

★2024年7月のあなたの運勢★

モナ・カサンドラ

JA 広報通信より引用

牡羊座 3/21~4/19

【全体運】 家族と過ごす時間を大切に。レジャープランは気合いを入れて。華やかなスポットにツキがあります。おしゃれも吉

【健康運】 何でもおいしいとき。食事はカロリーも意識して

【幸運の食べ物】 トマト

牡牛座 4/20~5/20

【全体運】 予定は前倒しで進めましょう。下旬は暑気払いプランを計画。生活にメリハリをつけるとより充実。メモの習慣が◎

【健康運】 口腔（こうくう）ケアに力を入れて健康寿命アップ

【幸運の食べ物】 ナス

双子座 5/21~6/21

【全体運】 高め安定運。ルーティンワークの効率アップを図りましょう。余裕が生まれ、いい思い付きがありそう。旅行が吉

【健康運】 足裏マッサージでリラックス。音楽鑑賞も◎

【幸運の食べ物】 シカクマメ

蟹座 6/22~7/22

【全体運】 勢いのある好調運。イニシアチブを発揮すれば、さらに充実。周りからも感謝されます。人の集まる席にツキ

【健康運】 友人とスポーツを楽しんで。筋トレもお勧め

【幸運の食べ物】 イチジク

獅子座 7/23~8/22

【全体運】 上昇運。うまくいかないことは原因究明から。正攻法が解決への近道です。交渉は後半が有利。準備は入念に

【健康運】 小魚や牛乳、カルシウムをしっかり取って

【幸運の食べ物】 トウガン

乙女座 8/23~9/22

【全体運】 コミュニケーション運が活発化。疎遠になっていた人とも連絡が取れそう。同窓会などを企画するのもお勧めです

【健康運】 体をまめに動かすのが健康への近道。ストレッチを

【幸運の食べ物】 オクラ

天秤座 9/23～10/23

【全体運】 思うようにならないことが多くいら立ちがちですが、それも次第に解消。後半は味方が現れます。友人とお茶を

【健康運】 トイレは我慢しないで。水分補給はたっぷりと

【幸運の食べ物】 ゴーヤー

蠍座 10/24～11/22

【全体運】 困難を乗り越えて結果を出せます。諦めずに忍耐力を発揮しましょう。旅行は初めての場所にツキあり

【健康運】 慌てるのはけがのもと。動作はゆっくりと

【幸運の食べ物】 サクランボ

射手座 11/23～12/21

【全体運】 スローペースですが進展が見られます。後半、運勢は大きく上昇。あなたの望む方向に風向きが変化。地道に交渉を

【健康運】 発酵食品にツキ。納豆やヨーグルトで元気に

【幸運の食べ物】 シソ

山羊座 12/22～1/19

【全体運】 運勢は盛り上がりを見せています。一筋縄ではいきませんが、ワクワクするような体験も。バカンスの予定を立てて

【健康運】 楽しみながらできる運動が◎。体力アップの好機

【幸運の食べ物】 スイカ

水瓶座 1/20～2/18

【全体運】 気になることは多そうですが、あまり神経質にならないように。おとなしく待っていた方が好結果に。掃除が吉

【健康運】 有酸素運動がお勧め。外出時は水筒を携帯して

【幸運の食べ物】 ショウガ

魚座 2/19～3/20

【全体運】 良好運。前半は大きな追い風に恵まれます。善は急げで行動を。後半は話をよく聞き冷静に。感情的にならないで

【健康運】 やったことのないストレッチを試してみましょう

【幸運の食べ物】 サニーレタス