

連絡事項

令和5年 3月1日

近頃はお昼を中心に暖かい日も増えてきましたね！
気温の変化が大きくなってくる頃ですが、体調などいかがですか？
花粉も飛び始める時期なので、花粉症のひどい方は早めにお薬を飲み始めましょう！
しっかり寝て、3食食べて、1日1万歩程度の運動をして、
規則正しい生活を心がけましょう！
外出すると、梅や桜など、季節の変化を体感できると思いますよ～！
夜はまだ寒い日も多いので、脱ぎ着しやすい服装を心がけましょう！

新型コロナウイルスによるデイケアや本院の診察などの対応については
デイケアのブログか、ならい心療内科のホームページに情報を載せていますので
随時確認するようお願いいたします。

*卒業生デイケアオープン日について

次回のデイケアオープン日は
楽しみにしてくださっていた方には申し訳ございませんが
引き続き新型コロナウイルスの影響を考え、未定とさせていただきます。
もし良かったらデイケアのブログに近況などをコメントしてください。

デイケアセンター スタッフより

