



















体調管理ダイアリー

| 日付 | | 月 日 | 月 日 | 月 日 | 月 日 | 月 日 | 月 日 |
|---------------|-------|---|---|---|---|---|---|
| 体温 (°C) | | | | | | | |
| 体重 (kg) | | | | | | | |
| 食事量 | 朝 | | | | | | |
| | 昼 | | | | | | |
| | 夕 | | | | | | |
| 栄養補助食品 | 製品名 | | | | | | |
| | 摂取量 | | | | | | |
| サプリメント | 製品名 | | | | | | |
| | 摂取量 | | | | | | |
| 今日の気分はいかがですか？ | |    |    |    |    |    |    |
| 気になる症状 | 食欲不振 | 食欲不振 | 食欲不振 | 食欲不振 | 食欲不振 | 食欲不振 | 食欲不振 |
| | 口腔内乾燥 | 口腔内乾燥 | 口腔内乾燥 | 口腔内乾燥 | 口腔内乾燥 | 口腔内乾燥 | 口腔内乾燥 |
| | 口内炎 | 口内炎 | 口内炎 | 口内炎 | 口内炎 | 口内炎 | 口内炎 |
| | 味覚障害 | 味覚障害 | 味覚障害 | 味覚障害 | 味覚障害 | 味覚障害 | 味覚障害 |
| | 下痢 | 下痢 | 下痢 | 下痢 | 下痢 | 下痢 | 下痢 |
| | 便秘 | 便秘 | 便秘 | 便秘 | 便秘 | 便秘 | 便秘 |
| | その他 | その他 | その他 | その他 | その他 | その他 | その他 |
| | | () | () | () | () | () | () |