健康生活表

()班	名前()	男·女	年齢()歳
日にち			/	/	/	/	
			前	当	2 日	3 日	備考
項目			日	日		I	
	よくねむれた						
睡眠	普通						
	あまりねむれなかった						
	ねむ	れなかった					
体調	調	子がよい					
	普通						
	あまり調子がよくない						
	調子	がよくない					
	ある						
食		普通					
欲	あ	まりない					
		ない					
		なし					
便 通	1	普通便					
		軟便					
		下痢					
	疲れてない						
疲	普通						
労	少し疲れてる						
	疲れてる						
	世	きがでる					
	熱がある						
そ	頭が痛い お腹が痛い						
の							
他	ケガをした						
	虫にさされた						
	()					
	()					