

セクション3、カパ

		全く当てはまらない	当てはまらない	まあまあ当てはまる	時々当てはまる	ほとんど当てはまる	当てはまる
1	本質はゆっくり行動し、リラックス型です。	1	2	3	4	5	6
2	体重は太りやすい。減量はゆっくりと行うことができます。	1	2	3	4	5	6
3	落ち着いた静かな性質ですが、簡単に苛立ちます。	1	2	3	4	5	6
4	次の日を快適に過ごすために8時間は睡眠を必要とします。	1	2	3	4	5	6
5	眠りは深いです。	1	2	3	4	5	6
6	何の理由もなく食事を抜くことができます。	1	2	3	4	5	6
7	鼻炎や粘膜、痰の過剰や喘息、静脈洞等リンパ系疾患がある。	1	2	3	4	5	6
8	本質的に静かで簡単に怒りません。	1	2	3	4	5	6
9	覚えるのは遅いがずっと維持し忘れない。	1	2	3	4	5	6
10	ゆっくりリズムカルな歩調で歩きます。	1	2	3	4	5	6
11	余分な脂肪を溜め込み肥満傾向にあります。	1	2	3	4	5	6
12	寒さや湿気が苦手です。	1	2	3	4	5	6
13	髪の毛は太く黒くコシがあります。	1	2	3	4	5	6
14	スムーズでソフトな肌です。色白です。	1	2	3	4	5	6
15	大きくて丈夫な体つきです。	1	2	3	4	5	6
16	特質は、静か、優しく、愛情深く寛大です。	1	2	3	4	5	6
17	エネルギーが安定しているのでスタミナや耐久力があります。	1	2	3	4	5	6
18	消化に時間がかかるので食事後は気分が重いです。	1	2	3	4	5	6
19	過眠型。朝はゆっくり動き出します。	1	2	3	4	5	6
20	ゆっくり食べてゆっくり動き規則正しい活動を好みます。	1	2	3	4	5	6

