

うんちチェックシート

自分のうんちにちかいものに○をつけよう！でないときは、「でない」に○をつけよう！
 朝食をとると、うんちが出やすくなります。食べた日は○をつけよう。
 記録が終わったら○のかずをかぞえて合計しよう。



※1日2回以上でたときは、さいしょでたうんちに○をつけよう

うんち	うんち							でない
	1	2	3	4	5	6	7	
／ たべた								でない
／ たべた								でない
／ たべた								でない
／ たべた								でない
／ たべた								でない
／ たべた								でない
／ たべた								でない
合計								