



**牡羊座 3/21~4/19**

【全体運】思うようにならないことが多い月。でも、忍耐力を養えば、運氣上昇の呼び水に。伝統芸能に触れ、気分転換を【健康運】胃腸系のトラブルに気を付け、節制して【幸運を呼ぶ食べ物】伊予かん

**牡牛座 4/20~5/20**

【全体運】心身共に充実している時期。やってみようことには、どんどんチャレンジしてみよう。スポーツを始めるのも吉【健康運】ベストコンディションをキープできそう【幸運を呼ぶ食べ物】ブリ

**双子座 5/21~6/21**

【全体運】マイナスの発想をしやすそうです。意識的にポジティブシンキングを心掛けて。神社や寺院の散策につきあり【健康運】オーバーワークは×。十分な休養が大事【幸運を呼ぶ食べ物】黒豆

**蟹座 6/22~7/22**

【全体運】気楽になり過ぎたり、不安に陥ったり、考え方が両極端になりがち。信頼できる人の助言に耳を傾けて冷静に【健康運】軽く体を動かすとリフレッシュ効果大【幸運を呼ぶ食べ物】生和菓子

**獅子座 7/23~8/22**

【全体運】珍しく神経質になりやすい傾向がチャリ。持ち前の大らかさを大切に。玄関に花を飾り、幸運を引き寄せて【健康運】ストレス解消には軽いウォーキングが◎【幸運を呼ぶ食べ物】お雑煮

**乙女座 8/23~9/22**

【全体運】レジャー運が活性化。初詣や新年会などに意欲的に出掛ければ、得るものあり。創作活動に励むのもお勧め【健康運】疲労のため込まないよう、睡眠は十分に【幸運を呼ぶ食べ物】だて巻き

**天秤座 9/23~10/23**

【全体運】取るに足らないことで感情的になりやすいので、冷静な対応を忘れずに。心をリラックスさせるには日記を書くこと効果的【健康運】早寝早起きをすれば、次第に好影響あり【幸運を呼ぶ食べ物】かまぼこ

**蠍座 10/24~11/22**

【全体運】好奇心が旺盛になり、さまざまな分野に興味を抱きそう。やってみようことに挑戦して。最新映画の観賞も正解【健康運】ヨガや気功で血行促進を図るとグッド【幸運を呼ぶ食べ物】きんとん

**射手座 11/23~12/21**

【全体運】のんびり過ごせる期間です。やるべき作業を終えたら、プライベートの充実にも励んで。お茶に凝るのもラッキー【健康運】自分の時間を持つことで体調に好影響が【幸運を呼ぶ食べ物】昆布巻き

**山羊座 12/22~1/19**

【全体運】何事にも前向きに取り組めるはず。未経験のことやってみると手応えあり。グルメを楽しむのも大賛成【健康運】体調に恵まれアクティブに過ごせそう【幸運を呼ぶ食べ物】ヒラメ

**水瓶座 1/20~2/18**

【全体運】優しい気持ちになれる時期です。周囲に親切にでき、人気運が上昇していく予感。ただ、ケアレスミスには注意【健康運】運動で新陳代謝の働きを良くすると好転【幸運を呼ぶ食べ物】カズノコ

**魚座 2/19~3/20**

【全体運】人間関係が広がりを見せる気配。新年会など、集まりには気軽に顔を出してみよう。習い事を始めるのも刺激【健康運】バスタイムを満喫し、疲労を取り去って【幸運を呼ぶ食べ物】シュンギク

【モナ・カサンドラ プロフィール】  
占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解説・探究。コンピューターによるホロスコープ作成の道を開いた。現在は執筆活動をはじめ、さらなる占星の研究を重ねている。  
ルネ・ヴァン・ダール研究所 <http://www.rene-v.com/>



**高橋あんなさん(27)**  
一関市立摺沢小学校教諭

**学校の楽しさを伝えたい**

摺沢小学校に赴任して2年目のあんな先生。「自分が小学6年生の時、担任の先生が楽しくてとても好きでした。学校に行くのもワクワクしていました。自分もそんな先生になり、子どもたちに学校の楽しさを伝えられたら」と、教員になったきっかけを話します。

「自分は楽観的な性格。落ち込んでもすぐ立ち直ります」と、自分の性格を分析するあんな先生は、明るく社交的で笑顔の素敵な女性です。

そ〜じゃ\*い〜じゃ

# So~JA\*E~JA

## コーナー Vol.14


【JAいわい東とJAいわて南の共通イベントの紹介】

# 朝は美味しい 県産米!

一ノ関駅で朝食おにぎりを配布

朝食を食べてもらって県産米の消費拡大を図ろうと、JAいわてグループは11月28日、「朝ごはん『しっかり』食べよう!運動」を開催。県内JR沿線の主要駅5カ所で「県産米の新米おにぎり」と朝ごはんを食べることの大切さを啓発する資料を通勤・通学客に配布しました。

JR一ノ関駅では、JAいわい東とJAいわて南の職員ら8人が、地元産の「ひとめぼれ」で作ったおにぎりと同資料のセット200袋を手渡しました。受け取った通学生らは袋の中のおにぎりを見て驚いたり、笑顔で「ありがとう」と応えていました。



おにぎりセット200袋を通勤・通学客に手渡すJA職員