

# ドーシャバランステスト

□印にチェックを入れ、体質を査定してみましょう。

活動状況は？	<input type="checkbox"/> 素早く率先する	<input type="checkbox"/> 普通の早さ	<input type="checkbox"/> ゆっくり
興奮しやすいですか？	<input type="checkbox"/> 大変しやすい	<input type="checkbox"/> しやすい	<input type="checkbox"/> しにくい
物事に動じやすいですか？	<input type="checkbox"/> 大変動じやすい	<input type="checkbox"/> 感にさわる	<input type="checkbox"/> 影響されない
物覚えは？	<input type="checkbox"/> 早く表面的	<input type="checkbox"/> 応用が得意	<input type="checkbox"/> 遅いが深い
記憶力は？	<input type="checkbox"/> 忘れやすい	<input type="checkbox"/> 普通の早さ	<input type="checkbox"/> 忘れにくい
消化は？	<input type="checkbox"/> 不規則	<input type="checkbox"/> 強い	<input type="checkbox"/> ゆっくり
食欲は？	<input type="checkbox"/> 不規則	<input type="checkbox"/> 強い	<input type="checkbox"/> 弱い
一度にたくさん食べられる？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 食べられる	<input type="checkbox"/> 食べられない
好みの味は？	<input type="checkbox"/> 甘・塩・酸味	<input type="checkbox"/> 甘・渋・苦味	<input type="checkbox"/> 辛・渋・苦味
好みの食事は？	<input type="checkbox"/> 温かい食事	<input type="checkbox"/> 冷たい食事	<input type="checkbox"/> 乾燥した食事
外出したくない日は？	<input type="checkbox"/> 寒く、乾燥した日	<input type="checkbox"/> 暑い日	<input type="checkbox"/> 寒く、曇った日
睡眠は？	<input type="checkbox"/> 浅く目覚めやすい	<input type="checkbox"/> 気持ちよい	<input type="checkbox"/> 深く重い
よくみる夢は？	<input type="checkbox"/> 怖い、走る、飛ぶ、木、山	<input type="checkbox"/> 怒り、暴力、太陽、炎	<input type="checkbox"/> 湖、白鳥、花、鳥
便通は？	<input type="checkbox"/> 不規則	<input type="checkbox"/> 1日2回以上	<input type="checkbox"/> 1日1回規則的
便の状態は？	<input type="checkbox"/> 硬い	<input type="checkbox"/> 軟便	<input type="checkbox"/> 中間
汗は？	<input type="checkbox"/> かかない	<input type="checkbox"/> とともかく	<input type="checkbox"/> すこしかく
問題に対して	<input type="checkbox"/> 注意散漫、悩みやすい	<input type="checkbox"/> イライラや、怒りやすい	<input type="checkbox"/> 落ち着いて、確実にこなす
活動は？	<input type="checkbox"/> 煩雑、せわしい	<input type="checkbox"/> 正確、規律的	<input type="checkbox"/> 優雅、遅い
話し方は？	<input type="checkbox"/> 早口、まとまりがない	<input type="checkbox"/> 明晰、鋭い、きつい	<input type="checkbox"/> ゆっくり、温かい、明瞭
歩き方は？	<input type="checkbox"/> 軽快、早い、忙しい	<input type="checkbox"/> 自己顕示的、しっかり	<input type="checkbox"/> 安定感がある、ゆっくり
関節は？	<input type="checkbox"/> ポキポキなる、硬い	<input type="checkbox"/> 柔らかい、ゆるい	<input type="checkbox"/> 強い、しまっている
歯は？	<input type="checkbox"/> 不揃い、脆い	<input type="checkbox"/> 黄色い	<input type="checkbox"/> 白い、丈夫
白目の色は？	<input type="checkbox"/> 青色、茶色	<input type="checkbox"/> 黄色、赤色	<input type="checkbox"/> 白色
眼は？	<input type="checkbox"/> 小さい	<input type="checkbox"/> 鋭い目つき	<input type="checkbox"/> 大きく、潤んだ目つき
肌は？	<input type="checkbox"/> 乾きやすい、荒れやすい	<input type="checkbox"/> 柔らかく、少し脂っこい	<input type="checkbox"/> 滑らかで、湿っている
体温は？	<input type="checkbox"/> 手先、足先がとても冷える	<input type="checkbox"/> いつもポカポカ温かい	<input type="checkbox"/> 身体全体が冷たい
髪は？	<input type="checkbox"/> 乾燥しやすい	<input type="checkbox"/> 細い、薄い、禿げ易い	<input type="checkbox"/> 濃く、量が多い
合計	ヴァータ ( 個)	ピッタ ( 個)	カパ ( 個)