



症状記録シート (痛み日記)

今日の日付：

【今日の体調】に○



とても良い



良い



普通



少しつらい



とてもつらい

今日の痛い場所・気になる場所に○をつけてください

あてはまる場所に、○をつけてください(複数可)

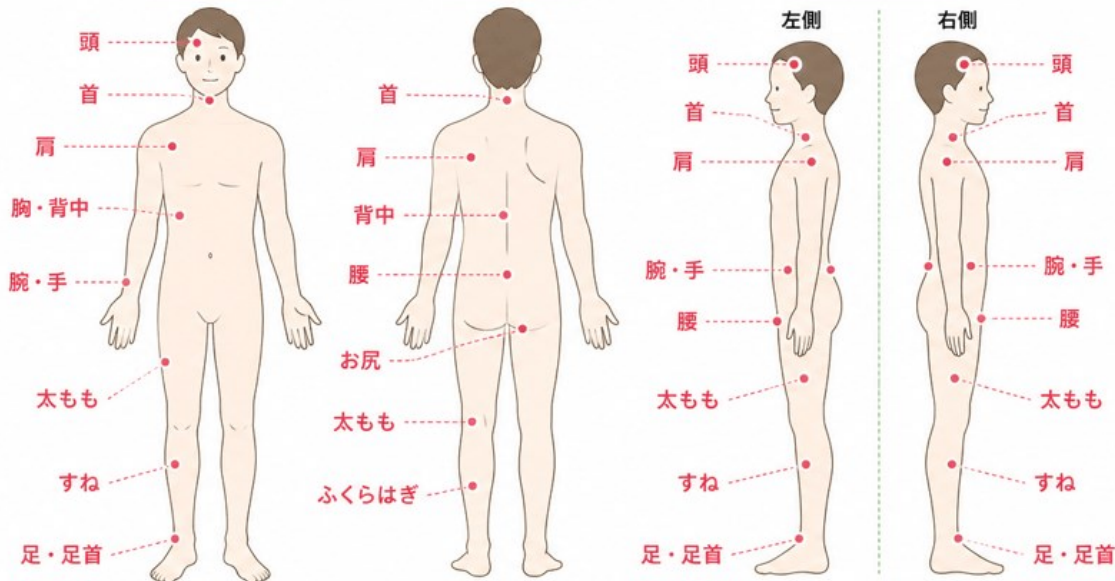
交通事故サポート資料

Vol.03 症状記録シート(痛み日記)

正面

背面

側面(左右)



症状の種類(あてはまるものに☑)

- | | | |
|--------------------------|--|------------|
| ☐ | | 痛み |
| ☐ | | だるさ・重さ |
| ☐ | | しびれ・違和感 |
| ☐ | | めまい・ふらつき |
| ☐ | | 頭痛 |
| ☐ | | 吐き気 |
| ☐ | | 目の疲れ・違和感 |
| ☐ | | 耳鳴り |
| ☐ | | 眠りにくい |
| ☐ | | その他
() |



ワンポイント

症状は日によって強さや場所が変わることがあります。
小さな変化も大切な情報になりますので、毎日の記録をおすすめします。

メモ欄



交通事故でお困りなら
なかのう鍼灸接骨院へ
お気軽にご相談ください



交通事故サポートセンター
078-935-4535
土曜日も 21 時まで受付



交通事故サポート資料シリーズ

Vol.01	Vol.02	Vol.03	Vol.04	Vol.05
☐	☐	☐	☒	☐
Vol.06	Vol.07	Vol.08	Vol.09	Vol.10
☐	☐	☐	☐	☐

【痛みの強さ】に ☒

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

今日困ったこと

通院したところ

☐ なかのう鍼灸接骨院☐ 病院（整形外科）

メモ

ワンポイント

毎日の症状を簡単に記録しておくで、ご自身の体調変化を振り返りやすくなります。

交通事故でお困りなら
なかのう鍼灸接骨院へ
お気軽にご相談ください交通事故サポートセンター
078-935-4535
土曜日も 21 時まで受付

交通事故サポート資料シリーズ

Vol.01	Vol.02	Vol.03	Vol.04	Vol.05
☐	☐	☐	☒	☐
Vol.06	Vol.07	Vol.08	Vol.09	Vol.10
☐	☐	☐	☐	☐