Dim

片頭痛と仕事：生活への影響を記録する

空欄のシート・ 手書きで記入・ A4（USレターにも収まります）· dim.arvetechapps.com・ 記録を整理するためのシートで、診断テストではありません

日付・活動	最も強い痛み（0–10）	できなかった時間	活動を減らした時間	調整・メモ