1. **他の多くの人に比べて、「寒がり」だと思う。**
2. **腰や手足、あるいはからだの一部が冷えやすく、つらい。**
3. **冬になると冷えるので、電気毛布や電気敷布、あるいは　　　カイロなどをいつも使っている。**
4. **カラダ全体が冷えてつらいことがある。**
5. **足が冷えるので、夏でも靴下を履くようにしている。**
6. **冷房のきいているところは、からだが冷えてつらい。**
7. **ほかの多くの人に比べて、かなり厚着をする方だと思う。**
8. **手や足がほかの多くの人より冷たい方だと思う。**
9. **体を温めると気持がよい。**
10. **お風呂で温まると気持がよい。**
11. **足は冷えるが、温まると顔がのぼせてつらい。**
12. **下半身、特に足が冷える。**
13. **他に比べて手や足の先が特に冷えやすい。**
14. **腰や背部はあまり冷えない。**