

Halloween



ハロウィンも日本にすっかり
定着してきましたね。

10月に入るとあちこちで、
カボチャの置物などが
見られる様になりました。

Trick or Treat!!

PS : 季節性インフルエンザの
予防接種はされましたか？
2回やらない場合は、効力の
期間があるので、
摂取時期が難しいですね。
栄養バランスの良い食事と、
しっかりと睡眠をとって、
抵抗力のある身体作りを
していきましょう！！



イラストをお借りしております

