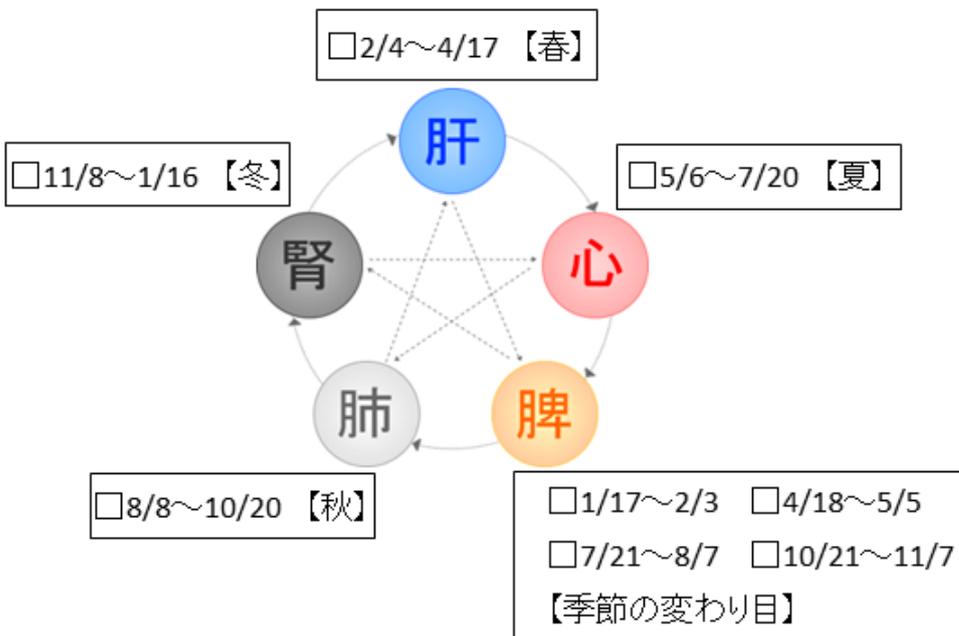


# 潜在意識を可視化する分析シート

生年月日 T S H 年 月 日 歳(男・女) お名前

ANCA自律神経ケア®カウンセリングシートは、日々のあなたの傾向をチェックします。  
 ストレスがかかった時、疲れが溜まっている時、元気な時、活発すぎる時、あなたはどんな傾向になりやすいですか？  
 考え込まずに答えていきましょう。

	ウサギさん	カメさん
心	1 <input type="checkbox"/> イライラする、怒りっぽいことが多い <input type="checkbox"/> テンションが高めで怒っているように見える	1 <input type="checkbox"/> ゆううつ感や面倒に感じやすい <input type="checkbox"/> 不満を感じる人が多い傾向
	2 <input type="checkbox"/> 精神的に緊張していることが多い <input type="checkbox"/> 妙に焦る傾向、気ぜわしく落ち着かない	2 <input type="checkbox"/> 精神的な疲れが慢性的になりやすい <input type="checkbox"/> 不安感を感じる人が多い、つい独り言を云う
	3 <input type="checkbox"/> 責任感を強く感じすぎる <input type="checkbox"/> 積極的に先にことを思いを回し考え込む	3 <input type="checkbox"/> 工夫を凝らすことが、どちらかというとおっくう <input type="checkbox"/> うっかりミス・取り越し苦労の傾向がある
	4 <input type="checkbox"/> 些細なことでも気になりやすく物思いにふける <input type="checkbox"/> 無意識にため息がでる	4 <input type="checkbox"/> くよくよ考えることが多い <input type="checkbox"/> 息が浅く、何となく元気がでないと感じる
	5 <input type="checkbox"/> 周囲に気を使いすぎる <input type="checkbox"/> 神経過敏の傾向	5 <input type="checkbox"/> 不安感が強くおびえやすい <input type="checkbox"/> 根気がなく集中力がかける
身体	1 <input type="checkbox"/> 筋肉痛、腰痛、首後、後頭部、肋間のコリ、痛み <input type="checkbox"/> 不眠(寝不足・入眠困難)眼の疲れ、婦人科疾患	1 <input type="checkbox"/> 筋力低下、足腰の冷え <input type="checkbox"/> 立ちくらみ・元気喪失感・気力減退
	2 <input type="checkbox"/> 胃部膨満感、お腹のはり、便秘 <input type="checkbox"/> 肩こり・上腕の痛み・手の平が熱く感じる	2 <input type="checkbox"/> 動機(運動・階段昇降時等)貧血、手足の冷え <input type="checkbox"/> 舌・味覚・血圧の異常、眠りが浅くすぐ目が覚める
	3 <input type="checkbox"/> 消化不良、胃腸機能の弱り、食事不規則、ムラ <input type="checkbox"/> 関節(特に膝)の痛み・異常	3 <input type="checkbox"/> 消化力の低下、便秘異常、腹のもたれ、吐き気 <input type="checkbox"/> 疲れやすい、関節の痛み、下肢のだるさ
	4 <input type="checkbox"/> 肩・首すじのコリ、のぼせ・汗ばむ <input type="checkbox"/> 喉の異常・痛み、息苦しさ、皮膚のただれ	4 <input type="checkbox"/> 手足(指)の冷え・しびれ、頭痛、頭重、皮膚の乾燥・荒れ <input type="checkbox"/> 息苦しい、咳・喉の渴き、鼻水・くしゃみ
	5 <input type="checkbox"/> 喉の奥の異常感吐き気・渴き・痛み) <input type="checkbox"/> 歯茎、歯髄、耳鳴り、高血圧、胃機能障害	5 <input type="checkbox"/> 冷え性・易疲労・尿量減少・むくみ <input type="checkbox"/> 根気、集中力の低下、物忘れ感、耳の奥の違和感



メモ欄