

雇用管理のための対話シート【体調管理編】

年 月

氏名

記入例

		睡眠時間											
		16	18	20	22	0	2	4	6	8	10	12	14
※日													
1日													
2日													
3日													
4日													
5日													
6日													
7日													
8日													
9日													
10日													
11日													
12日													
13日													
14日													
15日													
16日													
17日													
18日													
19日													
20日													
21日													
22日													
23日													
24日													
25日													
26日													
27日													
28日													
29日													
30日													
31日													
		16	18	20	22	0	2	4	6	8	10	12	14
睡眠は時間枠を塗りつぶし													

服薬					体調		気分	
朝	昼	夕	就寝前	頓服	午前	午後	午前	午後
○	/	/	/	○	◎	○	○	△
朝	昼	夕	就寝前	頓服	午前	午後	午前	午後
服薬					体調・気分			
○					◎			
×					○			
/					△			
					×			