

# 毎日ぐっすり

眠りたい

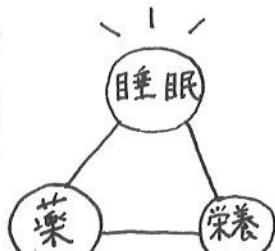
なしつこ

ニニニ



## 治療に大事なこと

毎日ぐっすり  
眠りたいものです



治療のためにも  
大事な睡眠

お個人の見解です



主治医の先生にも  
寝つき等のことは  
よく聞かれます

スイマセン今日  
作業休みます！



薬が体内に残り  
翌朝起きられない  
時もあるけれど…

お薬も  
大事です



## 寝つきをよくするために



なしこ：双極性障害約10年。作業所や習い事にはげんでいます。