

秋は心地よい季節である反面、気温の変動が大きく、体に負担がかかりやすい時期です。自身の体調に注意し、秋バテを防ぎながら健やかに過ごすことが、健康的な生活を維持する鍵となります。

病院へ 行けるだけ まだ元気  
願わくば 病名なしで 終わりたい  
さてやるか 掛け声元気 腰重し  
令和7年 寒 露

### インフォメーション

#### むつみ荘 行事予定

2日 (日) お誕生日会	<入所>
6日 (木) 音楽療法	<入所>
18日 (火) あかねが丘リコーダークラブ	<入所>
20日 (木) 音楽療法	<入所>
25日 (火) 音楽療法	<通所>
26日 (水) ビデオ鑑賞会	<入所>
17日 (火) ~22日 (土) 誕生日週間	<通所>



#### こころ 行事予定

6日 (木) 音楽療法
8日 (土) おやつクッキング
13日 (木) フラワーアレンジメント
19日 (水) フラワーアレンジメント
20日 (木) 音楽療法
21日 (金) おやつクッキング



## サンエイ薬局の「健康メモ」

### 病院で処方された目薬の使用期限は?

目薬の使用期限には「開封前（未開封）の使用期限」と「開封後の使用期限」があり、それぞれ目安となる期限は異なります。目薬の容器に記載されている使用期限は、未開封の場合の期限で、**開封後の使用期限は開封後1ヶ月以内**となります（なかには開封後1週間以内など短いものもあるため、指導された使用方法を守りましょう）。特に開封後の目薬は、**容器の先端がまぶたやまづげに触れることで雑菌が入り込み、薬液が汚染されている**ことがあるので、使用期限は守りましょう。



お薬や健康に関する様々な相談に応じます、お気軽に立ちよください！

 サンエイ薬局

<http://sanei-pharmacy.com/>

本店 あさぎり病院北側

〒673-0852

明石市朝霧台1147-18

TEL 078-913-8585