

「生活の記録表」記入方法について

①生活状況の記入については、以下を重点的に記載すること。

- ・病院に行った日は、日付の隣に「**通院**」と記載する。
- ・起床時間 ・午前中どのように過ごしたか(「自宅で読書・洗濯」や「テレビをみていた」等)
- ・午後は何をしたか ・就寝時間

②服薬したお薬の名称と数量を記載すること。



「生活の記録表」

休職期間中の生活状況について、下記カレンダー表にご記入願います。

被保険者氏名: 太陽 花子

《 平成 30 年 4 月 》

	日	月	火	水	木	金	土
①生活状況	1 10時頃起床 午前 自宅でテレビをみながら、洗濯をした 午後 近所へ買い物へ行った 23時頃就寝	2 12時頃起床 午前 だるくて起きれなかった 午後 体調が回復したので、買い物へ行った 21時頃就寝	3 12時頃起床 午前 だるくて起きれなかった 午後 近所へ買い物へ行った 22時頃就寝	4 通院 8時頃起床 午前 自宅で洗濯をした 午後 病院へ行った 23時頃就寝	5 12時頃起床 午前 だるくて起きれなかった 午後 体調が回復したので、買い物へ行った 23時頃就寝	6 9時頃起床 午前 掃除をした 午後 体調が悪くなって寝ていた 21時頃就寝	7 12時頃起床 午前 だるくて起きれなかった 午後 近所の公園へ散歩に行った 22時頃就寝
②服用薬	ソラナック3錠・デバス錠 3錠を毎食後 レンドルミン1錠寝る前	左記同様	ソラナック3錠・デバス錠 3錠を毎食後 ハルシオン1錠寝る前	左記同様	左記同様	左記同様	左記同様