラ



いて座（11/23～12/21）

【全体運】周りから良い影響を受けやすい時期。分からないうことがあったら、一人で悩むより、相談してみるのが正解。

【健康運】軽くスポーツに励むと体調アップの予感。

【幸運の食べ物】柿

ソラマメ(マメ科ソラマメ属)

土壤医 ● 藤巻久志

ソラマメは漢字では、さやが空を向いて付くから空豆、さやが蚕に似ているから蚕豆と書きます。

1980年代に宮城県北部の築館町(現栗原市)に春まき栽培の産地ができるまでは、ソラマメの秋まき栽培の北限は同県南部の村田町とされていました。当時は

宮城県以北ではソラマメの流通はなく、エダマメのようにさやごとゆるものだと思っている人もいました。

江戸っ子はソラマメを食べないと夏を迎えるかもしれません。大相撲が蔵前国技館で行われていた夏場所、秋葉原の旧神田青果市場では房州(千葉県)の初物のソラマメが初日に最高値で取引され、千秋楽に向かって徐々に値下がりしていきました。今は、鹿児島産のソラマメが年内から出回っています。

ソラマメの豆は空気に触れるとすぐに硬くなるので、さや付きのまま流通しています。収穫した瞬間から鮮度が落ちていきます。キッチンガーデンなら、新鮮取れたてのソラマメを味わうことができます。プランターに市販の培養土を入れ、日当たりと風通しの良いベランダで



追肥は耐寒力をつけるための12月と、生育が盛んになり始める2月に1000倍の液肥を施します。窒素肥料が多く過ぎると、茎葉ばかり茂ってさやが付かないことがあります。防寒と保湿のために、株元にわらや腐葉土を敷きます。冬の間は乾燥気味にし、生育が盛んになつたら、午前中に水やりします。水のやり過ぎは根を傷めるので、夕方には土の表面が乾く程度にします。

春に分けつした茎が伸びるので、元気な物を5~6本残し、他は切り除きます。さやが十分膨らんで、上向きだったさやが横から下向きになつたら収穫適期です。

育てます。10月から11月上旬が種まき適期です。鉢なら真ん中に、プランターなら株間25cmに2~3粒を、「おはぐろ」を斜め下に2~3cmの深さに押し込みます。本葉2枚までに間引きして1本立てします。

タテのカギ

- ①馬に乗る人のこと
- ②マガモを改良して作られました
- ③お金借りると付くことも
- ④日本海軍が造った世界最大の戦艦
- ⑤軍配を持つて土俵に上がりります
- ⑥神社で神事に奉仕する女性
- ⑦田畑を耕す道具の一つ
- ⑧首都はハノイ。米の生産が盛んな国です
- ⑨泡立てメレンゲを作ります
- ⑩野球でランナーが滑り込む所
- ⑪力トリックでは神父、プロテスタントならリレーの選手がつなぐ物
- ⑫馬に乗り、馬の毛を改良して作られました
- ⑬馬の毛を改良して作られました
- ⑭馬の毛を改良して作られました
- ⑮馬の毛を改良して作られました
- ⑯馬の毛を改良して作られました
- ⑰馬の毛を改良して作られました
- ⑱馬の毛を改良して作られました
- ⑲馬の毛を改良して作られました
- ⑳馬の毛を改良して作られました

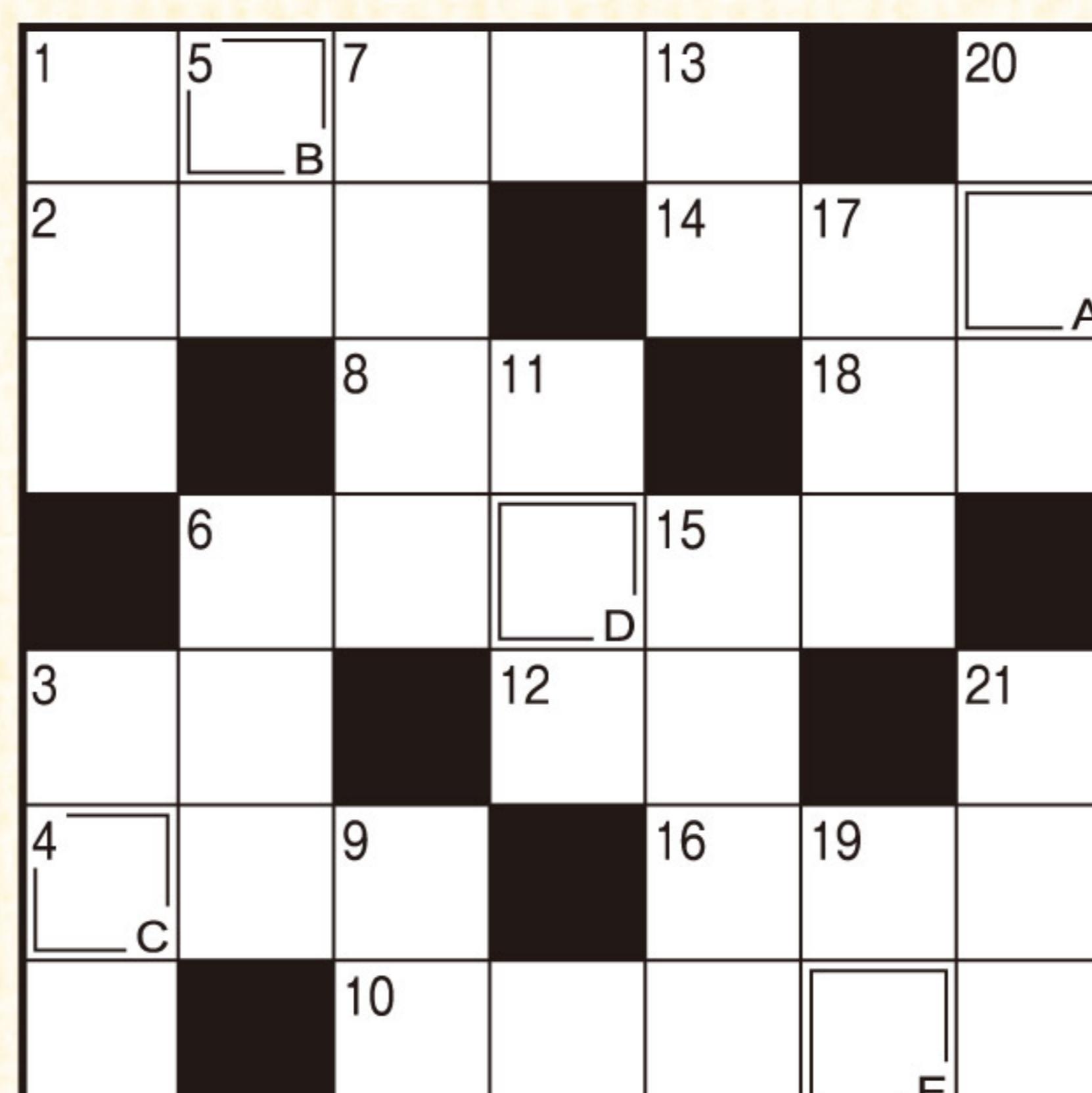


クロスワードパズル

二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

ヨコのカギ

- ①ギーッチョンと鳴く秋の虫
- ②図書館で専門的な仕事をします
- ③海に潜って貝などをとる職業
- ④目のこと。つぶらな――
- ⑤ゆらゆらとバランスを取る玩具。長い腕を持つ人の形をしています
- ⑥子(ね)と寅(とら)の間
- ⑦警察官や消防士、裁判官はこれ
- ⑧黄門様のお膝元です
- ⑨決まった時間に寝起きする、――正しい生活
- ⑩渦巻き模様が付けられた練り物
- ⑪二十世紀、新高などの品種があります



抽選で5名様に JA柳川農産物加工品詰め合わせ をプレゼント!!

二重ワクに入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉が答えです。ハガキに答えと住所、氏名、年齢、電話番号、を明記。JA、当広報誌などへのご意見や身近な出来事を書き添えて下記までお送り下さい。締切は平成30年10月6日消印有効。

〒832-0058 柳川市上宮永町425-1

J A 柳川総合企画課「プレゼントクイズ」係

先月号の答え「コスモス」

■先月号の当選者 (応募総数1407通)

- ・大津 忠茂さん
- ・高尾百合恵さん
- ・相島シゲ子さん
- ・上田 武馬さん
- ・八木 和彦さん

大和町
皿垣開
柳川市
佐賀県
兵庫県

編集後記



すっかり秋めいて、朝夕は涼しく過ごしやすいですね。秋と言えば食欲の秋。ということで、夏に落ちていた体重が元通りに…。美味しいものがいっぱいあるので仕方がない!と開き直りました(笑)みなさんの「〇〇の秋」は何でしょうか?ぜひプレゼントクイズに書いて教えてくださいね。(N.M)



うお座 (2/19~3/20)

【全体運】何かと深刻になりやすい月。意識的にプラスだと思える部分を見るようにして。ヒーリング音楽でリラックスを。

【健康運】食生活に配慮を。栄養バランスを考えて。

【幸運の食べ物】サンショウ



みずがめ座 (1/20~2/18)

【全体運】思い切って動けば、停滞していることも打破できそう。直感を感じ、やってみるとグッド。楽天的な発想が大事。

【健康運】健康に良いことを始めると、徐々に好転。

【幸運の食べ物】カリン

