

「星占いダイアリー2024」を活用して、 みんなで星の流れに乗っちゃおう!

はじめに

このワークは、ご自身のセッションやワークショップとして提供することができます。
もちろん、セルフワークとしても使っていただけます。(有料での提供もOKです)

※ワークを提供される際は、原則対面でのセッションやワークショップ(ZOOM等のオンラインセッション含む)にてご提供ください。
※動画視聴期限:2024年12月31日まで ※内容は若干変更になる場合があります

ワークショップの準備

- ★ 参加人数分の【参加者用】ワークシート
(オンラインで開催の時はPDFなどで事前に配布しておくといいでしょう)
- ★ 星占いダイアリー2024

POINT

また、可能であれば「星占いダイアリー」を購入いただいた方へ特典として
プレゼントさせていただいたこちらの動画もご覧くださいとより理解が深まります。

▶ 動画URL: [「星占いダイアリー2024」の使い方/活用術](#)



ワークショップの概要

ワークショップの内容は二本の柱で構成されています。

1本目のワーク

本書にある木星と土星の動きを活用した
「2024年星からのギフトを受け取って人生のプランを描こう!」
を深掘する方法を伝授!

- ▷ 木星からのギフトを深掘!
- ▷ 土星からの宿題を深掘!

※こちらは、本書の16~17ページを閲覧しながらのワークになります



2本目のワーク

あなただけの「自己実現サイクル」について知り、一年を通して夢を叶える
手順を組み立てるワークを伝授!

※2本目は、このワークシートに沿って進めてください。
その後、1年を通してダイアリーと併用してご活用いただけます。



木星からのギフトを深堀!



- 「木星からのギフト」を詳しく解釈した、こちらの資料を特別に準備いたしました。

「2024年星からのギフトを受け取って人生のプランを描こう!」
 ”星占いダイアリー2024”の16~17ページをさらに深堀!



木星からのギフト [詳細バージョン1/2]

	2024年前半(5/25まで)	2024年後半(5/26~)
牡羊座	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい稼ぎ方にチャレンジする ・まだ気づいていない才能の発掘 ・稼ぐ力がアップする ・モノの価値を見抜けるようになる ・お金の運用が上手になる ・社会的地位の向上 ・旅行、出版、教育に関わる仕事で金運アップ ・自己価値をもてるようになる(つまり目標達成能力がアップ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・SNS、メッセージや情報のやりとり ・自分の住んでいる地域での活動 ・よい情報に恵まれる ・SNSなど身近な人との対話が広がる ・幅広い知識を身につけられる ・物事への理解力が深まる ・人望を得られる ・学校生活が充実
牡牛座	<ul style="list-style-type: none"> ・イメージアップ、イメージチェンジ ・周囲を幸せにする活動 ・周囲から親しまれ、信頼も得られる ・普段の努力が実り、成功する ・あなたの個性が注目を浴びる ・多くの人から頼りにされる ・あなたのブランド力が広がる ・哲学的な学びを吸収できる 	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい稼ぎ方にチャレンジする ・まだ気づいていない才能の発掘 ・稼ぐ力がアップする ・モノの価値を見抜けるようになる ・お金の運用が上手になる ・社会的地位の向上 ・旅行、出版、教育に関わる仕事で金運アップ ・自己価値をもてるようになる(つまり目標達成能力がアップ)
双子座	<ul style="list-style-type: none"> ・さまざまなメディアでの活躍 ・スピリチュアルや目に見えない力を生かす ・先祖からのご加護がある ・ネットの世界で活躍の幅を広げる ・ピンチをチャンスに変えられる ・精神的な成長に取り組むと良い(瞑想や内観など) ・福祉やボランティア活動が吉 ・縁の下の力持ち的活動 	<ul style="list-style-type: none"> ・イメージアップ、イメージチェンジ ・周囲を幸せにする活動 ・周囲から親しまれ、信頼も得られる ・普段の努力が実り、成功する ・あなたの個性が注目を浴びる ・多くの人から頼りにされる ・あなたのブランド力が広がる ・哲学的な学びを吸収できる
蟹座	<ul style="list-style-type: none"> ・進化を促すコミュニティへの参加 ・仲間からの支援、サポート ・価値観や理想が似ている仲間にも恵まれる ・親友に出会える ・愛されることを学ぶ ・有力者の友人に恵まれる ・将来への不安がなくなる ・仲間内で教師のような役割を引き受けると開運 	<ul style="list-style-type: none"> ・さまざまなメディアでの活躍 ・スピリチュアルや目に見えない力を生かす ・先祖からのご加護がある ・ネットの世界で活躍の幅を広げる ・ピンチをチャンスに変えられる ・精神的な成長に取り組むと良い(瞑想や内観など) ・福祉やボランティア活動が吉 ・縁の下の力持ち的活動
獅子座	<ul style="list-style-type: none"> ・役職やリーダーにチャレンジ ・その道の有力者につながる ・生きがいのあることに会う ・責任ある役割を担うことで大活躍 ・好きなことが仕事になる ・自分を引き立ててくれる人と出会う ・自分の成功を周囲にシェアするとさらに豊かさが循環する ・就活、フリーランスへの転向も吉 	<ul style="list-style-type: none"> ・進化を促すコミュニティへの参加 ・仲間からの支援、サポート ・価値観や理想が似ている仲間にも恵まれる ・親友に出会える ・愛されることを学ぶ ・有力者の友人に恵まれる ・将来への不安がなくなる ・仲間内で教師のような役割を引き受けると開運
乙女座	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい専門的な学び ・アカデミックな学び ・海外に縁がある ・高度な知識を学べる ・広い視野が手に入る ・徳を積むと良い ・出版、教育関連で開運 ・占星術を学ぶといよいよ 	<ul style="list-style-type: none"> ・役職やリーダーにチャレンジ ・その道の有力者につながる ・生きがいのあることに会う ・責任ある役割を担うことで大活躍 ・好きなことが仕事になる ・自分を引き立ててくれる人と出会う ・自分の成功を周囲にシェアするとさらに豊かさが循環する ・就活、フリーランスへの転向も吉



木星からのギフトを深堀！



木星からのギフト [詳細バージョン2/2]

	2024年前半(5/25まで)	2024年後半(5/26～)
天 秤 座	<ul style="list-style-type: none"> ・心理学や神秘的な分野など、表側からは見えない世界 ・人との絆や信頼関係 ・くじ運が高まる ・大切な物事を継承する ・貴重な人脈を得る、そこから恩恵も得る ・タブー視されることに取り組みと運気アップ（死生観、セクシュアリティ等） ・危機的状況を幸運に転換できる ・人の才能を見抜く 	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい専門的な学び ・アカデミックな学び ・海外に縁がある ・高度な知識を学べる ・広い視野が手に入る ・徳を積むと良い ・出版、教育関連で開運 ・占星術を学ぶといよい
蠍 座	<ul style="list-style-type: none"> ・パートナーシップ、人間関係全般 ・人脈、社交的な活動 ・素晴らしい出会いがある ・仕事の協力者が出現する ・婚活がうまくいく ・社会的に活躍する範囲が広がる ・パートナーとの同居、結婚生活の充実 ・パートナーが成功する 	<ul style="list-style-type: none"> ・心理学や神秘的な分野など、表側からは見えない世界 ・人との絆や信頼関係 ・くじ運が高まる ・大切な物事を継承する ・貴重な人脈を得る、そこから恩恵も得る ・タブー視されることに取り組みと運気アップ（死生観、セクシュアリティ等） ・危機的状況を幸運に転換できる ・人の才能を見抜く
射 手 座	<ul style="list-style-type: none"> ・ダイエット、生活習慣改善 ・誰かの右腕としての重要な活躍 ・社会貢献によって幸運が引き寄せられる ・これまでの努力が実を結ぶ ・健康に関する良い習慣が身につく ・尊敬する人をサポートする機会に恵まれる ・体力や健康に恵まれる ・部下に恵まれる 	<ul style="list-style-type: none"> ・パートナーシップ、人間関係全般 ・人脈、社交的な活動 ・素晴らしい出会いがある ・仕事の協力者が出現する ・婚活がうまくいく ・社会的に活躍する範囲が広がる ・パートナーとの同居、結婚生活の充実 ・パートナーが成功する
山 羊 座	<ul style="list-style-type: none"> ・恋愛、子育て、ペットに関すること ・新しいエンタメや芸術を生み出す ・芸術などの表現活動で良いことがある ・趣味を通じて運気アップする ・レジャーを楽しむ ・子育てで良いことがある ・心から楽しめることに会える ・天使や精霊と仲良し 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダイエット、生活習慣改善 ・誰かの右腕としての重要な活躍 ・社会貢献によって幸運が引き寄せられる ・これまでの努力が実を結ぶ ・健康に関する良い習慣が身につく ・尊敬する人をサポートする機会に恵まれる ・体力や健康に恵まれる ・部下に恵まれる
水 瓶 座	<ul style="list-style-type: none"> ・居場所(自宅や仕事場)をグレードアップ ・いつでも帰れる心の安全基地を手に入れる ・家族に喜び事がある ・自分にとって安心の場所が手に入る ・あなたの居場所が栄える ・安定した豊かさを育める ・実家に助けられる ・家族の大いなるサポートがある ・土地や家屋に恵まれる 	<ul style="list-style-type: none"> ・恋愛、子育て、ペットに関すること ・新しいエンタメや芸術を生み出す ・芸術などの表現活動で良いことがある ・趣味を通じて運気アップする ・レジャーを楽しむ ・子育てで良いことがある ・心から楽しめることに会える ・天使や精霊と仲良し
魚 座	<ul style="list-style-type: none"> ・SNS、メッセージや情報のやりとり ・自分の住んでいる地域での活動 ・よい情報に恵まれる ・SNSなど身近な人との対話が広がる ・幅広い知識を身につけられる ・物事への理解力が深まる ・人望を得られる ・学校生活が充実 	<ul style="list-style-type: none"> ・居場所(自宅や仕事場)をグレードアップ ・いつでも帰れる心の安全基地を手に入れる ・家族に喜び事がある ・自分にとって安心の場所が手に入る ・あなたの居場所が栄える ・安定した豊かさを育める ・実家に助けられる ・家族の大いなるサポートがある ・土地や家屋に恵まれる



木星からのギフトを深堀!



P2.P3より、ご自身の太陽星座(12星座)の項目を確認します。
その中に書いてある文章で、あなたが受け取れそうなものをピックアップしていきましょう。
さらにその恩恵を生かして、やりたいことも書いておいてください。

例) 牡羊座の方なら、年の前半は、「教育に関する仕事が発展しそう!」
後半は「幅広い知識が身に付く」ので勉強してみよう! という要領でピックアップしていきます。

そしてこちらのワークシートに書き込んでおいてください。



木星からのギフト

私は、2024年の前半、木星から

「」という恩恵を受け取り、

後半は

「」という恩恵を受け取ります。

この恩恵を生かして私が取り組みたいことは

「」です。

応用



2つの文章をミックスする応用方法をご紹介します。

例えば牡羊座さんであれば、
年の前半～受け取れるギフトに

- ★ 旅行、出版、教育に関わる仕事で金運アップ
- ★ 自己価値をもてるようになる(つまり目標達成能力がアップ)

というのがあります。これらをミックスすると、「出版したいという夢が叶う」というビジョンが出てくるかもしれません。すると取り組みたいことは「出版に関わることで目標を立てておこう」となります。
このように色々イマジネーションをフル活用して、ビジョンを広げていきましょう。

ワークをしたあとは?



木星は受け取ることが大事!「これって私が木星さんにオーダーした恩恵だ!」と思ったら受け取るようにしましょう。



土星からの宿題を深堀！

次に深堀したいのは、土星からの宿題とギフトのうち「宿題」のほうです。



土星からの宿題 [詳細バージョン1/2]

2024年の宿題	
牡羊座	自分を大切にする <ul style="list-style-type: none">・マッサージやリラクゼーションなど、自分癒しのためにお金を使ってみる・1日誰かのためではなく、自分のためだけに時間を使ってみる・星読みダイアリーのウィークリーのページにその日、どんなふうに自分を大切にするか思いつくことを1日の始まりに書いてみる
牡牛座	大切な友人との時間を取る <ul style="list-style-type: none">・ゆっくり話したいなあと思う友人をお茶に誘う・友人と将来の夢について語り合う・友人と手軽な旅行の計画を立てる
双子座	後進に道を譲る <ul style="list-style-type: none">・これまで自分が体験で学んできたことを後輩に伝える・これまでの自分の立場を手放し、新たな挑戦に向かう・後輩の夢をヒアリングする
蟹座	未知の分野を学んでみる <ul style="list-style-type: none">・興味がある分野についての専門書を読んでみる・大学の社会人講座、通信大学など気軽に受けられる本格的な学びに挑戦する・気になる偉人の歴史を調べてみる
獅子座	素直に愛や思いやりを表現する <ul style="list-style-type: none">・パートナーや家族に「大好きだよ」「愛しているよ」と言ってみる・相手を大切に思っていることを思いだけではなく、行動で示してみる・意地を張って疎遠になっている相手がいる人は、素直に歩み寄ってみる
乙女座	苦手な相手の気持ちに寄り添う <ul style="list-style-type: none">・苦手な人物の良いところもリストアップしてみる・自分から相手に親切にしてみる・一人で無理して頑張っている誰かにあったら、サポートを申し出してみる
天秤座	健康的な習慣を取り入れる <ul style="list-style-type: none">・無理なくできる日々の運動メニューを決める・「やめること」を決める（甘いものを控える、お酒を控える等）・日々使う生活用品の一部だけで良いので、身体に良いものに変える（ケミカルな洗剤から天然由来の洗剤にする等）食べ物でもよい
蠍座	自分を表現する <ul style="list-style-type: none">・趣味などの成果を発表する（SNSで個人的に披露するのもあり）・気になっていた習い事の体験会に行ってみる・子供の頃にやりたかったことを一つ思い出して実際にやってみる
射手座	親孝行、家族サービスをする <ul style="list-style-type: none">・家族揃って食事を楽しめるお店を探して、予約する・忙しくても何度かに一度は揃って食卓を囲み、会話する・普段は言えない感謝を言葉にして伝える



土星からの宿題を深堀！



土星からの宿題 [詳細バージョン2/2]

2024年の宿題	
山羊座	コツコツ学ぶ <ul style="list-style-type: none">• 読んだ本のレポート、感想文を書く• 学んだことをアウトプットし、さらに自分のものとして習得する• 気になるセミナーや講座を受講する
水瓶座	家計簿をつける(収支管理) <ul style="list-style-type: none">• 不要なサブスクを解約する• 長期的に投資すること(学びに使う、自己成長に使うなど)を決める• お金に関する勉強をする
魚座	個性を生かし誰かの役に立つ <ul style="list-style-type: none">• これまで時間、お金をかけてやってきたことを誰かの役に立ててみる• あなたの顔の広さを活用して、誰かの宣伝をしてあげる• いくつかあるあなたの個性を言語化してみる

これらを参考に今年1年間取り組む課題を設定しましょう。

ご自身の太陽星座(12星座)の欄を見て、このままピンときた文章を採用していただいてもOKですし、

自分の日常にマッチするようにアレンジいただいてもOKです。

そして、こちらの表に書き入れておきましょう。



土星からの宿題

私は、2024年の1年の間 土星から与えられた以下の宿題に取り組みます。

「
」

さて、ここまでを振り返ってみましょう！



木星からのギフト、そして土星からの宿題を深堀することで、
2024年がどんな年になるかだいぶ明確になってきたのではないのでしょうか。

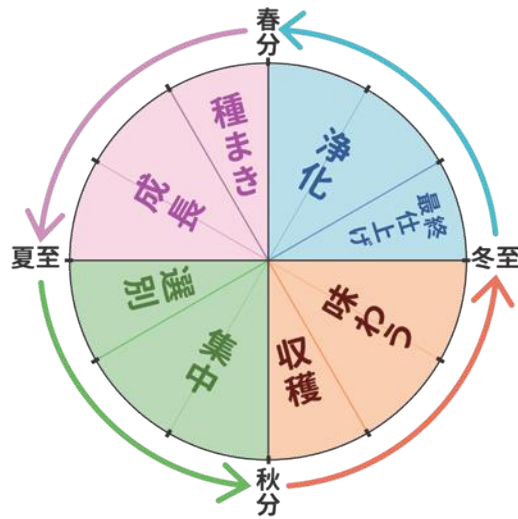
こんなふう言語化しておくことで2024年を振り返った時、
密度が濃い一年だったなあと振り返ることができます。

参加者の皆さんと気づいたこと等をシェアしましょう

あなただけの「自己実現サイクル」について知り、
一年を通して夢を叶える手順を組み立てるワークを伝授！

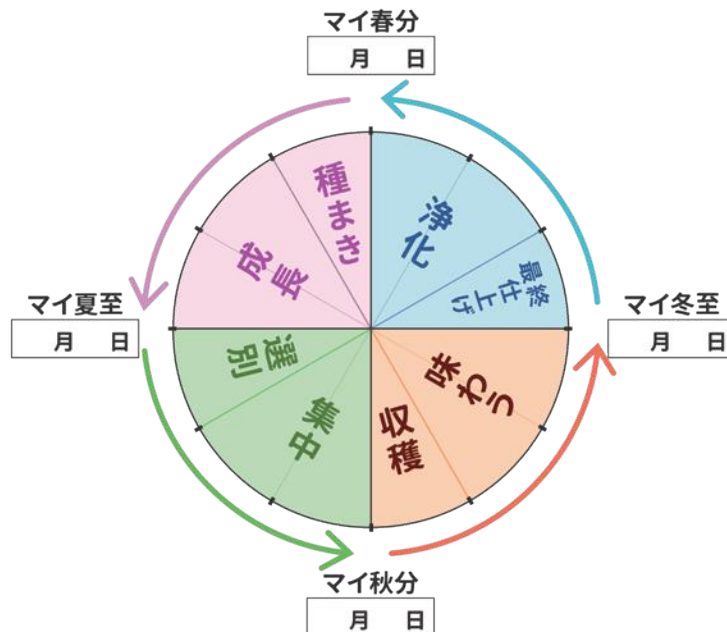
私の自己実現サイクルは？

12星座すべての方に共通している1年間の自己実現サイクルは、
毎年訪れる春分、夏至、秋分、冬至というサイクルです。



一方、今回お伝えするのは個人単位で異なる
「マイ春分・マイ夏至・マイ秋分・マイ冬至」という
マイサイクル(私の自己実現サイクル)という考え方です。

マイ春分=毎年のお誕生日となります。



【提供者用】ワークショップの本編（2本目ワーク）

あなただけの「自己実現サイクル」について知り、一年を通して夢を叶える手順を組み立てるワークを伝授！



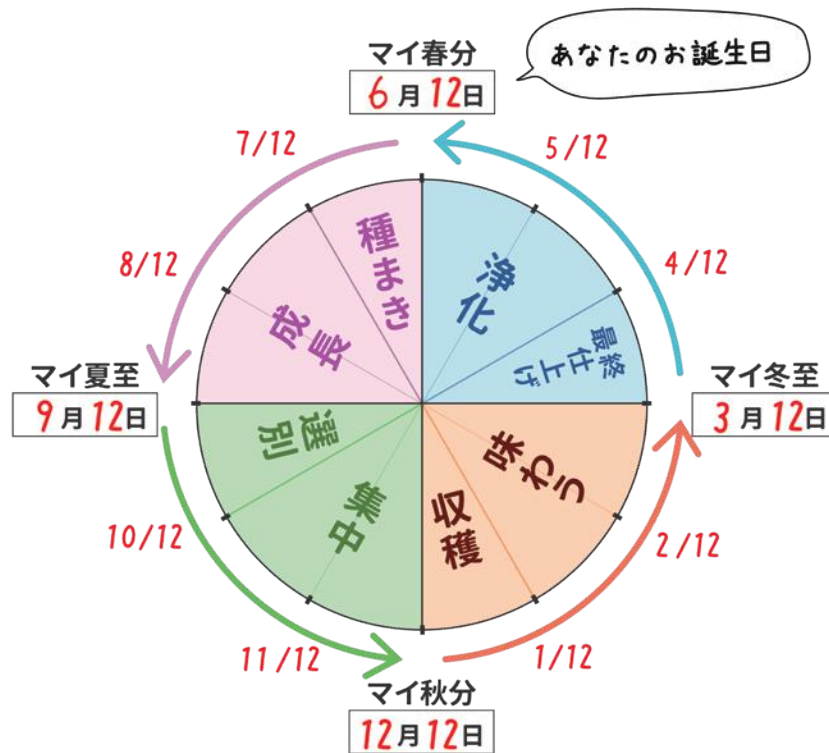
例えば、6月12日がお誕生日の人を例にとって説明しましょう。

その場合、6月12日が毎年の**マイ春分**となるのです。
その日から数えて3ヶ月後の9月12日は**マイ夏至**
そのまた、3ヶ月後である、12月12日は、**マイ秋分**、
さらにそのさきの3ヶ月後、2025年の3月12日が**マイ冬至** になります。



まずは、みなさんもマイサイクルのこの4つのポイントを書き入れてみましょう。

この一つの円が1年間のサイクルを表しており、
全部で12分割しているのです、1つのエリアは1ヶ月になっています。



次に、星占いダイアリーの中のウィークリーのこの日付のところにメモしておきましょう。

例えば私の場合、ダイアリーの6月12日のところには「種まき期間開始」と書いておくのです。
1ヶ月後の7月12日のところには「成長期間開始」
8月12日には「まだ成長期間」と書いておき、
9月12日には「選別期間に突入」になります。

【提供者用】ワークショップの本編（2本目ワーク）

あなただけの「自己実現サイクル」について知り、一年を通して夢を叶える手順を組み立てるワークを伝授！



それぞれのサイクルが意味すること [1/2]

1) マイ春分「新プラン立てる時」：毎年のお誕生日～1ヶ月間

この時期は、意志を表す、あなたの太陽が宇宙の太陽と重なる時です。つまり宇宙の意思によって後押しされるのを活用するのです。ですから意志＝目標を立てると良いのです。お誕生日からの1ヶ月は、今後1年のプランを立てると良い時です。ビジネスであればどんなことを達成したいか？どんな人生を歩みたいか？どんな人たちと関係を築きたいか？など。太陽はあなたの意志を表します。例えば女性などは目標を立てて向かうのが苦手な方もいます。そんな方はこの1年を象徴するムードを先取りする為、仕事運を上げたい人はカバンを、対人運を上げたい人は靴を、縁むすびには新しいアクセサリやコスメなどを新調して、それをいつも眺めながら今後1年の理想のムードに浸ってみてください。



2) マイ夏至への移行時「成長とチャレンジの時」：マイ春分終了～2ヶ月間

これからマイ夏至に向かうまでは躊躇することなくチャレンジしていくことが重要です。植物も夏至に向かってグングン伸びていきますよね。取捨選択はその後なので、対人関係もお仕事も選り好みせず可能性を広げていく時期です。



3) マイ夏至「選別の時」：毎年のお誕生日の3ヶ月後～1ヶ月間

夏至は植物の成長が頂点に達する時です。あなたが約3ヶ月前に蒔いた種は幾つかの結果を出していることでしょう。つまり、今、いくつかの可能性がありますが、剪定し、優先順位をつけるタイミングです。どの枝を残すか？を決める時です。もし「え？何の結果も出てない！」という方は、枝葉がたくさん伸びすぎているのだと思います。小さな成果はたくさんあるはず。その中から「これは是非とも伸ばしたい！」という枝を探してみてくださいね。



4) マイ秋分への移行時「集中の時」：マイ夏至終了～2ヶ月間

マイ夏至で選んだ枝に集中して、脇目も振らず取り組む時です。集中できない、という場合は夏至での絞りが甘かったということですので、もう一度「選ぶ」「優先順位」に立ち戻ると良い時です。



5) マイ秋分「収穫の時」：毎年のお誕生日の半年後～2ヶ月後

秋といえば収穫の時。食欲の秋でもあります。いわゆる納期です。あなたにとってはまだ中途半端と思える成果に対しても、新しいものを付け足していくのではなく、今あるもので一気に仕上げ、ひとまず「提出！」という流れに持っていく時です。



6) マイ冬至への移行時「味わう・微調整の時」：マイ秋分終了～2ヶ月間

まずは成果を噛み締め、味わいましょう。味わうほどの成果がなくても、今あなたの手の中にあるもの、それが成果です。それを受け取ることが大事。思い通りの成果ではない場合、まだ微調整がききますので、どのあたりを調整、変更していきたいかをしっかりと見つめる時です。



【提供者用】ワークショップの本編（2本目ワーク）

あなただけの「自己実現サイクル」について知り、一年を通して夢を叶える手順を組み立てるワークを伝授！



それぞれのサイクルが意味すること [2/2]

7) マイ冬至「最終仕上げの時」：毎年のお誕生日の9ヶ月後～1ヶ月間

さて、最終仕上げです。あなたにとっての成果は目の前にあります。今できるのはそれを磨きあげること。付け足しや削除ではなく、労をねぎらいながら、その成果がより輝くように磨きをかけましょう。



8) マイ春分への移行時「浄化の時」：マイ冬至～2ヶ月間

これまで培ってきた積み重ねは、次の可能性を成長させていくための大地の肥やしになります。次に来る種まきの時に備え、本当に大地に蓄えておきたいものだけを残し、不要なものは手放し更地に戻す時です。つまり手放し、浄化がテーマとなってきます。時に葛藤を伴う浄化もありますが、それはあなたが軽やかになって次の種を育てていくために起こっているのです。

まとめ



これらの流れを元に、今手元にあるものをどう生かしていくか？を考えたりするのもいいですね。人間関係で悩んだ時も、「ああ、今は浄化の時なんだ。」と思えば、腑に落ちるかもしれません。そんな風に活用してみてください。

参加者の皆さんと「今どんな時期か」そこから気づいたこと等をシェアしましょう