ともつ耳鼻科・アレルギークリニック

わたしの
舌下療法ノート

毎日の記録を、次の１年につなげよう。

１日ずつ、こつこつ。

受診のときは、このノートをお持ちください。

ともつ耳鼻科・アレルギークリニック

電話 0797-63-6071

診療時間

月・火・木・金 9:00〜12:00／15:00〜18:00

土 9:00〜12:00　休診：水・日・祝・土曜午後

受付時間・最新の診療情報は当院ホームページへ。

お名前：

記録期間：　　年　　月～　　年　　月

ノートの使い方

毎日の記録は、当てはまるものを丸で囲むだけ。

１．飲んだ薬を記録

スギ＝シダキュア　ダニ＝ミティキュア

◯＝飲んだ　×＝飲まなかった

使っていない薬の欄には斜線を入れます。

２．気になる症状があったら

「あり」を囲み、下の（　）に内容を書きます。

例：口の中がかゆかった

３．週・月末に症状を振り返る

各週と月末に、目・鼻のスコアを１つずつ選びます。

0 症状なし　1 軽い　2 やや重い

3 重い　4 非常に重い

年間グラフには、この１か月の症状スコアを点で書き、
線でつなげましょう。

受診のときはノートをお持ちください。

日付を書き込み、月にない日は斜線を入れます。

年　　月

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

金	土	日	週の振り返り
日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　◯　× ダニ　◯　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア ／ ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

月	火	水	木
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

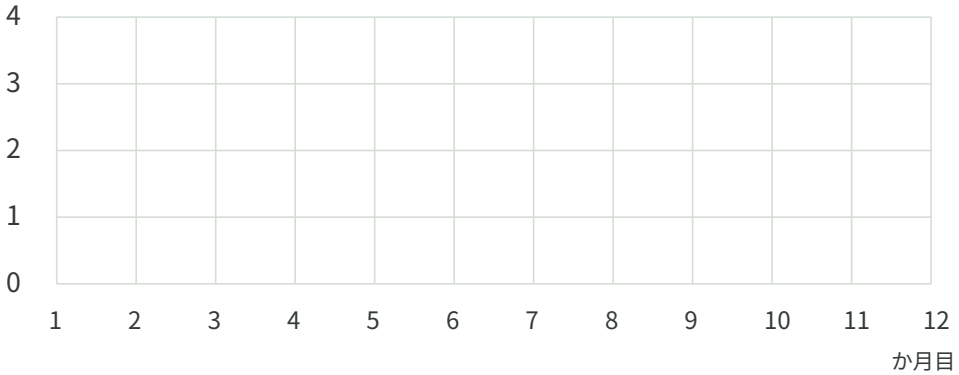
週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

１年間の症状の変化

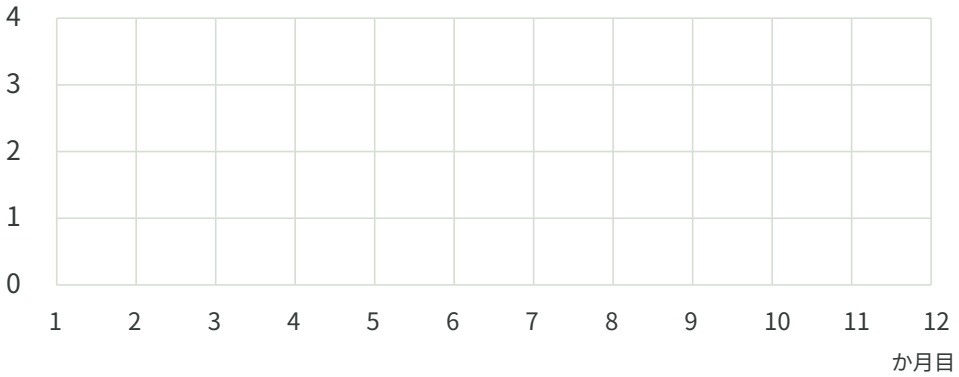
この１か月の症状スコアを点で書き、
点と点を線でつなげましょう。

横軸は記録を始めてからの月数です。

目の症状スコア



鼻の症状スコア



0 症状なし ／ 1 軽い ／ 2 やや重い
3 重い ／ 4 非常に重い

良くなった時期も、つらかった時期も、先生と振り返りましょう。

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分

舌下免疫療法 服用カレンダー　　年　　月

○＝飲んだ　×＝飲まなかった：当てはまる方を丸で囲みましょう。

スギ＝シダキュア／ダニ＝ミティキュア　　使っていない薬の欄には斜線を入れます。

気になる症状が「あり」の日は、（　）に内容を記入。

日付を記入してお使いください。月にない日は斜線を入れます。

月	火	水	木	金	土	日	週の振り返り
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4
日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	日 スギ　○　× ダニ　○　× 症状 なし・あり （　　）	目の症状スコア 0　1　2　3　4 鼻の症状スコア 0　1　2　3　4

この１か月の目の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

この１か月の鼻の症状スコア

0　症状なし　　1　軽い　　2　やや重い　　3　重い　　4　非常に重い

週・月間とも、当てはまる数字を１つ丸で囲んでください。

次回受診日：　　月　　日（　）　　時　　分