

◎健康運

《若年層》 肝臓の疲れが心配です。ゲームなどで夜更かしせず、アロマを焚いて良質の睡眠をしつかり取りましょう。

《中年層》 机の前に長い時間座っていると、どうしても前かがみになるので、肩が凝ってきます。イスの背にもたれて頭を反らせるようにしましょう。

《晩年層》 冷えに気を付けてください。特に腰から下に注意。足首を冷やさないように、夏でも素足は避けて、眠る時は緩めのソックスを履くと良いでしょう。

◎対人運

懐かしい人との再会があります。その縁を大切にし、交流を深めていくと、未来を開くきっかけとなります。ただ、新しい出会いには深入りしないように。何となく心がざわついてきます。