

あなたの"歩行習慣"の記録

No.( )

|                                                         |                                                         |                                                         |                                                         |                                                         |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 月 日                                                     | 月 日                                                     | 月 日                                                     | 月 日                                                     | 月 日                                                     |
| 歩行前バイタル値                                                | 歩行前バイタル値                                                | 歩行前バイタル値                                                | 歩行前バイタル値                                                | 歩行前バイタル値                                                |
| 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   |
| 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 |
| 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   |
| 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                |
| SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 |
| 歩行能力                                                    | 歩行能力                                                    | 歩行能力                                                    | 歩行能力                                                    | 歩行能力                                                    |
| ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )秒 ( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】 | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )秒 ( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】 | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )秒 ( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】 | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )秒 ( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】 | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )秒 ( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】 |
| 1 日の歩数・距離                                               | 1 日の歩数・距離                                               | 1 日の歩数・距離                                               | 1 日の歩数・距離                                               | 1 日の歩数・距離                                               |
| ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】      | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】      | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】      | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】      | ( ) m・km<br>( )時間( )分<br>( )歩<br>疲労度：【 】<br>痛み：【 】      |
| 歩行後バイタル値                                                | 歩行後バイタル値                                                | 歩行後バイタル値                                                | 歩行後バイタル値                                                | 歩行後バイタル値                                                |
| 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   | 血圧： /                                                   |
| 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 | 脈拍： 拍/分                                                 |
| 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   | 体温： ℃                                                   |
| 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                | 呼吸数： 回/分                                                |
| SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 | SpO2： %                                                 |
| コメント                                                    | コメント                                                    | コメント                                                    | コメント                                                    | コメント                                                    |
|                                                         |                                                         |                                                         |                                                         |                                                         |
| アドバイス                                                   | アドバイス                                                   | アドバイス                                                   | アドバイス                                                   | アドバイス                                                   |
|                                                         |                                                         |                                                         |                                                         |                                                         |