

# JAのこども共済・医療共済

## お見積り キャンペーン

JAのこども共済・医療共済

JA共済 R2

アンパンマン

### JAのこども共済・医療共済の お見積りをいただいた方に、先着10,000名様 に「アンパンマンおやつケース」をプレゼント!

期間: 2020年4月1日～2021年3月31日



#### キャンペーン応募要項

|       |                                                                                                                                                                                                     |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 応募対象者 | 0～12歳のお子さま(出生予定日からさかのぼって140日以内の胎児を含みます)の親族の方(18歳以上の方に限る)                                                                                                                                            |
| 応募方法  | 所定の専用応募用紙に必要事項をご記入の上、JA職員に直接お渡しいただくか、JA窓口までお持ちください。                                                                                                                                                 |
| 応募条件  | <p>こども共済もしくは医療共済のお見積りをしていただいた方に、先着で賞品を1点進呈いたします。キャンペーンの応募はお子さま1名につき1歳までとさせていただきます。</p> <p>※ご提供いただいた個人情報、JAおよびJA共済連の事業および各種サービスのご提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JA共済は「個人情報保護方針」を定め、個人情報保護に努めております。</p> |

※数に限りがございますので、なくなり次第終了とさせていただきます。

※賞品のデザイン・仕様等は変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

### アンパンマン おやつケース(タテ型)



※詳しくはお近くのJA(または担当店)にお問い合わせください。

※画像はイメージです。

20289990042

 **年金**のお受け取りは「**JA丹波ひかみ**」で!!   
募集期間／2020年4月1日(水)～2021年3月31日(水)  
**新たに年金振込をご指定いただいた方に写真の商品をいずれか1点プレゼント!**  
他の金融機関からの変更でも大丈夫です

【ピーコック ステンレスボトル】

どちらか1色  
選べます。



【お昼寝枕 2個セット】



【播州織 ひざ掛け】



※複数の年金のお振込につきましても、お一人様につき商品は1点となります。

将来、J A丹波ひかみで **年金** を  
お受取りいただける  
**59才** 以上の方へ

新規でご予約いただいた方に写真の商品をいずれかプレゼント！

ステンレス  
タンブラー

日清オイリオ  
ギフトセット



＜留意事項＞当プレゼントの対象者は個人の方で公的年金の振込に限りです。（JAで確認できるもの）  
詳しくは、最寄りの支店・店窓口もしくは渉外担当者におたずねください。









シート一面に集められた木の芽

旬の味覚



木の芽

## 4/20 木の芽集荷始まる

4月中旬より各営農経済センターでは、木の芽の集荷が始まりました。

各センターの集荷場では、生産者の皆さんが一つずつ丁寧に摘み取られた木の芽がシート一面に集められ、あたりは木の芽のとてもよい香りにつつまれていました。

集荷された木の芽は、当JAを通じて加工業者等へ出荷されます。

## 4/19 水稻苗順調に

気温の寒暖差はありますが、今年度も水稻の苗が順調に育っています。

氷上と春日にある育苗センターで、は種後に出芽させて各町にあるハウスでさらに大きく育てられます。そして、4月下旬頃から順次申込者宅へ届けられます。担当者は「順調に大きくなっている、良い苗を届けたい」と話しました。



ハウスへ苗を運ぶ担当者

良い苗を届けるために



出芽した苗



順調に生育している苗



新入職員を代表して宣誓する徳田さん

## 4/1 令和2年度 新入職員入組式

新たな希望を胸に

本店大ホールで、令和2年度の新入職員入組式を行いました。今年度入組する6名の新入職員が緊張の面持ちで式に臨むなか、大畠組合長が「社会人として、自己研鑽に励み、組合員及び地域住民に信頼される人になっていただきたい」と訓辞を述べました。

そして、新入職員代表の徳田智史さんが「先輩方のご指導を受けながら、知識・実務の習得に励み、最善の努力をすることを誓います」と宣誓しました。

式が終わると、早速研修が始まり新入職員たちは真剣な表情で受講していました。



講師として熱心に説明する岸本課長

丹波市特産物について詳しく説明

## 4/16 農の学校で農業授業

丹波市が開講する「農（みのり）の学校」の授業で、当JAの営農経済部営農振興課の岸本芳樹課長が講師として研修を行いました。

「農（みのり）の学校」では、4月から第2期生の方が、新規就農を目指し農作物の栽培技術や農業経営などについて学ばれています。

研修では、岸本課長から丹波市特産物の栽培状況や丹波市の農業情勢・課題などの説明があり、生徒の皆さんは熱心に受講されていました。



## 新型コロナウイルス

### 感染拡大防止へのご協力をお願い

このたびの緊急事態宣言を受け、当JAでは組合員や地域の皆さまの健康と安全を考慮し、職員のマスク着用など必要な対策を講じてまいりますが、多数の方にお待ちいただくロビーや、対面でのお手続きとなるカウンターでは、感染のリスクが高まります。

ご来店の際はマスクをご着用いただき、ロビーでは間隔をお取りください。また、現金入出金・お振り込み等は、ATMのご利用等もご検討をお願いいたします。また、当直売所レジ前では、透明ビニールシートを設置し感染拡大防止につとめています。これらでは、除菌や換気、広い式場でのご葬儀等3つの「密」への対策に取り組んでいます。

皆さまにはご不便とご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。



職員はマスクを着用しております



出入口付近に消毒液を設置しております



JA会館こもれびまはウイルス除菌も行っています



透明ビニールシートを設置した直売所レジ



毎月第3土曜はポイント10倍！！

レジ前々間隔をあけて並ばれる来店者



旬の野菜や切り花

## 4/18 直売所 ポイント10倍デー

毎月第3土曜日は、当直売所ポイントカードのポイントが10倍になります。

当日も店頭には、いつもとかわらず新鮮な野菜や切り花などが並び、来店者を出迎えました。

開店から、旬の野菜を手にとり購入される来店者の姿がみられ、大西店長は「生産者の皆さんが丹精込めて栽培された旬の農産物ばかりです」と話していました。





おすすめ

## 資材コーナー

## 氷上営農経済センター 農業関連商品を充実！！

氷上営農経済センターでは、組合員・地域の皆さまの利便性の向上を目指し、4月6日より農業関連商品の品揃えを充実させております。

皆さまの農業支援に役立つ商品や、これまではお取り扱いしておりました商品も多数取り揃えております。

ぜひ一度お立ち寄りくださいますよう、センター職員一同お待ちしております！



お役立ち商品がたくさん



500 円均一コーナー



1,000 円均一コーナー



生産資材商品を充実させた店内



ぜひ、  
ご来店ください！

**氷上営農経済センター**  
丹波市氷上町市辺440  
営業時間 8:30~17:00  
4~10月休まず営業 Tel 82-8820



## 5 月期丹波市和子牛品評会

### ひょうたん農場(株)・松浪さんが一等一席に

畜産センターにて、5月期丹波市和子牛品評会を開催しました。5月市に出品される雌牛21頭、去勢牛18頭について、特徴検査および品評会が行われ、審査の結果、ひょうたん農場株式会社出品のもとや号(雌牛の部)と、松浪三千美さん出品の俊金号(去勢牛の部)が一等一席に選ばれました。



雌牛の部、一等一席に選ばれた  
ひょうたん農場(株)



去勢牛の部、一等一席に選ばれた  
松浪三千美さん

|         |      |          |                 |
|---------|------|----------|-----------------|
| 【雌牛の部】  | 一等一席 | もとや号     | ひょうたん農場(株)(市島町) |
|         | 一等二席 | まちよしまる6号 | 大槻 良さん (市島町)    |
| 【去勢牛の部】 | 一等一席 | 俊金号      | 松浪三千美さん(山南町)    |
|         | 一等二席 | 富福武号     | ひょうたん農場(株)(市島町) |

(単位：頭、円)

|       |      | 出荷頭数 | 最高販売価格    | 平均販売価格  | 総平均価格   |
|-------|------|------|-----------|---------|---------|
| 丹波ひかみ | 雌子牛  | 12   | 905,300   | 567,325 | 560,614 |
|       | 去勢子牛 | 25   | 716,100   | 557,392 |         |
| 市場合計  | 雌子牛  | 110  | 1,108,800 | 597,070 | 567,857 |
|       | 去勢子牛 | 155  | 784,300   | 547,126 |         |

令和2年4月8日但馬家畜市場にて開催(販売価格は消費税込み)



畜産  
4月の  
子牛市況

## 営農掲示板

### 営農経済部

## 水稻用除草剤の上手な使い方について

### 除草剤を効かせるポイント

#### ポイント1

代かきは、田面に凸凹がないよう、均等に平らになるよう丁寧に行ってください。



田面露出した部分から生える雑草



丁寧に…

#### ポイント2

除草剤散布の前にもう一度、漏水のチェックをお願いします。



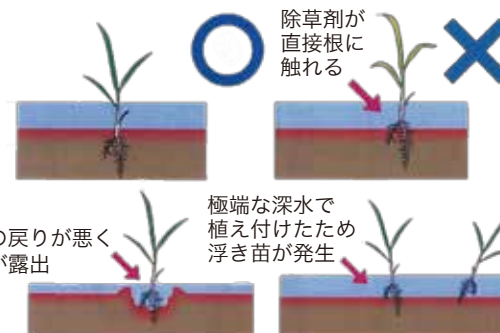
畦シート

もう一度漏水がないかチェック！



#### ポイント3

浅植え、浮き苗がでないように、田植作業は丁寧に行ってください。



★田植機のスPEEDを上げすぎないようにご注意ください！

#### ポイント4

除草剤散布時の水管理



入水が終わったら水口を締め、水尻のチェックを忘れずに！

水深は3~5cmが目安

水口と水尻をしっかり止め、田面の水は灌水状態を保ってください。



## 水稻の営農支援策

### 夢たんば買取対策

食味値が82以上(JA所有のサタケ食味計値)の夢たんば1等出荷米を予め設定した単価でJAが買収します(出荷量基準有)

**助成基準**  
**有利価格で買い取り**  
\*ただし、高水分は除く

### 水稻土づくり奨励

水稻土壌改良資材のフレコン散布を利用された場合、散布料金をJAが負担します

**助成基準**  
**散布料無料**

### 水稻共同防除助成

集落の合意形成により、水稻の共同防除を集落単位で実施された場合に助成金をお支払いします

**助成基準**  
**10a 当たり 500 円**

### 産米大口栽培者対策

大規模稲作農家の支援として、産米出荷に対し奨励金をお支払いします

**助成基準**  
**産米出荷量に応じた助成**

### 産米出荷契約対策

出荷契約数量の90%以上を出荷された生産者に、出荷契約数量範囲内の出荷数量に対し奨励金をお支払いします

**助成基準**  
**1 袋 100 円**

\*各項目とも予算枠があり、申込あるいは該当者多数により超過した場合は、予算の範囲内で按分させていただきます。  
\*各項目とも詳細な支出要件がありますので、詳しくは最寄りの営農経済センター等にお問い合わせください。



乙女座

8/23 ~ 9/22

全体運

好調なスタートに心が弾みます。失敗も成功の母となるのでチャレンジは続けて◎。外出は遠出がお勧め

健康運 頑張り過ぎに注意。適宜、休憩を入れて

幸運を呼ぶ食べ物 カレイ



獅子座

7/23 ~ 8/22

全体運

思わぬ事態に焦りがち。運勢は下旬から上昇に転じるので冷静に。判断に迷う場合は慌てず待てば好転

健康運 前半はけがや発熱に注意を。後半は回復

幸運を呼ぶ食べ物 葉ショウガ



# おうち菜園旬の野菜紹介

## タケノコ

～春を告げる山菜の王様～

### タケノコのプロフィール

【分類】イネ科  
 【原産地】中国（孟宗竹）  
 【和名】筍、竹の子（たけのこ）  
 【おいしい時期（旬）】春 3～5月  
 【主な栄養成分】カリウム、食物繊維、チロシン、グルタミン酸、アスパラギン酸

### 見分け方

穂先が黄色～薄黄緑色のものは、えぐみが少ない

皮につやがあり、根元のいぼが濃赤色になっていないものが良品

細いものより太くて短くずんぐりとした形で重みがあるもの

皮や切り口のみずみずしいものがお薦め

### 食べ方のコツ

掘りたてで新鮮ならば、皮ごとアルミホイルに包んで焼くと美味！



かつお節と一緒に煮る土佐煮やワカメと組み合わせる若竹煮、木の芽和え、天ぷら、たけのこ飯などは季節を告げるタケノコの定番料理

参考：KAORUのベジタブルライフ イラスト：小林裕美子

### 保存方法

時間がたつごとにえぐみが増してしまうため、購入したらすぐに下ゆでしょう



水を毎日取り替えば5日程度は日持ちするよ

下ゆでをしたものは皮をむき、すぐに使わないときは、全体が浸るように水に漬けて冷蔵庫で保存する



## たけのこ酢豚

### 材料(2人分)

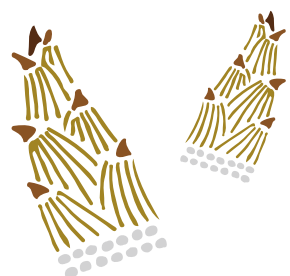
タケノコ水煮…1個  
 豚バラスライス…6枚  
 薄力粉…適宜  
 塩・こしょう…適宜  
 サラダ油…小さじ1と1/2

〈合わせ調味料〉  
 しょうゆ…大さじ2  
 黒酢…大さじ2  
 料理酒…大さじ2  
 砂糖…大さじ2



### 作り方

- (1)タケノコは縦に6等分にして水にさらし、沸騰した湯で5分ほどゆでる（水煮の臭みを取るため）。
- (2)豚バラ肉を広げ、水気を切ったタケノコを置いて塩・こしょうをして手前から巻いて、薄力粉を薄くまぶす。
- (3)フライパンにサラダ油を入れ、(2)を入れ弱火で転がしながら火を通す。
- (4)(3)に合わせ調味料を入れ、煮汁を絡めて出来上がり。



永井智一（ながい・ともかず）  
 茨城県笠間市にある「キッチン晴人（ハレジン）」のオーナーシェフ



## 丹波黒大豆 丹波大納言小豆

どちらも言わずと知れた丹波市の特産物です。

丹波黒大豆は6月頃に、は種をして11月頃より収穫します。丹波大納言小豆は7月頃に、は種をして10月頃より収穫します。



氷上町

泉

秀典

さん

## こだわり 農業人

### 農業の魅力にひかれ

2年ほど前から、会社勤めながら兼業農家として小豆や黒大豆を栽培されていた泉さん。自身で計画を立てていることに挑戦できる農業の魅力にひかれ、昨年末に会社を辞め2ヘクターほどのほ場で本格的に農業を始められました。「不安もありましたが、わからないことは知り合いや近所の農家さんたちが教えてくれるのでとても心強いです」と笑顔で話されます。

### 『土づくり』にこだわり

「まだまだ初心者」と自身のことを話される泉さんですが、品質の高い農産物を栽培するために『土づくり』には力を入れてやっていきたいと意欲的です。「その年の天候やほ場によっても違うので、これから試行錯誤しながらやっていきます」と前向きに話されます。

### 父の夢を家族で応援

「忙しい時は妻も草刈などを手伝ってくれるので、とても助かります」と泉さん。3人の子どもたちもお父さんの農作物を楽しむにしているそうです。「将来余裕ができたなら山の芋や、いろんな野菜にも挑戦したいですね。ネット販売や農作業体験などもやってみたい」と農家としての人生に大きな夢を描かれる泉さんでした。







## 仲良しファミリー

山南町 黒田 正行さん 佳奈美さん 莉央ちゃん

### 家族の時間を大切に

音楽とアンパンマン、食べることが大好きな莉央ちゃん。最近では歩けるようになり、くつを見るとお外に出たいと元気に走ってくるそうです。

そんな莉央ちゃんの成長がご家族の一番の楽しみ。昨年川遊びに出掛けた時に、とても喜んで楽しんでいたのが印象的で「またいろんな所に連れて行ってあげたいですね」とご両親はニコリ。

「これからも家族の時間を大切に、楽しみながら過ごしていきたい」と話され、今日も家族の中心で莉央ちゃん笑顔が輝く、仲良しファミリーでした。



お散歩大好き！



お気に入りのアンパンマングッズ

## 今月の表紙

春日町 中井 絢斗くん 足立 蒼真くん  
(中井 翔さん・裕香さんの長男、足立 愛理さんの長男)

### 本当の兄弟みたい

隣に住むいとこ同士の絢斗くんと蒼真くん。一つ年上の絢斗くんはとてもやさしく面倒見のよいお兄ちゃんのような存在です。そんな絢斗くんが大好きな蒼真くんは、とてもやんちゃで元気いっぱいです。

二人は、こども園から帰るとすぐに三輪車やボールなどで一緒に遊ぶそうで「本当の兄弟のようにいつも仲良く遊びます」と母親の裕香さん愛理さん姉妹は笑顔で話されます。

「これからも二人仲良く、色々な経験をしながら大きくなってほしいですね」と二人の成長を見守られます。



いつも一緒、とても仲良し



トラクターに乗せてもらい大興奮

## おしどり夫婦

柏原町 矢本 規夫さん 美恵子さん

### 友達のような仲良し夫婦

農業が趣味の規夫さんは、お米や野菜など300アール程栽培されており「家族や近所の方々に助けてもらいながら日々頑張っています。野菜などをいろんな方々に食べていただくのも楽しみの一つです」とうれしそうに話されます。

美恵子さんは、お花が趣味でいろんな花を育てたり、フラワーアレンジメントをしたりと「お花には人を和ませる魅力があり、本当に大好きです」と笑顔で話されます。

お二人はご結婚40年目を迎え「何でも話し、一日の終わりには必ず笑いで終わる、友達のような存在です」と話される、とても仲の良い明るいおしどり夫婦でした。



フラワーアレンジメント



丹精込めて栽培した農産物



青垣町 古川正孝さん宅のアイドル  
ラス(10)♂ チワワ

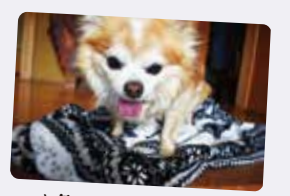
### お散歩大好き

僕はラス。お気に入りのブランケットで遊ぶことが日課なんだ。とっても気持ちがいい、このブランケットがあれば、いつまでも遊んでいられるよ。

でも、一番好きなのは散歩なんだ。1日4回連れて行ってもらうよ。外の景色を見たり散歩するのが楽しいんだよね。長い時は1時間ほど行くこともあるよ。いつも付き合ってくれてありがとう。これからも大好きなお散歩に、いっぱい連れて行ってね！



お散歩、いこー！



お気に入りのブランケット

あなたの笑顔を  
ぜひ掲載させてください！

**ハッピースマイル 掲載者随時募集中！！**  
JA丹波ひかみの広報「丹波ひかみ」では、ハッピースマイルへの掲載者を随時募集しております。掲載ご希望の方は、ぜひ最寄りの支店・店までご連絡ください。



おたよりいらすと

みなさまから届いたお手紙を紹介します



イラスト  
(春日町 上畑 千鶴子さん)

ネギと味噌と  
あえて食べると  
美味しいです



春が来たなあ  
と味わいました

イラスト  
(青垣町 藤賀 ゆき子さん)

家の前でピンクのかわいいさくら草が満開です。毎日、いやされています。(山南町 後藤 敏子さん)

さくら草の花、本当にかわいらしいですね。植物たちはどんな時でも人の心をいやしてくれますね。

新型コロナウイルスの影響で買物以外の外出は控えています。運動不足にならない様、ウォーキングで体を動かしています。(柏原町 足立 敏子さん)

ウォーキングいいですね。健康にも気を付けながら、新型コロナウイルス対策は万全にしていきたいものです。

30周年おめでとうございます。長女が生まれた年平成2年早いものですね。(市島町 荻野 靖浩さん)

ありがとうございます。組合員・地域の皆さまに支えられながら30周年を迎えられました。これからも、どうぞよろしくお願いいたします！

こんにち  
はJAです！



JA自動車共済お見積もり  
キャンペーン実施中！！



市島支店 共済課 廣瀬 貴斗

入組2年目で、共済の窓口を担当しています。組合員の皆さまが保障内容をしっかりと理解していただけるよう、正確で丁寧な説明を心掛けています。趣味は、友人とカラオケに行くことです。

[組合員の皆さまへ]

自動車共済お見積もりキャンペーンを実施しております。お見積もりを希望される方は、お気軽にお声掛けください。

4月号のクイズの

正解と当選者発表！

応募総数 327 通、正解率 93.3%

おめでとうございます！

(アウトドアコンパクトチェア10名様)

|             |              |
|-------------|--------------|
| 柏原町 高木 亜希さん | 青垣町 足立 美佐子さん |
| 柏原町 荻野 昭代さん | 青垣町 足立 翔さん   |
| 山南町 篠倉 和弘さん | 市島町 木下 一郎さん  |
| 氷上町 足立 健さん  | 春日町 高槻 規子さん  |
| 氷上町 藤澤 一洋さん | 春日町 白井 愛弓さん  |

1. まちがいさがし

先月号の答え[2・4・7・9・12]



2: 校切リばさみの模様が違う  
4: 時計が2時から3時に変わっている  
7: 汗をかいている  
9: 茂みの量が違う  
12: 犬のしっぽの向きが違う

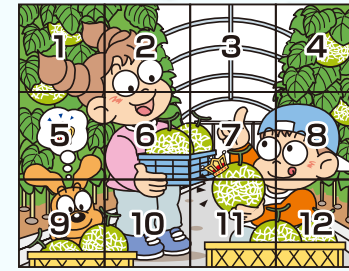
2. クロスワ〜ド

先月号の答え[ホタルイカ]

|   |   |   |    |   |   |   |
|---|---|---|----|---|---|---|
| 1 | ハ | ル | オ  | カ | リ | ナ |
| 2 | ウ | ル | メ  | カ | タ |   |
| 3 | ス | ジ | ゴ  | ム | ネ |   |
| 4 | ユ | ワ | カ  | シ | キ |   |
| 5 | ジ |   | イン |   | モ | リ |
| 6 | ホ | ウ | キ  | タ | ス | キ |
| 7 | ウ | リ | キ  | レ | イ | シ |

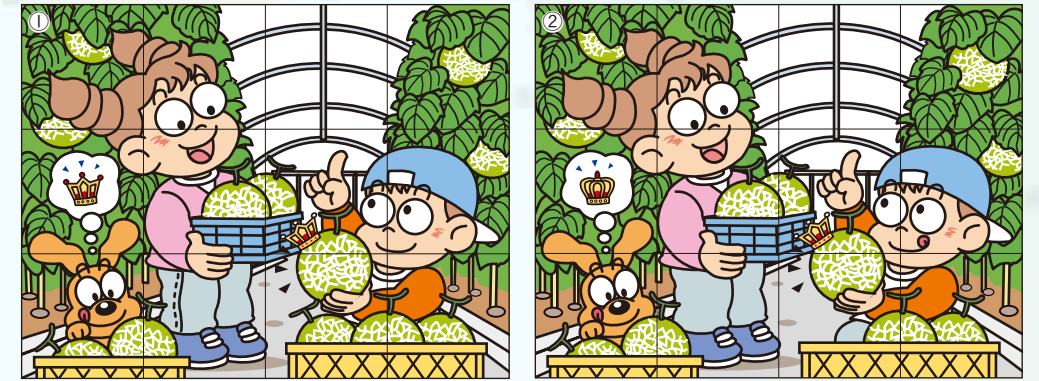
クイズ①

まちがいさがし



出題・イラスト：酒井栄子

イラスト①②を見比べてみよう。間違っている箇所が5箇所あるよ。左のイラストの枠内の数字から一緒に探してみよう。



クイズ②

クロスワ〜ド

答え

|   |   |    |    |    |    |    |
|---|---|----|----|----|----|----|
| 1 | 5 | 8  |    | 12 |    | 17 |
|   | 6 |    |    | 13 | 15 |    |
| 2 |   |    | 11 |    |    |    |
|   |   | 9  |    |    |    |    |
| 3 | 7 |    |    |    | 16 |    |
| 4 |   |    |    | 14 |    |    |
|   |   | 10 |    |    |    |    |

タテとヨコのカギを全部解いて、二重マスに入る文字を並び替えてできる言葉は何か考えてみよう。

| タテのカギ        | 2           | 5            | 7           | 8         | 9           | 11    | 12        | 14     | 15          | 16    | 17        |
|--------------|-------------|--------------|-------------|-----------|-------------|-------|-----------|--------|-------------|-------|-----------|
| 知事選の期日前に     | 行ってきた       | 耳は聴覚、鼻は嗅覚、目は | ソウやライオンを数える | ときに使う言葉   | 大きな口を持つ爬虫(は | ちゅう)類 | 往年のヒット曲『の | ハワイ航路』 | 武者人形はかぶっている | ことが多い | 茶畑で行う収穫作業 |
| 数え年70歳のお祝いです | アシカやオットセイより | 大きな海獣        | 飛行機で物を運ぶこと  | 田畑を耕す農耕機械 |             |       |           |        |             |       |           |

ヨコのカギ

|                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 1 端午の節句に食べる和菓子      | 10 春の大型——をゴールデンウ   |
| 2 損の反対語             | イークといいます           |
| 3 あの人、いい人なんだけど、——多い | 11 クラブ——、救援——、——写真 |
| んだよなあ               | 13 与党と対立することが多い    |
| 4 邦画ではありません         | 14 たくと良い香りがします     |
| 6 シオマネキやガザミはこの仲間    | 16 アスパラガスは主にこの部分を  |
| 9 馬具の一つ。足を掛けます      | 食べます               |

クイズ③ 30周年記念

プラスワンクイズ

Q. とれたて野菜直売所で、  
毎月第3土曜日に開催しているポイント●倍デー

答えは今月の  
広報誌の4ページにあるよ！

答え  倍デー

応募要項

締め切りは 5月22日(金) 当日消印有効

発表は6月号

5月号の記念品はコレ！(10名様)



アウトドアコンパクトチェア  
(色の指定はできません)

ハガキにクイズ①②③の答えを右記の要領でご記入の上、ご応募ください。  
全問正解者の中から抽選で10名の方に記念品をプレゼントいたします。おたより・イラスト・俳句などを添えていただいた方は、おたよりコーナーで採用させていただきます。

E-mail でも応募出来るようになりました!!  
右記の要領をご記入の上、下記アドレスまで  
ご応募ください!!

thkikaku@ja-tanbahikami.or.jp  
(送信時、件名に「広報誌丹波ひかみクイズ係」とご記入ください)

|           |            |
|-----------|------------|
| 669-34611 | ①クイズ①②③の答え |
| JA丹波ひかみ   | ②住所        |
| 本店企画課     | ③氏名(ふりがな)  |
|           | ④年齢        |
|           | ⑤電話番号      |
|           | ⑥面白かった・興味  |
|           | 深かったページ    |
|           | ⑦おたよりご意見   |

ご応募に際して取得した個人情報は、プレゼントの抽選・発送以外の目的には一切使用いたしません



魚座

2/19~3/20

全体運

健康運

春風に誘われる軽やかな運氣。外出の予定を入れて。旅行は近距離がお勧め。急な出費への準備は怠りなく  
手足のストレッチと目のケアを重点的に

幸運を呼ぶ食べ物 夏ミカン



水瓶座

1/20~2/18

全体運

健康運

停滞運です。暴走に気を付けましょう。急入りな確認がトラブル回避の決め手に。ストレス発散には入浴が◎  
暴飲暴食が心配。食事は規則正しく

幸運を呼ぶ食べ物 シソ



