

ユートピア しほろ

7 2018
JUL
No.565

ユートピアしほろ



- ② 地区家族研修会
- ④ 農民スポーツ大会
- ⑥ 青年部版 畑作専門部会 農事視察研修
農薬空容器回収
- ⑦ 女性部版 牧場ママの牛乳試飲会
JAフレッシュミズ料理講習会
JA十勝女性協議会「エルダーミセス研修会」
- ⑧ いちい会総会・親睦会
譲和会 会長杯親睦交流パークゴルフ大会

- ⑨ 土幌高原寛勇芳士銅像周辺環境整備
土幌町肉牛振興会獣魂祭・懇親会
- ⑩ 営農点描
- ⑪ 町内青年組織5団体交流会
- ⑫ いま何やっていますか？
- ⑬ ぼく・わたしのおとうさん
NTT設備事故防止のお願い
- ⑭ アスポのお知らせ／今月のあなたの運勢
- ⑮ クロスワードパズル
- ⑯ わが家のおすすめレシピ／編集後記



豚肉と長芋のみそだれ炒め



材料 (3～4人分)

豚薄切り肉……………200g
長芋……………150g
アスパラ……………5～6本
酒……………大さじ1
みそだれ
・焼肉のたれ……………大さじ3
・みそ……………大さじ1
油……………適量

【作り方】

- ①豚肉は食べやすい大きさに切り、酒をもみ込んでおく。長芋は1cm角に、アスパラはななめ切りにする。
 - ②みそだれを合わせておく。
 - ③フライパンに油を入れ、豚肉を炒める。肉の色が少し変わってきたら、長芋とアスパラを加えて炒める。
 - ④一度火を止めて、②のたれを入れ、よく混ぜてからもう一度火をつけて炒める。少し焼き色がつくくらいで、できあがり。
- *きのこ(しめじ、エリンギ、舞茸)を入れてもおいしいです。



上居辺地区 佐藤 澄江さん

7月12日開催の農民スポーツ大会に参加された皆さん、本大会にお疲れ様でした。本年は度重なる天候不順で苦労されているかと存じますが、私が担当したミニバレーではそのモヤモヤを吹き飛ばすかのような白熱した試合展開でした。農民スポーツ大会で発揮しました皆さんのパワーによって爽やかな好天が続き、豊稔の出来秋になることを願っています。

本年開催されましたサッカーFIFAワールドカップ。フランスが20年ぶり2回目の優勝で閉幕となりましたが、20年前は日本が初めてワールドカップに出場した年でもありました。私はまだ学生の頃で見事アジア予選を勝ち抜き、初めてワールドカップに出場できたその興奮をこの間のよう感じており、時の流れの早さを改めて実感しています。私は今回のワールドカップはいつもと比べ盛り上がり欠けておりましたが、初戦の韓国戦での勝利、そして決勝トーナメントまで勝ち上がり、低かった評価を覆す日本代表に感動しました。ベルギーは今度の糧となり、これからの新生日本代表に期待したいところです。

さて、今回編集後記を担当させて頂いたのですが、今までは「読み場から今後は「書く」立場となりました。私は毎月広報誌を楽しみにして読みましたが、今後は書く立場として読みやすくて適切な情報を発信して参りますので今後ともよろしくお祈いします。

(一)

編集後記



ユートピア しほろ

No.565

- 発行日 / 平成30年7月30日
- 発行 / 土幌町農業協同組合
〒080-1200
河東郡土幌町
字土幌西2線159番地
- 編集 / 組合員相談課



今月の表紙

今回の表紙は、農民スポーツ大会の様子です。ナイスショットの後、佐倉地区の瀬口弘子さんは女性の部で優勝いたしました。裏表紙は、ゲートボールの始球式の様子です。皆さん和やかな中にも真剣にプレーされていました。大変お疲れ様でした。

地区家族研修会



地区内みんなで交流をはかり
ビュッフェタイプの料理を堪能

士幌南
地区

大変お疲れ様でした



7月4日(水)に士幌南地区公民館推進委員会(大野明委員長)と士幌南地区農協運営協力委員会(石垣典委員長)主催の第32回士幌南地区スポーツと家族研修の集いが行われました。曇天の中ではありませんでしたがパークゴルフとゲートボールで汗を流した後、農業会館にて家族研修が開催されました。

開催に先立ち5月30日の通常総会にて退任された、高橋前組合長及び長年お支え下さった奥様に感謝の意を込めて花束を贈呈いたしました。また、理事・監事として当選された篠原氏、西部氏、藤井氏、加藤氏には激励の花束が贈呈されました。

石垣委員長の開会挨拶の後、小林町長、篠原代表理事組合長の挨拶と続き、西部理事の乾杯のご発声で研修会が始まりました。参加者はビュッフェ形式で各自料理を楽しみながら、近況を報告しあい、楽しい時間を過ごしました。お腹が満たされた頃、青年部、青年団協力の余興が始まり、来賓や女性部、地区内新規就農者をゲストにゲームが催され大盛り上がり、最後には毎年恒例の大ビンゴ大会が行われ、読み上げられる数字に会場全体が一喜一憂し、大満足な研修会となりました。最後は細井町議のご発声で万歳三唱し、盛会のうちに閉会となりました。



石垣委員長のあいさつ



みんなで楽しく!



豊穰の出来秋を願って万歳

雨にも負けない地区の団結力で大成功!!
しほろ牛を囲んで大盛り上がり

上居部
地区



みんなでかんぱ〜い

7月7日(土)に上居辺地区農協運営協力委員会(佐藤輝美委員長)主催の家族慰安会が開催されました。当日はあいにくの雨で、上居辺農業会館庭園から上居辺小学校に場所が急遽変更となりましたが、佐藤委員長をはじめとする役員・青年部・女性部の連携によりスムーズな進行で準備が整い、大勢の方々が参加され開催されました。佐藤委員長の開会挨拶の後、飯沼前事業所担当理事退任の花束贈呈が行われました。その後小林町長、篠原代表理事組合長の挨拶と続き、加藤町議の乾杯

のご発声で懇親会が始まりました。参加者は焼台を囲みながら会話も弾み、農業情勢や互いの近況報告等、大変賑やかな交流の場となりました。
しほろ牛CROSSのカットステーキをはじめ沢山の美味しい料理に加え、今年はゲストにジャグリング倶楽部の皆様をお呼びし、会場は子供からお年寄りまで華やかなステージショーに魅了されました。青年部の余興も大いに盛り上がり、毎年恒例の大ビンゴ大会では豪華な景品が用意され、読み上げられる数字に会場全体が一喜一憂し、大満足な慰安会となりました。最後は菊地理事のご発声で万歳三唱し、盛会のうちに閉会となりました。



焼き台を囲んでお天気祈願!



目隠しで食べても絶対当てる自信があります!

5人で協力「5文字クイズ」で大盛り上がり
笑顔にあふれる一日を過ごす

士幌北
地区



角田委員長の挨拶

7月6日(金)士幌北地区農協運営協力委員会(角田富美幸委員長)は、士幌町農業会館大ホールにて家族慰安会を開催しました。
開会に先立ち、毎年恒例の購買利用高共励の表彰が行われ、購買利用の上位者へ賞品が手渡されました。

角田委員長の開会挨拶の後、小林町長、國井常務より挨拶が述べられ、河口町議の乾杯の発声で懇親会が始まりました。貝付かきや士幌牛ステーキ等の美味しい料理が並べられ会話も弾んだ頃、青年部主催によるゲームが始まりました。今年は、5文字の答えを1人1文字ずつ答える「5文字クイズ」が常会対抗で行われ、「童謡あんたがたどこさのタヌキがいた山は?」など多様な問題に頭をかかえながらも熱戦が繰り広げられ、みごと協進常会が優勝し景品が贈呈されました。

その後のビンゴゲームでは、進行役の青年部が数字を読み上げるたびに、豪華景品を前にした会場は、歓声とため息に包まれました。最後は、藤村理事の挨拶で、大盛況のうちに閉会しました。



えっ、そっち?



第22回農民パークゴルフ大会



角田農協運営協力委員長会会長挨拶



好天の中ナイスショット

タートの花火を合図に各パーティーが一同にティーショットを打ち競技に入りました。

当日は、久々に天候に恵まれ青空の下プレーができました。一年ぶりにスティックを握った方、ギリギリまで練習をして大会に臨む方、様々な方がおり珍プレー好プレーが多発し、ホールインワンも5本飛び出し、



選手宣誓を行う土屋修三さん

第17回農民ゲートボール大会（主催…農協運営協力委員長会 角田富美幸会長）が、7月12日（木）土幌町室内ゲートボール場にて、組合員及びご家族で5チームの参加を頂き盛大に開催されました。角田富夫さんの開会宣言のあと、前年度優勝

上居辺チームより優勝カップの返還があり、大会長の酒井農協運営協力委員長会副会長、稲葉実行委員長、篠原組合長よりそれぞれご挨拶を頂き、土屋修三さんの選手宣誓の後、始球式が行われ大会が始まりました。久々の太陽が顔を出し、汗ばむ気温ではありましたが5チームの総当たり戦で午前の部午後の部と10回戦が行われ、各チームの総合力によるチーム戦で、激戦を制したのは上居辺チームとなり2年連続の優勝となりました。

■成績	
優勝	上居辺チーム
準優勝	新田・中音更・佐倉合同チーム

第15回農民ミニバレー大会



石水青年部長の挨拶

第15回農民ミニバレー大会（主催…土幌町農協青年部 石水諒部長）が、7月12日（木）土幌町総合研修センターにて、組合員及びご家族で22チーム約170名の参加により開催されました。

開会宣言の後、前回大会優勝チームの中士幌Bチームより優勝旗の返還を頂き、石水青年部長、七條専務、中山農協運営協力委員長会副会長よりそれぞれご挨拶を頂き、中士幌地区の永長理さんの選手宣誓の後、大会が始まりました。大会は6コートに分けて予選リーグを行い、その後予選1位通過ブロック、2位通過ブロック、3位通過ブロック、4位通過ブロックと各4ブロックに分かれてトーナメント方式で各ブロック優勝を決定しました。当日は曇天で日が照ると夏らしい暑さとなり、室内開催ではありましたが各選手は初戦から大粒の汗をかきながら好プレーが続出し白熱した試合が繰り広げられました。団体優勝が決まる予選1位通過ブロック決勝では中士幌Bチームと中音更チームが対戦し、激闘の末中士幌Bチームが2年連続で優勝いたしました。

■成績

【団体の部】

優勝	中音更
準優勝	佐倉
第3位	上居辺

【個人の部（男性）（敬称略）】

優勝	三上 和彦（中音更）
準優勝	粥川 弘夫（土幌南）
第3位	御子柴昌則（上居辺）
第4位	宇佐見正志（佐倉）
第5位	富田 忠雄（中音更）

【個人の部（女性）（敬称略）】

優勝	瀬口 弘子（佐倉）
準優勝	三上美智子（中音更）
第3位	高橋よし江（中音更）
第4位	荒井 慶子（佐倉）
第5位	土橋 法子（新田）



団体の部優勝の中音更



個人の部優勝の三上和彦さん(右) 瀬口弘子さん(左)



チームメイトから的確な指示が飛び交います

第3位	土幌南チーム
第4位	西上・佐倉合同チーム
楽しかったで賞	土幌北チーム



優勝した上居辺チーム

■成績	
【団体賞】	
優勝	中士幌B
準優勝	中音更
Bブロック優勝	新田A
Cブロック優勝	西上A
Dブロック優勝	西上B
【個人賞】（敬称略）	
最優秀選手賞	清水 雅也（中士幌）
優秀選手賞	佐々木昌弘（中音更）



各コートで白熱した試合が繰り広げられました



優勝した中士幌Bチーム

女性部版



「ミルメーク」で牛乳の新しい飲み方を提供！

JA女性部（太田小枝子部長）では、7月15日（日）Aコープアスパ店内にて牛乳の試飲会を行いました。これはAコープチェーン北海道帯広ブロック協議会が主催し、管内JA女性部等が協力して行う牛乳乳製品の需要拡大を目的とした取り組みです。

今年は「ミルメーク」を牛乳に混ぜて提供しました。コーヒの風味が牛乳にとけあい、大変飲みやすく栄養もあり、大人の方からお子さんまで多くの方に手に取っていただきました。2杯めを飲んでくれるお子さんもおいて、手軽にできる牛乳の新しい飲み方を提供することができました。



羽山正彦シェフ



シェフを囲んで

JAフレッシュミズ料理講習会



三役を代表して太田部長より挨拶をいただいた後、『洋風肉じゃが』『トマト風味』『海の幸』という3品の北海道ホテル 洋食料理長の羽山正彦シェフに実演していただきました。

部員は、調理のポイントを楽しい口調で説明しながら実演するシェフに、質問やメモをとる等とても熱心に聞き入り、手際のよい調理に見入っていました。

その後は、同ホテルにて実演していただいた2品を含む昼食をとり、おいしい料理に話もはずみ、親睦も深まる料理講習となりました。

おいしい料理とアロマでフレッシュ



6月18日（月）、十勝川温泉 第一ホテルにて、JA十勝地区女性協議会、ルダミセス研修会が、管内11JAからエルダミセス部員等約40名が参加して開催され、当JA女性部エルダミセスからは6名が参加しました。

会帯広支所 主幹 鈴木圭氏による「最近時の農業情勢について」と題した講演では、改めて聞く機会のない農業情勢について、難しい用語をわかりやすく説明していただき、質問も出るなど参加者は熱心に聞き入っていました。

昼食をはさんで、午後からの鳥宮文氏を講師に実演したハンドクリーム作りでは、アロマオイルのさまざまな効果の説明を受けた後、思い思いの香りのオイルを選び、材料を順序よく加えてできあがった自分だけのハンドクリームの出来はえに大変満足し、楽しい時間をすごす事ができました。



香り、選定中。



かきませ中。

青年部版

畑作専門部会 農事視察研修を実施！



原料輸入本船をバックに



農協サイロ(株)山田専務による説明



ホクレン肥料(株)の肥料原料保管倉庫にて

青年部畑作専門部会（細井雅史部長）では6月20日（水）、広尾町にある農協サイロ(株)十勝港事業所とホクレン肥料(株)帯広工場十勝肥料センターにて農事視察研修を行いました。

農協サイロ(株)では、代表取締役専務の山田保彦氏と十勝港事業所所長の寺地幸広氏から会社概要、施設概況についての説明を受け、その後敷地内にある荷役設備を中心に小麦の品質管理を重視した保管状況を見て回りました。

ホクレン肥料(株)では、十勝肥料センター所長の三瓶修氏、業務課課長代理の福田太希志氏と業務課係長の野原一之氏から概要説明をしていただき、実際に施設見学をしながら原料の搬入・搬出工程についての理解を深めました。

また当日は、タイミングよく海外からの原料輸入本船が停泊していたこともあり、実際に荷揚げして岸壁からトラック運搬する様子も見ることが出来ました。

今回の研修では丁寧なわかりやすく説明していただき、参加した部員からも積極的に質問がされ、有意義で充実した視察研修となりました。

農薬空容器回収にご協力ありがとうございました



青年部（石水諒部長）では、7月3日（火）に事業計画に基づき、今年度第1回目の農薬空容器回収を行いました。

当日は朝からあいにくの雨天となりましたが、多くの組合員の皆様に運搬のご協力をいただいたことに感謝しております。

近年、回収規制が強化される中、洗浄・乾燥につきましては徹底がなされておりましたが、産廃表示をされていない方が一部で見受けられましたので、趣旨をご理解の上ご協力いただきますよう改めてお願い申し上げます。

次回は11月に実施予定ですので、益々のご協力を宜しくお願い致します。



講師の早坂氏



作業終了後に高校生と柏樹大学生で集合写真



焼き肉を食べながら世代を超え懇親を深めました

作業終了後に、元JA土幌町専務の早坂孝夫氏より寛勇芳士にまつわる講話を頂き、土幌高校生はなぜここに学校があるのか、3名は何をしていたかといった方なのか非常に勉強になったと話しておりました。その後、場所を焼き肉ハウスに移し、柏樹大学生、土幌高校生の懇親も兼ね交流を深めました。



半年ぶりに銅像も綺麗になりました

寛勇芳士をたたえる会(篠原末治会長)では、6月15日(金)に土幌高校2年生の生徒と、柏樹大学生協力のもと今年第1回目となる土幌高原銅像周辺環境整備を実施しました。当日は、過ごしやすく作業するにちょうど良い気候で、刈り払い機を片手に周辺の雑草払いや、脚立にあがり銅像の頭から台座まで、また、刈り払い機が使えないような場所では鎌を片手に持ち作業してもらいました。広範囲にわたっての作業でしたが、皆さん手際が良く、協力していただき見違えるほど綺麗になりました。

土幌高原寛勇芳士銅像周辺 環境整備を実施



竹迫会長の挨拶

農協役員OBで構成される「いちい会」(竹迫克司会長)の平成30年度総会が、7月5日(木)十勝川温泉第一ホテルにて会員23名が出席し開催されました。総会では、竹迫会長から挨拶が述べられ、引き続き会長が議長を務められ、平成29年度事業報告、平成30年度事業計画について原案どおり承認されました。その後に、今年いちい会が創立40周年を迎えるにあたり、記念事業として道外視察研修が実施されることが承認され、続いて役員改選が行われ藤田信夫氏が新会長に選任されました。総会後には、篠原組合長より「将来の土幌農業」と称した講演が行われ、土幌の農業・農協についての概況と農協創立90周年へ向けての説明があり、講演後には会員より質問・意見が述べられ有意義な研修となりました。総会・研修会後の親睦会では、お互いの近況報告や思い出話に花を咲かせ、盛会のうちに親睦会を終了しました。



篠原組合長の講演



新役員には次の方が選出されました(敬称略)
会長 藤田 信夫 副会長 篠原 安夫
委員 田中 弘 兼山 喜市
監事 小林 雅明

いちい会が総会・親睦会を開催

和会 会長杯親睦交流パークゴルフ 大会を開催

譲和会(篠原昇好会長)主催の会長杯親睦交流パークゴルフ大会が、6月28日(木)しほろ温泉パークゴルフ場にて、会員及びご夫人25名の参加を得て開催されました。

篠原会長より「久しぶりの晴天で、暑さ対策を心がけながらプレーを楽しみ、交流を深めていただきたい」と挨拶がありました。続いて町パークゴルフ協会会長の富田忠雄さんより競技説明を受けてプレーが開始されました。

前日までとの気温差が大きく、気温が30℃に迫る暑さの中、冷静な読みと正確なショットで、36ホール(パー132)を98のストロークで回った井上義孝(上居)さんが、会長杯を手に入れました。



「大会結果(敬称略)」
優勝 井上 義孝(上居) 第3位 桑原 一敏(中音更)
準優勝 三上 和彦(中音更) 第5位 瀬口 弘子(佐倉)
第4位 高橋 よし系(中音更)



生産者同士親交を深めました



曾我会長の挨拶

土幌町肉牛振興会曾我透会長は6月22日(金)清々しい天候の中、肉牛生産者や各関係機関が参列のもと家畜の御霊に対して日ごろの感謝の気持ちを捧げる「獣魂慰霊祭」を執り行いました。その後、場所を種芋倉庫に移して懇親会が開催されました。肉牛振興会曾我会長より肉牛情勢や肉牛振興会への協力に対してお礼の挨拶が述べられ、小林町長、篠原組合長より挨拶を頂き、酪農振興協議会佐々木会長の乾杯で懇親会が始まりました。

土幌町肉牛振興会獣魂祭懇親会を開催 「日頃の家畜に感謝」



6月から約1ヶ月曇天、長雨と不順な天候が続いております。早く好天になって豊穰の出来秋を期待したいものです。こんな時は、どうしても作業を焦ってしまいがちになりますので、農作業事故にはくれぐれもお気を付け下さい。

種子小麦集団抜き取り



下居辺地区

一番牧草収穫



下居辺地区 高橋広樹 牧場

大豆カルチ入れ



上居辺地区 早坂直浩 農場

第2期防疫検査



西上地区

町内青年組織5団体交流会を盛大に開催

わたしたち土幌町農協労働組合青婦部は、6月8日(金)土幌農協種芋倉庫にて、土幌町青年団体連絡協議会主催による町内青年組織5団体(農協青年部、役場青年部、商工会青年部、連合青年団、農協青婦部)の焼肉交流会に参加致しました。この交流会は土幌町まちづくり協同推進事業の一環として、町内の青年同士の親睦を深め、町内の活性化を図ることを目的として平成28年より3カ年事業の一環として隔年での開催を計画しており、今回が2回目の開催となりました。

交流の他、地場食材のPRを目的としており、しほろ牛や町内産農産物、町内産の食材を材料としたスイーツなどに舌鼓を打ち、約170名の参加者が親睦を深めました。農協青婦部としては59名が参加し当日は雨模様で気温も低かったですが、会場内は参加いただいた方々でいっぱいになり、この交流会が初顔識という方々も最初は緊張しながら話しているように見受けられましたが、時間が経つにつれ徐々に打ち解け合い、会話が華が咲き熱気に満ちていました。

参加者の方々から、『同じ町内在住でも初めて会う人もいる、このような交流の場を通して今後のつながりができた人もいます。』という声がありました。町内の青年層の方々が一堂に会する機会はありません、今回の交流会で得た生産者や役場、商工会の方々とつながりは参加された方一人一人の財産となり、協同で物事を進める時においてはそのつながりが力となり、時には大きな波を起こすことにつながると思います。青婦部としても今回得たつながりを大事にし、町全体の発展に寄与していきたいと考えております。

参加された方々は焼肉を囲んで各卓を行き来しながら会話を盛りに上がり、話はいつまでも尽きず会場は夜遅くまで賑わいました。

(記事 藤枝 涼太 農協青婦部部長)



受付も協力し合いながら行いました▶

◀異業種の話に興味津々でした

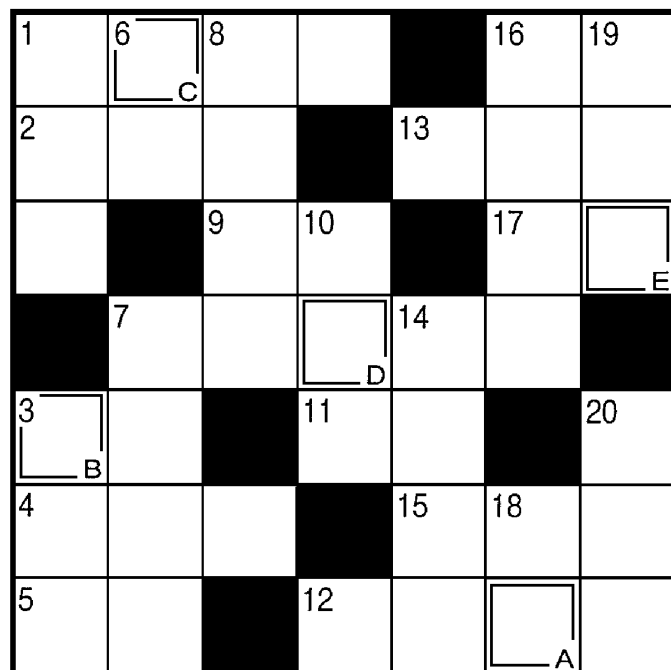


CROSSWORD PUZZLE

クロスワードパズル

あたまのたいそう

二重マスの文字を、A～Eの順に並べてできる言葉はなんですか？



タテのカギ

- 1 水着の痕がついたり皮がめくれたり
- 3 学校の教室に並べます
- 6 酒などを量る四角い容器
- 7 ミノ、ハツ、センマイといえ
- 8 全生徒中の男子生徒の —— を計算で求めた
- 10 お盆休みに帰る人もいます
- 14 プールで習うことのつ
- 16 ビーチ —— を広げて日陰をつくった
- 18 一般的に縄より太め
- 19 バットを持って1人でもできる練習
- 20 釣りに使う透明な糸

ヨコのカギ

- 1 夏らしい黄色い花
- 2 爪を削って整えるときに使います
- 3 アサガオやヘチマが伸ばす物
- 4 天気予報では雲のマークで表されることが多い天候
- 5 コンパスだときれいに描けます
- 7 サッカーの主審が吹きます
- 9 舌で感じます
- 11 ウミウシも実はこの仲間
- 12 プラスの反対
- 13 U A Eとも呼ばれる —— 首長国連邦
- 15 卵を英語でいうと
- 16 定期券を入れた —— ケース
- 17 あの2人はどうも —— が合わないようだなあ

応募方法

- 別紙の応募用紙にお答え・お名前・ご住所・お電話番号を記入して下さい。
- 応募は、アスポサービスカウンター・各事業所・組合員相談課にある応募箱へ投函して下さい。
- お一人さま一口のご応募を有効とさせていただきます。
- 正解者の中から抽選で毎月10名様に、すてきなプレゼントをご用意しております。
- プレゼントは、組合員相談課でお渡し致します。 ■当選者は、次号にて掲載致します。

当選者発表

おめでとうございます

6月号掲載問題の応募者は64名で64名が正解でした。厳正なる抽選の結果、次の方が当選しました。当選者には、組合員相談課にてプレゼントをお渡し致します。

- 長瀬 岳彦さん
- 市田 柊斗さん
- 半田美和子さん
- 上田 和音さん
- 波多野候憲さん
- 上面 伸一さん
- 小川こころさん
- 菊池 伸輔さん
- 別紙 大貴さん
- 東井加代子さん

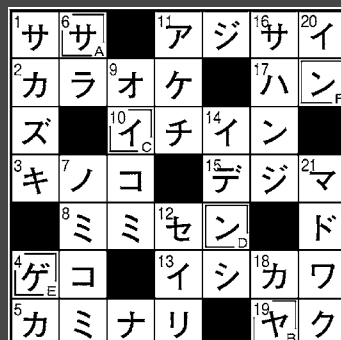


今月の抽選者
下居地区
井原 維孝 さん

応募締切り

8月16日
(木)

6月号の正解 / サインゲン



農業資材館より

お盆休業のお知らせ

ご注意ください!

下記のとおりお盆休業となりますので、お知らせ致します。

飼料・資材等、皆様の在庫をご確認の上、早めのご注文・準備をお願い致します。

●農業資材館のお盆前後の営業予定

8月14日(火)	営業(8:30～18:00)
8月15日(水)	休業
8月16日(木)	休業
8月17日(金)	営業(8:30～18:00)

お知らせ INFORMATION

アスポ

営業時間 9:30～20:00
(日曜営業日は19:00まで)
8月10日～8月14日
9:00～20:00

※しほろ牛
・8月12日(日) ・9月9日(日)

ガソリンスタンド

士幌給油所

●スタッフ

営業時間 8:30～18:30

休業日 8月は休まず営業
(配送ローリー 日曜休業)

●セルフ

営業時間 7:00～20:00

休業日 8月は休まず営業

2018

8

今月のあなたの運勢 HOROSCOPY

牡羊座

3月21日～4月19日

全体運: 前向きな気持ちになれます。やってみようと思えば思い切ったチャレンジを。遠方への外出も楽しめるはず

健康運: 適度に体を動かすと、元気になるそう

幸運の食べ物: サトイモ

牡牛座

4月20日～5月20日

全体運: うっかりミスを連発しやすいかも。常に確認作業を忘れないで。気分のリフレッシュにはハイキングがお勧め

健康運: スポーツの前には、きちんと準備運動を

幸運の食べ物: アワビ

双子座

5月21日～6月21日

全体運: 知的好奇心が高まる月です。読書を楽しむことで、新しい発見がある予感。得意な分野に打ち込むのも好結果に

健康運: アクティブに過ごして。体力強化に最適

幸運の食べ物: カボチャ

蟹座

6月22日～7月22日

全体運: やたらと人を当てにせず「自分のことは自分でやる」姿勢が幸運の鍵に。玄関の掃除が開運を招きそう

健康運: フットワークの軽さが大事。まず散歩へ

幸運の食べ物: ゴーヤ

獅子座

7月23日～8月22日

全体運: 自分に自信が生まれる気配。興味があることに、どんどんぶつかってみて。過去の失敗を乗り越えるチャンスも

健康運: 心に余裕を持つことで、体調に好変化が

幸運の食べ物: キクラゲ

乙女座

8月23日～9月22日

全体運: ゆったり構えれば、状況は少しずつ好転してくるはず。焦って行動しないよう、ご用心。半身浴でリラックスを

健康運: 良質な睡眠を心掛けて。気力回復の兆し

幸運の食べ物: カンパチ

天秤座

9月23日～10月23日

全体運: 人脈のネットワークを広げていく好機。食事や飲みに誘われたら、気軽に顔を出して。新しい趣味を持つのも◎

健康運: 順調。自分のリズムを大切にしましょう

幸運の食べ物: 桃

蠍座

10月24日～11月22日

全体運: 自分の考えや価値観にこだわり、停滞を招く暗示。柔軟性を発揮して。耳に痛い意見ほど現状打破に役立ちます

健康運: 食生活の乱れを正せば、好影響が期待大

幸運の食べ物: ナス

射手座

11月23日～12月21日

全体運: 行動範囲を広げると、刺激的な出会いがあるでしょう。新しいスポットに足を運んでみて。ネット情報に注目を

健康運: 簡単な体操にツキ。楽なものほど効果あり

幸運の食べ物: カワハギ

山羊座

12月22日～1月19日

全体運: あれこれ考え過ぎて、かえって状況を悪化させやすいよう。開き直りの気持ちが重要。ヒーリング音楽を聴いて

健康運: ストレスを感じやすい時期。気分転換を

幸運の食べ物: カボス

水瓶座

1月20日～2月18日

全体運: 優柔不断になり、周りに迷惑を掛けがち。信頼できる相談相手を見つめよう。運氣アップには花を飾って

健康運: 疲れやすいかも。十分な休息を取ること

幸運の食べ物: オクラ

魚座

2月19日～3月20日

全体運: 心理的に動揺しやすいよう。何をしても、行動前には深呼吸で心を静めるとグッド。野菜料理を食べるのも吉

健康運: 無理は禁物です。のんびり過ごしてみ

幸運の食べ物: レタス