

# 4月のあなたの運勢

占い師 モナ・カサンドラ

**♈**  
**牡羊座**  
 3.21▶4.19

★**全体運**★春風に乗って運勢は軽やか。思い切りの良さがツキにつながります。ささっと動きましょう。身近なことを大切に  
 ★**健康運**★吹き出物に注意。生活のリズムを整えて  
 ★**幸運の食べ物**★タラの芽

**♉**  
**牡牛座**  
 4.20▶5.20

★**全体運**★人気に恵まれる順調運。あなたを構いたい人が多くて困ってしまうかも。皆で楽しめるプランを提案して  
 ★**健康運**★アロママッサージでリラックス。ツボ押しも◎  
 ★**幸運の食べ物**★アシタバ

**♊**  
**双子座**  
 5.21▶6.21

★**全体運**★失敗しても挽回できます。慌てずに対処しましょう。友人は良いアドバイスをくれるので話に耳を傾けて  
 ★**健康運**★肩凝りは早めにケアを。スマホの見過ぎに注意  
 ★**幸運の食べ物**★根ミツバ

**♋**  
**蟹座**  
 6.22▶7.22

★**全体運**★頭の痛いことが多いとき。全体的に縮小の方向で考えてみましょう。手を広げないのが取捨のコツ。買い物は早めに  
 ★**健康運**★無理は禁物。軽いストレッチで柔軟性を保って  
 ★**幸運の食べ物**★ナバナ

**♌**  
**獅子座**  
 7.23▶8.22

★**全体運**★勢いがあります。思うままにやってみましょう。足りない部分は後付けでOK。丁寧なフォローで丸く収まるはず  
 ★**健康運**★不調は自然と回復。運動量を増やしてGO!  
 ★**幸運の食べ物**★アスパラガス

**♍**  
**乙女座**  
 8.23▶9.22

★**全体運**★運勢は緩やかに上昇。外出するのに良いときです。時間をつくって出かけましょう。気分転換で作業効率もアップ!  
 ★**健康運**★サポーターを使うなど予防策を講じて安泰  
 ★**幸運の食べ物**★サヤエンドウ

**♎**  
**天秤座**  
 9.23▶10.23

★**全体運**★次第に動きが激しくなっていきます。気持ちの切り替えが大事。駄目なものは横に置き一点集中で突破を  
 ★**健康運**★トイレは早めに。疲れもためないように  
 ★**幸運の食べ物**★ブロッコリー

**♏**  
**蠍座**  
 10.24▶11.22

★**全体運**★自分のための時間を取りにくいときです。優先順位を整理して動きましょう。掃除がお勧め。不要品は処分して  
 ★**健康運**★生活リズムを守って。発酵食品で腸をきれいに  
 ★**幸運の食べ物**★ホウレンソウ

**♐**  
**射手座**  
 11.23▶12.21

★**全体運**★上昇運です。最初はスムーズさを欠いていても挽回できます。説明書はきちんと読んで。非常持ち出し袋は中身をきちんと読んで  
 ★**健康運**★好転の兆し。体を動かせばさらに元気に  
 ★**幸運の食べ物**★カブ

**♑**  
**山羊座**  
 12.22▶1.19

★**全体運**★困りごとはあるものの助けてくれる人もいるとき。相談するなら早めに。家族とはよく会話を。すれ違いを防げます  
 ★**健康運**★けがややけどに気を付けて。毎日の散歩が◎  
 ★**幸運の食べ物**★イチゴ

**♒**  
**水瓶座**  
 1.20▶2.18

★**全体運**★効率が良くても人間関係でつまづいてしまうとかえって時間がかかることも。ルールを守って進められた方がスムーズ  
 ★**健康運**★口コミで人気の健康法を試してみましょう  
 ★**幸運の食べ物**★ラディッシュ

**♓**  
**魚座**  
 2.19▶3.20

★**全体運**★順調運ですが予想外のことも。予定には余裕を持たせて。臨機応変に動けば楽しいことが増えていきそうです  
 ★**健康運**★喉をよくケアして大切に。カリンや蜂蜜が味方  
 ★**幸運の食べ物**★レタス

↓ クロスワードのご応募や感想などはこちらまで! ↓

お手数ですが  
**110円分**  
 の切手をお貼りください

0 3 6 0 1 0 3

平川市本町北柳田 23 - 8

JA津軽みらい  
 広報係 行

○この様式をそのまま使用して応募する場合  
 110円分の切手を貼り付けて、ポストへ投函してください。

○85円の料金を応募する場合  
 この面を官製はがきの文面(裏面)へのりなどで貼り付けて、必要事項に記入してご応募ください。

## ■ 郵送料金について

左の様式(ハガキ)を切り取って使用する場合、重量が不足することから、第一種郵便物として扱われ、110円の料金が発生します。(日本郵便株式が定める「内国郵便約款22条より」)

85円で応募する場合は、**官製ハガキに様式を貼り付けてご応募くださいますようお願いいたします。(剥がれないよう、のりやテープなどでしっかり貼り付けてください)**

※官製ハガキに直接宛先とクイズの答えを記入して応募することも可能です。

広報誌のハガキ

この面へのりを付ける

官製はがき文面(裏面)

官製はがき文面(裏面)に貼り付ける

この様式を使用して応募する場合は、重量不足のため、110円の料金が発生します。  
 85円で応募する場合は、この面を官製はがきの文面(裏面)へのりで貼り付けて答えを記入し、官製はがきの宛名面へ上記と同じ宛先を記入してご応募くださいますようお願いいたします。

今月のテーマ「○○○○」や本誌に関する感想、日頃感じていたことなどを、自由にお書きください。

ご住所 〒 - -

ふりがな

お名前

年齢 性別 電話番号

男・女 ( ) -

皆さまからいただいたハガキは「読者の声」コーナーで紹介しています。掲載する際のお名前はイニシャルとなります。