

# ★2025年3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】 上昇運。迷っていたことに方向性を見いだせそう。やりたいことをリストアップすると吉。外出を増やして

【健康運】 部屋の中でする運動にツキ。ストレッチを

【幸運の食べ物】 ウド

## 牡牛座 4/20~5/20

【全体運】 少しお人よしが過ぎてしまうようです。できないことまで引き受けないように。用事を整理し、予定を立てて

【健康運】 肩を回して肩凝りを予防。日頃の心がけが大事

【幸運の食べ物】 キウイフルーツ

## 双子座 5/21~6/21

【全体運】 手詰まりを感じていたことに活路を見いだせます。小まめに情報収集を。友人の意見を参考にするのもお勧めです

【健康運】 食欲が増加。ローカロリーの食材に注目を

【幸運の食べ物】 春キャベツ

## 蟹座 6/22~7/22

【全体運】 周囲からの支援が心強いとき。口うるさいと感じる助言にも聞いておくだけのメリットがあります。仕事優先で

【健康運】 クイズで頭の体操を。ヘッドマッサージも◎

【幸運の食べ物】 ウルイ

## 獅子座 7/23~8/22

【全体運】 面倒な相手ほど丁寧に接しましょう。経験談には今のあなたに役立つ話が入っているはず。旅行の計画にツキ

【健康運】 生活の中に香りを取り入れてリラックス

【幸運の食べ物】 キュウリ

## 乙女座 8/23~9/22

【全体運】 予想外の展開がありそう。かなりの追い風です。反発するより流れに乗るのが正解。臨機応変にチャンスを生かして

【健康運】 羽織るものを用意。気温変化に合わせて脱ぎ着を

【幸運の食べ物】 つまみ菜

## 天秤座 9/23~10/23

【全体運】 やることが多く忙しくなりがち。スケジュールの組み方で効率化を図れます。冷静に状況を整理しましょう

【健康運】 血行促進を心がけて。お風呂はぬるめで長めに

【幸運の食べ物】 グリーンピース

## 蠍座 10/24~11/22

【全体運】 好調運。長年の苦勞が報われる出来事の予感です。新しいことを始めるのも吉。お花見に出かけましょう

【健康運】 筋トレが吉。ハードなスポーツも楽しめます

【幸運の食べ物】 サヤエンドウ

## 射手座 11/23~12/21

【全体運】 理不尽な状況に心を痛めることがあるかもしれません。運勢は下旬から上昇。様子を見て待つのも1つの手

【健康運】 無理はしないで。古傷や持病はしっかりケア

【幸運の食べ物】 ジャガイモ

## 山羊座 12/22~1/19

【全体運】 スリリングな運氣です。危ない場所には近寄らないで。周囲とコミュニケーションをよく取って誤解のないように

【健康運】 自分に合ったストレッチを選んで。無理は禁物

【幸運の食べ物】 ソラマメ

## 水瓶座 1/20~2/18

【全体運】 争いは避け調整を心がけて。平和的な手段を取ることであなたの株が上がります。近距離旅行にツキあり

【健康運】 食事、運動、睡眠、生活習慣をチェックして

【幸運の食べ物】 タケノコ

## 魚座 2/19~3/20

【全体運】 勢いがあります。ダメ元でやってみたこともなんとかなりそう。率先して動きましょう。行動的なほど開運

【健康運】 運動で良い汗をかきましょう。体力もアップ

【幸運の食べ物】 ニラ