

10月1日(月)・・・秋本番。衣替えの季節です。

長かった暑い夏も終わり、今は、秋の虫の声が大合唱しています。

10月は、夏服から秋冬物への衣替えの季節です。

暫く着ていなかった間に、ジャケットなどは小さくなってしまっていないか？

これから迎える冬の寒さを前に、修理したり買い換えたりして、早めに準備を整えておきましょう。

また、気温も天気によっては、暑かったり寒かったりを繰り返し、体調にも影響します。

体調を崩す前に、インナーなどを着て、自分で調整する事も大事です。