

体温リズムチェックシート



■ 検温した年月日 年 月 日

■ 検温した場所 耳 ・ ワキ ・ 口中

- ※一日のうち、朝、昼、夕、晩など何回か測ってみましょう。
- ※測定する場所は、同じところで。
- ※安静にした状態で測りましょう。
- ※汗をかいている場合はふいてから測りましょう。

体温 (°C)

