

星読める人事課顧問のManaです。4月テーマ【仕事でメンタル面を支えるコツ】。後編の今回は「あと一步進むためのモチベーション」にフォーカスします。「やらなきゃいけないのに、動けない」「なんだか煮詰まってしまった」。そんな時、無理にエンジンをかける必要はありません。実は、立ち止まってしまう理由も、再び走り出すための「着火点」も、星の配置によって人それぞれ。12星座別の特性から、あなたや大切な仲間の「やる気スイッチ」を紐解いてみませんか？自分らしく、軽やかに次の一步を踏み出すためのヒントをお届けします。



JFTA公認西洋占星術士  
JAAMP公認ホロスコープ鑑定士

Mana

## ◆ 12星座別処方箋 D° by Mana

### ★メンタル面を支えるコツ「あと一步進むためのモチベーション」★

**牡羊座**：牡羊座があと一步進むためのモチベーションは、「スピード感とハンドリング」。自分のなかで長く留めてしまっている仕事はありませんか？返信や依頼はできるだけ速く対応して、ボールを常に相手に渡しておくくらいが◎

**牡牛座**：「ご褒美」が有効なのは牡牛座。（この仕事がおわったらチョコレート一粒…）といったように、あらかじめ流れを想定して用意しておきましょう。環境や他者に自分の機嫌を左右されないことがモチベーション維持につながります。

**双子座**：双子座には「カジュアルな会話」が◎。息抜きにも、切り替えにも、悪い状況の打破にもいい影響をもたらします。困った時は堂々めぐりになる前に、人に聞いたり話したりするほうが効率よく進みますよ。

**蟹座**：蟹座は後輩やチームを作ってあげると成長します。大切な存在のお世話ができると、モチベーションアップ。他人のキャラクターを把握してアドバイスするのが得意なので、仕事でもここを活かしましょう。

**獅子座**：モチベーションの波が大きい獅子座。自分が必要とされているという実感が大切です。休憩時や飲み会・ランチで関係者同士、目標や役割について再確認することで、自身とまわりの足並みを揃えてまた進み出すことができそう。

**乙女座**：乙女座のモチベーションを上げるには、何度でも「仕切り直し」をすることが一番です。間違いに気がついた時やもっと効率がいい方法を知った時、自分自身を大きく変える必要はありません。少しずつ軌道修正して◎。

**天秤座**：「周りの期待に応えられているかな」「他者や前回とのバランスはどうか」と仕事の質が気になる天秤座。たとえば進捗30%時に上司へ、60%時に同僚へ、80%時に他部署へ…などチェックを重ねてもらうのがおすすめ。

**蠍座**：目の前の仕事について、本当の目的はどこにあるのかを理解し、違和感を見逃さずクリアしていくことが、蠍座のモチベーションになります。なにを壊して、なにを作り上げるべきかはっきりすれば動き出せるはずですよ。

**射手座**：煮詰まった時は、切り替えて違うことに取りかかりましょう。「回り回って恩恵がある」を人生で体現する射手座はマルチタスクに向いています。ただし、離れた結果、戻って来たくなくなってしまうことも…。チームにはまめに状況報告を。

**山羊座**：山羊座があと一步進むために必要なのは、「ユーモア」と「余白」です。当初の計画や進捗管理がずれてくるのは現場では当たり前のこと。語弊を恐れず言えば、駒が自由に動ける状況こそ新しい攻め方が見つかるというものです。

**水瓶座**：やる気が出なくなった時は、やり方を変えましょう。水瓶座は風エレメントに不動宮という性質のある、変化球向きの人です。デメリットやリスクをそのままにはできません、アプローチ・視点を変えてもう一度。

**魚座**：一度、一人の時間をとりましょう。水エレメントに柔軟宮の性質は、よそからの影響を受けやすい性質があります。インプットは得意な魚座ですが、仕事はアウトプットの質で評価されるもの。不要分は勇気をもって削ぎ落として◎。

# ◆ 星占いのタネ明かし | 天体の逆行

逆行とは、地球上から見て天体の動きが後ろに進んでいるように見える状態をいいます。逆行中は、その天体のテーマが外へ向かうよりも内側に向かいやすくなり、過去の出来事の見直しや再検討が促されると考えられています。天体の逆行（レトログレード、Rx、R）は、特段めずらしいものではありません。太陽と月以外の天体にはそれぞれ逆行周期があります。特に土星、天王星、海王星、冥王星といった遠い天体は、毎年数か月にわたって逆行の期間を持ちます。公転周期が長いこれらの天体は、個人の性格というよりも、同じ時代を生きる人々に共通するテーマや社会背景を象徴すると考えられています。「逆行」と呼ばれるものの、実際に天体が進む向きを反対にしているわけではありません。この仕組みは、ホロスコープの作られ方を知ると理解しやすくなります。ホロスコープは星の地図ですが、宇宙空間にある天体をどのように平面上に表しているのか、不思議に思ったことはありませんか。答えは、「地球上から見上げて」天体が空のどこにあるかを基準にして作成されているということ。ここで大切になるのは前回も触れた「天球」という概念です。地球全体をすっぽりと包む球体を想像し、その内側に天体の運行の軌跡を描くイメージ。地上から見ると、その半分が頭上に広がっているように見えます。つまりホロスコープは、「地球から見た天体の動き」を記録したもののなのです。ひとつひとつの天体は宇宙空間では一定の方向に進み続けていますが、地球とその天体の公転速度の違いによって、見かけ上の後退、すなわち逆行が起こります。逆行をイメージしやすい例があります。たとえば自分が電車に乗っていて、隣を走る電車を追い越すとき。その瞬間、相手の電車が後ろへ動いたように見えることがありますね。地球が他の惑星を追い越すタイミングでは、その惑星が空の上で後ろへ戻るように動いて見えることがあるのです。太陽と月が逆行しないのは、このような「追い越し」の関係が生じないためです。地球の公転の影響によって、太陽も月も地球から見ると常に一定の方向（順行）へ進み続けているように見えます。

水星の逆行	情報やコミュニケーションの見直し。伝え方や確認不足に気づききっかけになることがあります。	次回の逆行は、 2026/6/30~7/24
金星の逆行	人間関係や価値観の再確認。何を大切にしたいのか、心の基準を見直すタイミングです。	次回の逆行は、 2026/10/3~11/14
火星の逆行	行動やエネルギーの使い方を調整する時期。焦って進むよりも、方向性を整えることが大切になります。	次回の逆行は、 2027/1/10~4/1
木星の逆行	成長や可能性についての内省。広げてきたことを振り返り、本当に伸ばしたい分野を見極める時間です。	次回の逆行は、 2026/12/13~2027/4/13
土星の逆行	責任や課題との向き合い方を見直すタイミング。長期的な目標・計画に対して、土台を整える機会になります。	次回の逆行は、 2026/7/27~12/11
天王星の逆行	変化や自由についての再考。自分らしい生き方とは何かを内側から問い直す流れが生まれます。	次回の逆行は、 2026/9/11~2027/2/8
海王星の逆行	理想や夢の再確認。曖昧になっていたビジョンを見つめ直す機会になるでしょう。	次回の逆行は、 2026/7/7~12/13
冥王星の逆行	深い変容や手放しのテーマ。これまでの価値観を根本から見直し、新しい段階へ進む準備の時間です。	次回の逆行は、 2026/5/7~10/16

あなたは、生まれた時に逆行していた天体はあるのか、調べてみたことはありますか？自分のなかでうまくコントロールできていないなあ…、どうも過去に縛られるなあ…と感じる分野は、もしかしたら逆行天体が影響しているのかもしれない。カバーできる天体も必ずありますので、怖がらずに自分をみつめるきっかけにしてくださいね。

ウェブ版コラムで詳しく解説しています！



## ぴったり星 \* Mana

JFTA公認西洋占星術士 / JAAMP公認ホロスコープ鑑定士

北九州・下関で、ママとキッズの星読み

起業家向けコンサル講師活動を実施。

出生図から個性・強み・天職を丁寧に読み解きます。

# ◆ ホロスコープ鑑定のご案内

お問い合わせは...

Aligned Star\* Consulting  
公式LINE



ぴったり星\*  
Instagram DM



子育てが楽になる  
「うちの子鑑定書」

■ 法人向け

Aligned Star \* Consulting  
アラインドスター \* コンサルティング  
占星術 × 採用・人事・チームづくり  
北九州 / Web対応  
企業・団体向け鑑定・出張相談受付中

■ 個人向け

親子・ママのための星読み ぴったり星 \*  
毎月開催：星読みランチ会・鑑定会  
スマホで読める「うちの子鑑定書」受付中

北九なびに寄稿しています



**10天体と  
12星座でわかる  
個性と強み・目指す生き方**

人と事業が輝く採用・人事支援  
**Aligned Star\* Consulting**

イベント出展 \* 出張・web鑑定  
ホロスコープ \* ホロスコープ  
個人鑑定 個人鑑定  
2000円以上のメニュー 7000円以上のメニュー

特別クーポン 有効期限:2026年5月29日  
**\* 初回10%OFF \***  
お申込みは公式LINE・Instagramより受付