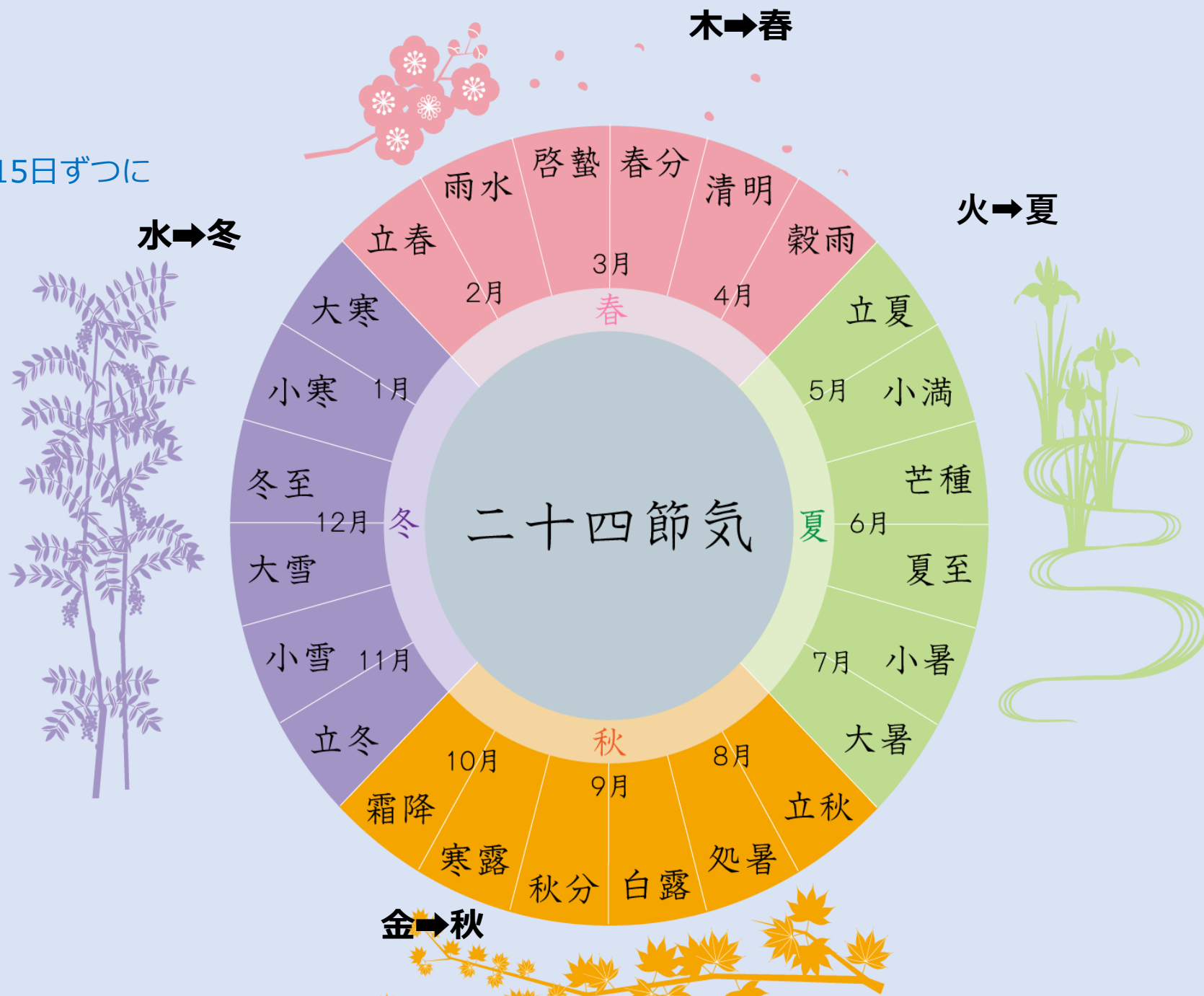
The background of the image features several sprigs of lavender flowers and eucalyptus leaves scattered across a light-colored wooden surface. The lavender flowers are in various stages of bloom, showing their characteristic purple color and small, tubular shape. The eucalyptus leaves are green and have a distinctive rounded, opposite arrangement on the stems. The overall aesthetic is clean, natural, and calming.

陰陽五行アロマ占い
カウンセラー
養成講座

グループコンサル6月

二十四節季

1年を24等分にし、約15日ずつに分けた季節

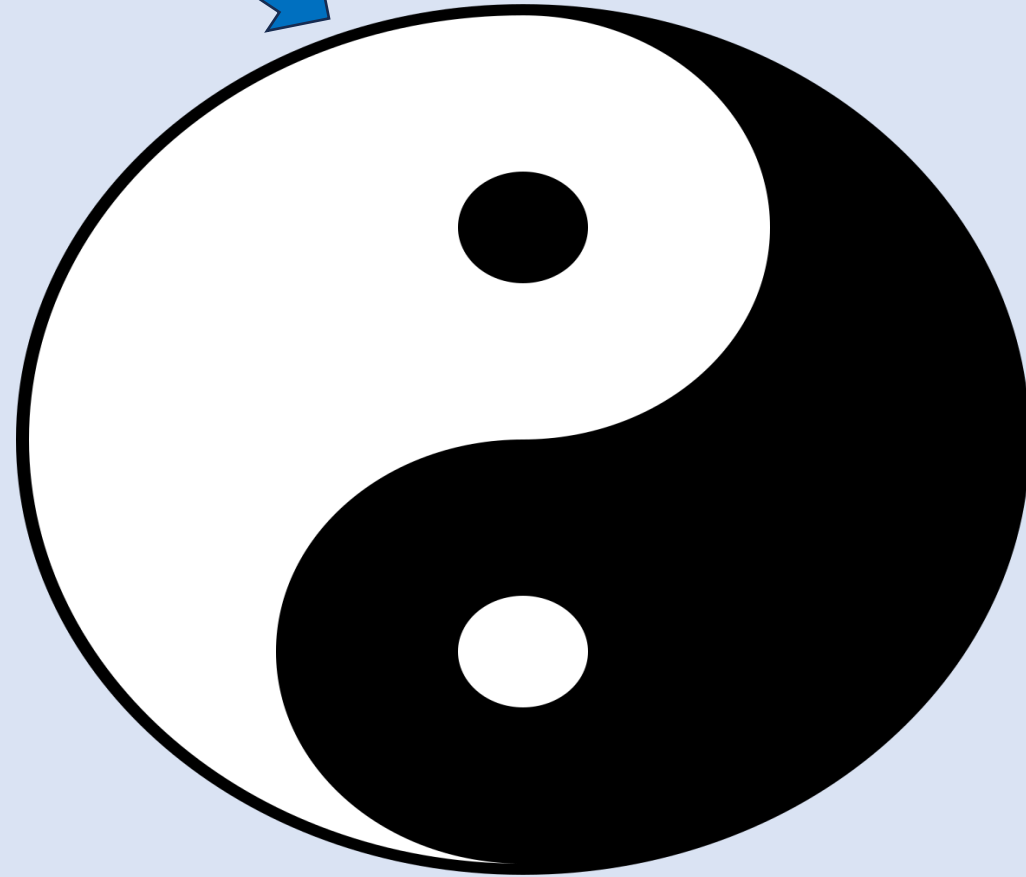


夏至6/21(金)

6/5芒種

春分の日

冬至



夏

立夏	りっか	暦の上で夏が始まる日	05月05日
小満	しょうまん	木々が青々しく万物の成長する頃	05月20日
芒種	ぼうしゅ	穀物の種巻きをする頃	06月05日
夏至	げし	一年で最も昼が長い日	06月21日
小暑	しょうしょ	暑さが本格的になっていく頃	07月06日
大暑	たいしょ	最も暑さの厳しい頃	07月22日



五月

二十四節氣

立夏



小滿



六月

二十四節氣

芒種



夏至



七月

二十四節氣

小暑



大暑



夏至（げし） 6月21日

北半球においては、1年のうちで最も昼の時間（日の出から日没までの時間）が長くなるため、「1年で最も日長い日」

2024年の夏至は6月21日。期間でいうと6月21日から7月5日

夏至は立夏と立秋のちょうど真ん中にあたります。梅雨の最中の地域が多いのですが、「夏に至る」と書くように、この頃から夏の盛りに向かっていきます。

夏至は“太陽の力が最も強まる日”

•、古くから、夏至に太陽の力が最大になると考えられてきました。そこで、太陽の恵みに感謝し、豊作を祈願するようになり、夏至から11日目の半夏生（はんげしょう）までに田植えをする習わしができました。

夏至の期間に半夏生があるため、この時期には豊作祈願の食べ物を食べる習わしが各地にみられます。各地で、小麦餅やたこ、うどん、イチジクなどを食べる習慣があります。



夏至（げし） 6月21日



•今でも夏至の短夜をいつくしむかのように蛍狩りをするところや、最低限の光で短夜を過ごすためのライトダウン、キャンドルナイトなどのイベントがあります。

•6月には夏至と同じ二十四節気のひとつに6月6日の「芒種（ぼうしゅ）」があります。
「芒種」は、米や麦など穂の出る穀物の種をまく時期という意味で、とくに米の種まきを指しています。今はもっと早くから行われています。

五行色体表

			木	火	土	金	水
関連する体の部位	五臓	対応する臓	肝	心	脾	肺	腎
	五腑	対応する腑	胆	小腸	胃	大腸	膀胱
	五官	病気が現れる部位	目	舌	口	鼻	耳
	五主	つかさどる臓器	筋	脈	筋肉	皮膚	骨
	五液	病んだときに変化がある分泌液	涙	汗	涎 (よだれ)	涕 (はなみず)	唾
	五華	変調が現れる部位	爪	顔面	唇	体毛	髪
変調を招くもの	五季	属する季節	春	夏	土用	秋	冬
	五悪	五臓が嫌う外気	風	熱	湿	燥	寒
現れる症状変調したときに	五色	変調したときに肌に現れる色	青	赤	黄	白	黒
	五志	変調時の感情、変調をもたらす感情	怒	喜	思	悲・憂	驚・恐
	五味	変調したときに、好む味、変調をもたらす味	酸	苦	甘	辛	塩辛い
	五声	変調した時の声	呼	笑	歌	哭	呻

心は血を全身に送り出し、精神の安定を保つ

火

喜/心・小腸→顔・舌・脈

心・・・＊血の循環

血 血行障害

動悸・息切れ

＊精神をつかさどる

精神の不安

小腸・・・消化活動を助ける斜め

火の精油

火

- ・ラベンダー *
- ・レモングラス
- ・イランイラン
- ・パチュリ
- ・ローズマリー

(ジンジャー・レモン・ティートリー)

火の精油

- ・ ラベンダー・・・抗不安、安眠、抗うつ、感情のバランス
鎮痛、抗炎症、抗菌、ホルモン調整、血行促進
- ・ ローズマリー・・・抗うつ、神経刺激、頭脳明晰化、血圧上昇、健胃、
- ・ イランイラン・・・催淫、抗うつ、リラックス、血圧降下・脱毛予防
- ・ パチュリ・・・鎮静、抗うつ、催淫、抗菌、防腐、組織再生、うっ血除去
- ・ レモングラス・・・鎮静、抗菌、抗真菌、鎮痛、抗炎症、血行促進



夏至の香りを
ブレンドしてみよう！

夏至の香り

キャリアオイル 10ミリ
(ココナッツオイル)

ローズマリー	1 滴
レモングラス	3 滴
ラベンダー	2 滴

《イメージ》

アジサイ・雨・ジメジメ・草花が元気

洗濯物が乾かない

暑い・湿気



「リラックス」と「デトックス」です。梅雨時期でじめじめしていると体調も崩しがち。体内に湿気を溜め込みやすくなるので、心身に悪影響が起こりやすい時期

夏のトラブル

熱中症

熱が体内に貯まると
頭痛・痙攣・嘔吐・意識が
なくなる



むくみ

湿気でよけい水分が溜まりやすい
下半身がむくみやすい

夏バテ

水分の摂り過ぎで塩分濃度
が薄まり、熱帯夜で睡眠
不足で起きる不調
水分・塩分・休養が必要

夏の養生

- 1、夏バテ
適度に汗をかく
- 2、内蔵を冷やさない
夏こそ温かいお茶
- 3、筋トレ
熱を蒸散させる
- 4、日差し
日光浴は適度に必要
- 5、笑う
気血のめぐりをよくする



おすすめ 食材

水分と塩分の補給

梅干しや昆布を入れた自家製の梅茶や昆布茶がおすすめ

スポーツドリンクは糖分が気になるので、水で薄める

冷たいものは、胃腸の働きがわるくなり

だるさ・むくみが生じる



この写真の作成者 不明な作成者は [CC BY-SA-NC](#) のライセンスを許諾されています



この写真の作成者 不明な作成者は [CC BY-SA](#) のライセンスを許諾されています

異常干支(いじょうかんし)とは・・・

60干支に13個ある特別な干支

60王支はそれぞれ固有の特徴を持ちますが、特に他の干支よりも強い個性をもつ13種類を異常干支と呼びます。

* 社会の枠にはまらない自由な発想力があります。

クリエイティブな世界で活躍したり、時代を変える発明や、

人々が驚く開発などの分野で能力を発揮することで、社会に貢献する

存在になる可能性を秘めています。

命式には

- ・時柱（じちゅう）①
- ・日柱（にっちゅう）②
- ・月柱（げっちゅう）③
- ・年柱（ねんちゅう）

の4本の柱があります

この

「4つの柱」を使って

「宿命」を

「推しはかる」①

①

②

③

④

⑤

⑥

⑦

⑧

⑦

	時柱	日柱	月柱	年柱
⑤ 天干	癸	丁	戊	己
⑥ 地支	卯	巳	辰	卯
⑦ 通変星	偏官		傷官	食神
⑧ 十二運	病	帝旺	衰	病
蔵干	乙	丙	戊	乙
⑦ 通変星	偏印	劫財	傷官	偏印
関係				

異常干支(いじょうかんし)とは・・・

柱はそれぞれ「影響を与える範囲」と「人生における年齢域」を表し、異常干支が命式のどの柱にあるかによって、異常干支の影響の出やすさが変わります。

	時柱	日柱	月柱	年柱
天干	子	自分	社会 友人	先祖 初対面
地支	ゴール	家庭	価値観	影響
通変星	子孫	自分 自身	社会 面	ル ー ツ
十二運	・ 晩年	・ 中年	・ 壮年	・ 青春
蔵干				
通変星				
関係				

未来 ← 現在 ← 過去

1番強く影響するのは、自分の本質をあらわす**日柱**
月柱、**年柱**と続きます。

* 通常異常干支・・・「ユニークな人」「ちょっと不思議ちゃん」

甲戌、乙亥、戊戌、庚子、辛亥、丁巳

* 暗合異常干支・・・より強い個性を持っている

辛巳、壬午、丁亥、丙戌、戊子、癸巳、己亥

* 鋭い勘を持つた人

靈感が強く、目に見えないものを味方につけ先を見通す力

甲戌・乙亥・・・どちらかがにあ日柱ると普通の結婚は難しい。
歳の離れた夫婦、バツイチ同士、外国人との結婚

戊戌・丙戌・・・学歴が高くなると異常が出る。
人間関係がうまくいかなくなる

庚子・・・両親から過保護に育てられると体が弱くなる、ほったらかしや、
おばあちゃんに育てられると良い

丁巳・・・お金持ちの家に生まれないほうが良い

異常干支(いじょうかんし)とは・・・

辛巳・・・特権階級に生まれると良い（芸能人でもよい）

壬午・・・正夢を見る、靈感がある

丁亥・・・靈感が強い

戊子・・・身勝手な性格（厳しく育てる方がよい）

魁罡（かいごう） ・ ・ ・ ・ 幽霊も恐れて逃げ出すほどの強い意志力を持つパワフルな干支

激しく荒波に揉まれるような運気の人生を生きる傾向

人の指針になる。決めたことを曲げない。激動の人生。芸術・

ビジネス・スポーツで開花

大谷翔平さん・ダルビッシュ有さん・佐藤健さん・広末涼子さん

庚辰

庚戌

戊辰

戊戌

壬辰

壬戌

