



健康チェック表

わたしの目標『 』

日にち	曜日	体温	血圧	体調	自由記載
1日	金	℃	/	😊 😐 🙄	
2日	土	℃	/	😊 😐 🙄	
3日	日	℃	/	😊 😐 🙄	
4日	月	℃	/	😊 😐 🙄	
5日	火	℃	/	😊 😐 🙄	
6日	水	℃	/	😊 😐 🙄	
7日	木	℃	/	😊 😐 🙄	
8日	金	℃	/	😊 😐 🙄	
9日	土	℃	/	😊 😐 🙄	
10日	日	℃	/	😊 😐 🙄	
11日	月	℃	/	😊 😐 🙄	
12日	火	℃	/	😊 😐 🙄	
13日	水	℃	/	😊 😐 🙄	
14日	木	℃	/	😊 😐 🙄	
15日	金	℃	/	😊 😐 🙄	

16日	土	℃	/	😊 😐 🙄	
17日	日	℃	/	😊 😐 🙄	
18日	月	℃	/	😊 😐 🙄	
19日	火	℃	/	😊 😐 🙄	
20日	水	℃	/	😊 😐 🙄	
21日	木	℃	/	😊 😐 🙄	
22日	金	℃	/	😊 😐 🙄	
23日	土	℃	/	😊 😐 🙄	
24日	日	℃	/	😊 😐 🙄	
25日	月	℃	/	😊 😐 🙄	
26日	火	℃	/	😊 😐 🙄	
27日	水	℃	/	😊 😐 🙄	
28日	木	℃	/	😊 😐 🙄	
29日	金	℃	/	😊 😐 🙄	
30日	土	℃	/	😊 😐 🙄	
31日	日	℃	/	😊 😐 🙄	



皆様のご健康とご多幸を、心より願っております。
毎日、ニコニコ元気に過ごしましょう！

北総栄病院



さかえケアセンター



(株)育誠 職員一同

