

紅葉ももうすぐですね♪

多摩地方では街路樹が色づき始めていますよ。

最近風邪がはやってきていますね。

皆様インフルエンザの予防接種はされましたか？

これからますます寒くなってきますので、

皆様くれぐれもお体にお気をつけてくださいね。

P S : 食べ物がおいしい季節になり、
体重増加が怖いです。(;>_<)

