

# 9月 ecoプラザ KITAKAMI 通信

いつもご愛好頂きありがとうございます

秋の気配が深まって参りました。

急な気温の変化は、思いのほか心身に負担がかかり、体調を崩しやすく『秋バテ』を招くそうです。軽い運動、十分な睡眠、バランスの取れた食事を取り、気分転換を図りながら、尚且つまだまだ続く“コロナ生活”心と体の健康を心掛けてまいりましょう。

pick  
up!!

## 自宅に約1㎡の集中空間を

工事は不要。組み立て簡単デスクKOMORU(コモル)

『リモートワーク』や『お子様のリビング勉強』にいかがですか？



臨時休業のお知らせ

10月3日 土曜日



お問い合わせはお気軽に

ecoプラザ KITAKAMI

Tel. 0197-66-2210

岩手県北上市村崎野16 177

<http://www.sakata-ssk.com/>