

## 今日の診察で伝えたいこと

氏名（ ） 日付（ . . ）

伝えたい項目	メモ (いつから・どのくらいの期間・どの程度なのか 等)
<b>1) 生活リズムに関して</b>	
□起床時間、就寝時間	
□寝つきが良いか悪いか	
□睡眠の途中で目覚めてしまうことはあるか	
□目覚めの状態、気分	
□日中どんな活動をしているか	
<b>2) 食欲について</b>	
□食事はとれているか	
□食事をおいしく感じられているか	
□具体的な食事の内容	
<b>3) 身体の調子について</b>	
□身体のだるさはあるか	
□痛みなどの症状はあるか (頭痛 胃痛 吐き気 肩こり 背中痛み めまいなど)	
<b>4) 心の調子について</b>	
□「不安」「焦り」などのネガティブな気持ちがあるか	
□「死にたい」「消えてしまいたい」などの気持ちがあるか	
<b>その他伝えたいこと</b>	
例) 職場での調子 (気持ちの変化)、再就職・復職のタイミングなど会社と調整していること	