

# PASURIRE をご自宅で使用するための 個別レシピ製作のための問診票

以下の症状をチェックしてみてください。たくさん当てはまる方はホルモンバランスが乱れている可能性が高いです。

肩こり 腰痛 頭痛 倦怠感 冷え症 むくみやすい 便秘症 眠りが浅い



生理痛重い 生理不順 疲れやすい 乾燥肌 過食気味 めまい耳鳴り  
で悩んでいる



この項目を減らしていくことが痩身や美顔の効果に繋がります。  
個別レシピにはお顔使用以外の方法もお伝えしていきます。

①お顔でお悩みの症状があれば教えてください

②お身体でお悩みの症状があれば教えてください

③睡眠の質と時間帯を教えてください

④日光は浴びていますか？  
それは1日でどれくらい？

⑤お風呂中、お風呂前、お風呂後  
朝お化粧前の中で使用するとしたら？

⑥週何回、1日何分くらい流す時間は取れそうですか？

週	回
1日	分

氏名 年齢 性別 お仕事内容