

うんちチェックシート

うんちはからだの状態を知る大切なサイン
 まずは自分のうんちをチェックし、記録してみよう！



ころころ

かたくてちいさい



ごつごつ

ごつごつした
かたまりで、かたい



ひびわれ

ひょうめんが
ひびわれている



なめらか
バナナ

らくにだせて、
おなかずっきり



やわやわ

やわらかくて、
すぐにくずれそう



どろどろ

くずれて、
どろみたい



しゃばしゃば

すいぶんがおおくて、
みずみたい

じぶん 自分
 自分のうんちにちかいものに○をつけよう！ さいごにかず ^{かず}を ^{ごうけい}かぞえて合計しよう

月	日 ()								でない
	日 ()								でない
	日 ()								でない
	日 ()								でない
	日 ()								でない
	日 ()								でない
	日 ()								でない
	日 ()								でない
	日 ()								でない
	ごうけい 合計								

年齢 未就学児 / 小学__年生 / 10代 / 20代 / 30代 / 40代 / 50代 / 60代 / 70代以上
 性別 おんな / おとこ / その他

